



Описание: Малина обыкновенная - многолетний кустарник высотой до 120 см. (по некоторым данным - до 2 м.) Корневище многолетнее, извилистое, деревянистое, с многочисленными придаточными корнями, которые пронизывают землю и дают надземные побеги. В первый год побеги травянистые, зеленые, сочные, покрыты тонкими шипиками, бесплодные, в пазухах листьев только начинают закладываться плодовые почки. Побеги второго года деревенеют, из пазух листьев вырастают плодоносящие боковые веточки, несущие цветочные почки, которые сразу после плодоношения засыхают, но из того же корня ежегодно вырастают новые стебли.

Листья сложные, непарноперистые, очередные, черешковые, сложные, с 3-7 яйцевидными заостренными крупнопильчатыми листочками. Листочки сверху темно-зеленые, снизу беловатые, опушены мелкими волосками.

Цветки белые или розоватые, обоеполые, с 5-ю лепестками, собраны в небольшие кистевидные соцветия, располагаются на верхушках стеблей или в пазухах листьев. Цветет начиная с июня и до осени.

Плод - кисло-сладкая волосистые костянки, сросшиеся на цветоложе в сложный плод. У дикой малины костянки легко распадаются, у культивируемой срастаются плотно. Плоды красные, у культивируемых сортов бывают желтые, ароматные, сладкие или кисло-сладкие. Плоды созревают в июле-августе.

Место произрастания: Зона смешанных и хвойных лесов. Дикорастущая малина растет в лесах, между кустарниками, на вырубках, на полянах, по оврагам, берегам рек и ручьев, в других сырых тенистых местах. Широко культивируется как пищевое и декоративное растение. Распространена в средней и северной полосе Европейской части России, в Сибири, встречается на Кавказе и в Средней Азии.

Заготовка: Собирают плоды летом в фазе созревания в сухую погоду, после росы. Складывают в твердую тару слоями, разделяя их ветками или листьями. Сушка. При хорошей вентиляции и температуре 60-80 °С. Сырье раскладывают слоем 1-3 см и часто перемешивают. Сухие плоды на ощупь упругие. Выход сухого сырья 18-20%. Хранение. В сухом месте, лучше на сквозняках, оберегая от вредителей, рыхло упаковав в мешки. Срок годности до 2 лет.

Химический состав: Плоды содержат 2-3% органических кислот (салициловая, яблочная, винная, лимонная), спирты, антоциан цианин, дигликозид цианидина (красящее вещество), пурины, витамины В1, В2, РР, фолиевую кислоту, ситостерин, катехины, кумарины. Свежие плоды содержат глюкозу (2,8-4,2%), фруктозу (1,3-8,1%),

сахарозу (0,5-6,5%), левулезу, декстрозу, пектины (0,4-2,8%), соли железа, калия и меди. В листьях найдены аскорбиновая кислота (до 300 мг%), каротин, немного витаминов группы В и алкалоидов, флавоноиды, кумарины (0,3-0,28%), фенологликозиды, фенолкислоты, лактоны, дубильные вещества. Семена содержат до 15% жирного масла, фитостерин.

Фармакологические свойства: Плоды малины обладают потогонным свойством. Благодаря наличию слабых органических кислот плоды способствуют сдвигу рН в щелочную сторону, выведению из организма солей мочевой кислоты, стимулируют мочеотделение, улучшают пищеварение. Салициловая кислота, содержащаяся в плодах, оказывает антисептическое, жаропонижающее, потогонное и противовоспалительное действие. В настоящее время активно изучаются листья малины, установлено кровоостанавливающее свойство их. Экстракт из листьев малины оказывает гормоноподобное действие на экспериментальных животных. Лекарственные средства. Плоды малины, настой, потогонные сборы, малиновый сироп.

Применение в медицине: Используются для лечебной цели зрелые плоды (ягоды) дикорастущей малины без конусовидного цветоложа.

Сушеные плоды обладают хорошим потогонным свойством. Применяются в виде настоя при простудных заболеваниях, гриппе, ангине и пр.; в виде сиропа для улучшения вкуса лекарств, входят в различные потогонные сборы.

В болгарской медицине используются листья малины как противовоспалительное средство при желудочно-кишечных заболеваниях, при желудочных кровотечениях, диарее, меноррагии, при заболеваниях дыхательных органов. Наружно - при заболеваниях кожи в виде отвара (6 г на 250 мл кипящей воды). При ангине и конъюнктивитах в виде полосканий.

В тибетской медицине используют листья, ягоды и стебли при неврастении и как жаропонижающее средство.

В Австрии используются листья и плоды как витаминный напиток и при кашле.

В Германии используются листья как вяжущее вещество при поносе, как полоскание

при заболеваниях горла, как сироп, который является также хорошим лекарственным средством и как "малиновый чай".

В отечественной **народной медицине** наряду с применением плодов малины как потогонного и жаропонижающего средства употребляют и листья, обладающие хорошим вяжущим средством, при поносе и кровотечениях.

Отвар и настой из листьев применяются при кашле, ангине в виде полосканий; настой листьев и цветков - при геморрое и при женских болезнях. Из свежих листьев малины готовят мазь от угрей и кожных сыпей.

Отвар цветков малины применяют для умывания при угрях, рожистом воспалении и конъюнктивитах.

Ранее в аптеках приготавливалась малиновая вода, приятная на вкус, которая широко использовалась как противохолерическое и освежающее средство, особенно в детской практике.

Малина обыкновенная (цветки, листья, плоды) применяется как антисклеротическое, противовоспалительное, жаропонижающее и высоковитаминное средство при гипертонической болезни, атеросклерозе и при простуде. Употребление ее ограничено для больных нефритом и подагрой.

Лекарственные формы, способ применения и дозы:

Настой цветков малины: 20 г сырья заливают 200 мл кипятка, настаивают 30 мин, затем процеживают. Принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Настой плодов малины: 100-200 г сушеного сырья заливают 600 мл кипятка, настаивают 30 мин, затем процеживают. Принимают по 2-3 стакана на протяжении 1-2 ч на ночь как потогонное средство.

Настой цветков и листьев малины: 10 г цветков и 10 г листьев заливают 200 мл кипятка, настаивают 30 мин, затем процеживают.

Настой листьев малины: 10-15 г сырья заливают 200 мл кипятка, настаивают 30 мин, затем процеживают. Принимают по 1/4 стакана 3 раза в день.

Отвар листьев малины: 6-10 г сырья кипятят в 200 мл воды 10 мин, затем процеживают. Принимают по 1/4 стакана 3 раза в день.

Мазь из листьев малины: чистые свежие листья растирают, отжимают сок, размешивают с вазелином или сливочным маслом в соотношении 1:4.

Сок из плодов малины: принимают по 1/4-1/2 стакана перед едой.

Противопоказания и возможные побочные эффекты: В малине содержится много пуриновых оснований, поэтому употребление ее ограничено больным нефритом, подагрой. Может вызвать аллергическую реакцию в виде зуда, отечности, кожных заболеваний.