Бессмертник, или Цмин (лат. Helichrýsum) - крупный род многолетних, реже однолетних, трав, полукустарников и кустарников семейства Астровые (Asteraceae).

Известно под названиями цмин песчаный, желтые кошачьи лапки, сухоцвет, золото солнечное, золотиска.

Этимология названия рода неясна. По одной версии, название происходит от греч. ἕλιξ (helix) - витой и χρυσός (chrysos) - золото; по другой, от ἥλιος (helios) - солнце и χρυσός - золото. Оба названия могут указывать на часто встречающиеся золотисто окрашенные листочки обёртки.

Описание: Листья очерёдные, иногда нижние супротивные, цельнокрайние.

Корзинки гомогамные или гетерогамные, с небольшим или, чаще, значительным числом обоеполых плодущих цветков. Самые внутренние цветки гомогамной корзинки нередко стерильные; краевые цветки гетерогамной корзинки пестичные, нитевидные, расположенные в один ряд.
Корзинки, у видов произрастающих в России и сопредельных странах, некрупные, диаметром, редко превышающим 4-7 (до 20) мм, иногда одиночные или по нескольку на верхушках побегов, чаще же всего примерно от 10 до 50 (иногда до 100 и более) корзинок бывают собраны в сложное щитковидное или головчатое соцветие.

Листочки обёртки, как правило, сухие, плёнчатые, нередко ярко окрашенные, прижато или рыхло-черепитчато расположенные в несколько (3) или более (4-7) рядов, после цветения иногда распростёртые.
Цветоложе слегка-выпуклое или плоское, реже почти коническое, голое, ямчатое или сотовидно-ячеистое, часто с неправильной и неодинаковой формы зубцевидными выростами. Венчики обоеполых цветков трубчатые, на верхушке с пятью, реже четырьмя, зубцами.

Пестичные цветки, если они имеются, нитевидные, на верхушке слегка зубчатые. Пыльники линейные, при основании с нитевидными придатками. Пыльцевые зёрна шаровидные; пора со слегка волнистым краем; экзина толстая и с шиповатой поверхностью; интина едва заметна.

Столбик тонкий, нередко со вздутием у основания; ветви столбика линейные, плоские, на верхушке усечённые или головчатые.

Семянки эллиптические, вальковатые или неправильно призматические, нередко четырёх-пятигранные, чаще всего покрытые прозрачными сосочками или изредка шелковисто-шерстистые. Хохолок однорядный, из тонких зазубренных, на верхушке иногда кисточковидных или перистых, отдельно спадающих или разным образом в основании соединённых между собой волосков.

Распространение: Представители рода встречаются в тёплой и умеренной зонах Старого Света, особенно обильно в Капской области, на Мадагаскаре, Маскаренских островах, в Австралии и Малой Азии; число видов, произрастающих в остальной Азии и Европе, невелико. Можно встретить на полянах и опушках сосновых лесов Европейской части России, обычно на песчаной или каменистой почве.

Цветет бессмертник с июня до сентября.

Лекарственным сырьём служат цветки.

Заготовка: Корзинки собираются в самом начале цветения, когда они ещё не совсем распустились. При позднем сборе цветки легко осыпаются, и сырьё теряет

биологическую активность. Срывают их со стеблями длиной не более 1 см. При сборе нельзя вырывать растения с корнями. Цветки складывают рыхло и не позднее чем через 3-4 часа после сбора сушат в хорошо проветриваемом помещении, раскладывая слоем 2-3 см на бумаге или ткани, при сушке без вентиляции (чердак, сушилка) цветочные корзинки распадаются. Хранят сырьё в закрытой таре в тёмном, прохладном, хорошо проветриваемом помещении 3 года.

Химический состав: Соцветия бессмертника содержат гликозиды, флавоноиды, стероидные соединения, вещества фенольной природы, аскорбиновую кислоту (витамин С), эфирное масло, смолистые и горькие вещества (горечи).

Применение: Ряд видов используют для создания красивых и годами неувядающих букетов

.

Эфирное масло бессмертника снимает воспаления при акне и способствует регенерации кожи, быстро залечивает раны.

Бессмертник обладает антибактериальной активностью. Его используют при заболеваниях печени и желчных путей, а также при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и почек. Под влиянием препаратов бессмертника усиливается желчеотделение, изменяется состав желчи за счет увеличения содержания холатов, уменьшается содержание билирубина и холестерина в крови.

Настой и отвар цветков бессмертника усиливают секрецию желчи, желудочного и панкреатического сока, повышают тонус желчного пузыря, изменяют химический состав желчи. Настои и отвары замедляют эвакуаторную функцию желудка и перистальтику кишечника.

Отвар бессмертника: 10 г измельченных цветков бессмертника, залить 200 мл воды комнатной температуры, закрыть крышкой и нагревать на кипящей водяной бане при частом помешивании в течение 30 мин., охлаждать 10 мин., процедить, отжать и добавить воды до 200 мл. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день за 10-15 мин. перед едой.

Сбор желчегонный: смешать 4 части цветков бессмертника, 3 части листьев трилистника, 2 части листьев мяты, 2 части плодов кориандра. Одну чайную ложку смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 20 мин, процедить, охладить и принимать в теплом виде по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 мин. до еды.

При хроническом анацидном гастрите применяют микстуру следующего содержания: бессмертник, кукурузные рыльца, тысячелистник, мята перечная , крапива, подорожник-по 1 части, зверобой и ромашка-по 2 части. Одну столовую ложку смеси заваривают как чай, пьют по полстакана 3 раза в день за полчаса до еды в теплом виде.

Применение в народной медицине: Напар из цветов 40г. на литр кипятка, помимо лечения желчных путей, благотворно влияют на саму печень, особенно при циррозах с коликами. Этот напар в тех же дозах и приемах применяют при болезнях желудочно-кишечного тракта, а так же моче-половых органов, включая и мочевой пузырь, как мочегонное, не раздражающее почек.

Препараты бессмертника малотоксичны и очень популярны в народе, особенно при заболеваниях печени: желтухе, циррозе, холецистите, камнях в жёлчном пузыре.

Бессмертник рекомендуют при лечении атеросклероза , нарушении жирового обмена, ожирении, сахарном диабете, ишемической болезни сердца.

Препараты бессмертника малотоксичны, однако при длительном применении могут

вызвать застойные явления в печени.