



Бузина травянистая

Ядовита!

Жимолостные - Caprifoliaceae.

Народные названия: вонючая бузина, дикая бузина.

Используемые части: корневище.

Аптечное наименование: корень бузины травянистой - *Ebuli Radix* (ранее: *Radix Ebuli*).

Описание: Это кустовидный травянистый многолетник с мощными горизонтально идущими в почве корневищами. Стебли достигают высоты примерно 1-1,5 м. Листья непарноперистые, из 5-9 зубчатых листочков длиной около 5 см. Цветки мелкие, около 0,5 см в диаметре, белые или розоватые, с пурпурно-красными пыльниками, собраны в крупные зонтики.

Цветет с июня по август. Растет вдоль изгородей, в канавах, на пустырях и вырубках.

Действующие вещества: горечи, сапонины, иридоиды и дубильные вещества.

Целебное действие и применение: Корневище бузины обладает мочегонным, потогонным и слабительным действием. Себастьян Кнайпп особенно рекомендовал бузину при водянке. Иногда ее применяют и при ревматизме.

Применение в народной медицине: Чай из бузины в народной медицине лечат только водянку (вполне возможно, с легкой руки Кнайппа).

Чай из бузины: 1-2 чайные ложки нарезанных корневищ залить ¼ л холодной воды, медленно довести до кипения и процедить. Пить не больше 2 чашек в день.

Побочные действия: Применение бузины в рекомендуемых дозах должно быть безопасно, но все же следует остерегаться передозировки. Стоит указать и на то, что созревающие осенью ягоды благодаря своему симпатичному виду опасны для детей. Их вкус нельзя назвать неприятным, поэтому дети могут их съесть, и даже в немалом количестве, что приведет к отравлению со рвотой и поносом!



Бузина черная

Жимолостные - Caprifoliaceae.

Народное название: швейцарский чай.

Используемые части: цветки, в гомеопатии - цветки и листья, в народной медицине - иногда и плоды.

Аптечное наименование: цветки бузины - Sambuci flos (ранее: Flores Sambuci), листья бузины - Sambuci folium (ранее: Folia Sambuci), кора бузины - Sambuci cortex (ранее: Cortex Sambuci), плоды бузины - Sambuci fructus (ранее: Fructus Sambuci).

Описание: Ветвистый кустарник или небольшое дерево от 3 до 7 м в высоту. Для бузины характерны бородавчатая неприятно пахнущая кора, супротивно расположенные ветки с рыхлой сердцевинкой, непарноперистые листья, а также крупные щитковидные соцветия с желтовато-белыми неприятно пахнущими цветками, из которых осенью развиваются плоды - от глянцево-черных до черно-фиолетовых. Цветет с мая по июль. Встречается довольно часто в садах, у изгородей, в зарослях кустарников и по берегам ручьев. В сельской местности кусты бузины часто стоят вблизи хлевов, сараев или жилых домов. Здесь определенную роль играет суеверие, на чем я еще остановлюсь ниже.

Сбор и заготовка: Собирают цветки бузины, срезая их целыми соцветиями, и сушат в пучках или разбросав на какой-либо поверхности. Затем отдельные цветки обирают и досушивают. Сушку нужно вести очень осторожно, чтобы ферменты цветков не разрушили действующих веществ. Хранят сырье в плотно закрытых стеклянных банках в течение трех лет.

Листья собирают совсем молодыми и сушат на воздухе. Кору также снимают с молодых ветвей и сушат быстро и в щадящих условиях, в тени или при искусственном подогреве, при температуре не выше 40°С.

Плоды собирают полностью зрелыми (от черно-фиолетовых до черных). Их подвяливают на открытом воздухе и сушат в сушилках при температуре не выше 60°С. Хранится такое сырье в мешочках в проветриваемом помещении с периодическим подсушиванием во избежание заплесневения.

Действующие вещества: Важнейшие компоненты в цветках: эфирное масло, потогонные гликозиды, флавоноиды, дубильные вещества и слизь; в цветках и коре выявлен гликозид, выделяющий при расщеплении синильную кислоту. Зрелые плоды богаты витаминами и минеральными веществами.

Целебное действие и применение: Основное применение цветков - потогонный чай при лихорадочных простудных заболеваниях. Менее крепко заваренный чай с недавнего времени употребляют тепловатым и как профилактическое средство против простуды и гриппа. Это подтверждено также Государственной службой здравоохранения Германии. Цветки бузины (как и цветки липы) чрезвычайно эффективно мобилизуют защитные силы организма, поэтому они являются составной частью многих чаев, предназначенных против простудных заболеваний.

Чай из цветков бузины употребляют и при ревматизме, правда с небольшим успехом.

Чай из цветков бузины: 2 чайные ложки с верхом цветков бузины залить 1/4 л кипящей воды и дать настояться 10 минут. Если его хотят использовать как потогонный чай, то нужно выпить примерно 1/2 л чая очень теплым. Против ревматических недугов его пьют в виде курса лечения (свыше трех недель 3 раза в день по 1 чашке).

Чай из листьев или коры: 2 чайные ложки (без верха) растительного сырья заливают 1/4 л холодной воды, нагревают до кипения и быстро процеживают. Пьют примерно 1/4 л этого чая маленькими глотками на протяжении дня при скоплении воды в теле, задержке мочи, нерегулярном стуле и ревматизме.

Использование в гомеопатии: Гомеопатическое средство *Sambucus nigra* приготавливают из свежих цветков и листьев. Оно находит применение в разведении D1 как средство от насморка у грудных и маленьких детей, его дают восприимчивым и ослабленным детям для профилактики и активации защитных сил организма, а также против астмы. Для потогонной терапии гомеопаты охотно прописывают чай из листьев бузины. Дозировка этого гомеопатического средства весьма различна. Используют как исходную настойку, так и разведения до D6 от 5 до 10 капель 3-5 раз в день.

Применение в народной медицине: Немногие целебные растения так любимы в народной медицине, как бузина. Но она была известна в народе и как место пребывания домашних богов, охраняющих дом. Поэтому не случайно, что она так часто растет поблизости от крестьянских жилых домов, возле стоил и амбаров. Как удалось установить, бузиной лечились еще с каменного века. При этом совершенно особую роль играли плоды, сок которых использовался как слабительное, а получаемое из них повидло - как действенное средство против кашля и простудных заболеваний. Цветки используют в виде чая для потоотделения и в борьбе с инфекционными болезнями - здесь применение в народной медицине ничем не отличается от такового в медицине научной. Кроме того, они считаются лучшим кровоочистительным средством при нечистой коже и неприятном запахе тела. Цветки бузины в той же мере, что и кора и листья, используются при ревматизме и подагре. Что касается коры, то в народе полагают, что она только тогда действует как слабительное, когда ее сдирают сверху вниз. Снятая в противоположном направлении, она будто бы служит как рвотное. Это можно прочитать у самого Альберта Великого.

Побочные действия: При применении цветков бузины в указанной дозировке нет оснований опасаться побочных действий. Осторожнее следует употреблять листья и кору: иногда наблюдалось раздражение желудка и кишечника. Незрелые плоды слабоядовиты. Сваренный сок вполне заслуживает рекомендации как лекарственное средство, в сыром же виде он иногда вызывает тошноту и понос. Это же относится и к плодам в свежем виде. Как повидло они, напротив, очень полезны для здоровья, так как содержат витамины и ценные минеральные вещества.

Бузина черная истари считалась священным деревом, ягоды которого будто бы способствовали продлению жизни. Цветки бузины черной содержат аскорбиновую кислоту, эфирные масла, гликозидные вещества, танины, сахара, холин.