

633.88(477)(075.8)

Ю99

Є.Д. Ющук



Лікарські
рослини
України
та способи
їх застосування
в народній
медицині

Кривий Ріг 2008

633.8(477)(075.8)
Ю 99

Міністерство освіти і науки України
Криворізький державний педагогічний університет
Кафедра ботаніки та екології

Ющук Є.Д.

**ЛІКАРСЬКІ РОСЛИНИ УКРАЇНИ
ТА СПОСОБИ ЇХ ЗАСТОСУВАННЯ
В НАРОДНІЙ МЕДИЦИНІ**

Науково-методичний посібник

КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
БІБЛІОТЕКА

Кривий Ріг
2008

УДК 631.4(0758)

Ю99

Ющук І.Д. Лікарські рослини України та способи їх застосування в народній медицині: Науково-методичний посібник. - Кривий Ріг: КДПУ, 2008. - 154 с., іл.

Рекомендовано до друку вченою радою Криворізького державного педагогічного університету (протокол № 10 від 08 травня 2008 р.)

Рецензенти: доктор медичних наук, професор кафедри фізіології та валеології КДПУ Афонін А.П.

член-кореспондент МАНПО, кандидат педагогічних наук, доцент, зав. кафедрою ботаніки та екології КДПУ
Гнілуша Н.В.

Ю 99 У пропонуваному науково-методичному посібнику узагальнено і систематизовано матеріал про лікарські рослини України, запропоновано дієві способи його застосування в народній медицині.

Посібник стане у пригоді студентам хіміко-біологічних факультетів вищих навчальних закладів, лікарям, а також широкому загалу читачів, яких цікавлять здобутки і можливості народної фітотерапії.

Передмова

Чудодійні властивості лікарських рослин відомі людству з часів шумерів і вавілонян. А пізніше їх запозичили давні ассірійці, що підтверджено археологічними розвідками.

Давні ассірійці навіть винайшли спеціальний посуд для розтирання і варіння лікарських рослин, кожна з яких супроводжувалася інформацією про властивості й особливості застосування.

У середні віки перелік лікарських рослин значно зріс і нараховував до 1000 найменувань, описаних у спеціальних працях під назвою «гербарій» або «травник».

З X століття розпочинається активне вивчення лікарських рослин слов'янами, які культивували їх на монастирських і церковних землях Києво-Печерської та Почаївської лавр.

На 1654 рік припадає відкриття першої медичної школи в Росії. Вона готувала кваліфікованих аптекарів, які переробляли сировину, вирощену в так званих «аптекарських городах», закладених Петром I, що активно функціонують до сих пір.

Бурхливий розвиток фітотерапії (від грец. *futoy* - «рослина», *terapia* - «лікую») припадає на початок XIX століття, коли вийшла в світ багатотомна праця Амбодика - Максимовича Н.М. „Врачебное веществование", в якій було узагальнено здобутки попередніх фітотерапевтів.

На сучасну пору рослинні препарати визнано основним засобом для лікування багатьох хвороб людей в усіх країнах світу, в тому числі й в Україні, де росте понад 200 видів лікарських рослин, 50 відсотків з яких успішно застосовується в медицині.

У пропонованому посібнику міститься інформація про дикорослі та культурні фітоніми, що поширені в Україні, описано їх ботанічну характеристику, подано стислі відомості про дієві речовини, хімічний склад

рослин, а також запропоновано корисні рекомендації щодо заготівлі, використання та застосування їх.

Враховуючи призначення посібника, назви лікарських рослин у ньому подано трьома мовами (українською, російською, латинською), а також пропонуються назви, якими послуговуються в народній медицині.

Атлас лікарських рослин, поданий у додатках посібника, покликаний проілюструвати й унаочнити пропонований для застосування в народній медицині фітоматеріал.

Родина *Ranunculaceae* - Жовтцеві, Лютикові (табл. 1)

Родина *Ranunculaceae* - Жовтцеві, Лютикові (табл. 1)

Родина *Ranunculaceae* - Жовтцеві, Лютикові (табл. 1)

Трав'яниста багаторічна рослина з прямостоячим, розгалуженим до 1 м висоти стеблом. Листки пальчаторозсічені. Квітки жовті або сині, зібрані на верхівці розгалуженого суцвіття. Корінь товстий, довгий. Лістки яйцевидні, нижні - п'яти-, верхні - трилопатові. Квітки двостатеві, правильні, рожево-білі, розташовані групами в пазухах верхніх листків. Чашечка

1. Ботанічна характеристика лікарських рослин та рекомендації щодо їх застосування

Роста біля струмків, в лісах, в узліссях чагарників. Лікарська частина - суцвіття.



Усі частини рослини мають різьблену структуру. Організм здатний містити алкалоїди. Застосування. Протипалатичні, протиноцистичні, смертельно отруйні. Терапевтичні дози: 0,03-0,05 мг на кілограм ваги тіла. У народній медицині використовують для лікування ревматизму, подагри, гіпертонічної хвороби, а також при захворюваннях шлунка та кишечника.

Лікарська частина - суцвіття. Роста біля струмків, в лісах, в узліссях чагарників. Лікарська частина - суцвіття.

Лікарська частина - суцвіття. Роста біля струмків, в лісах, в узліссях чагарників. Лікарська частина - суцвіття.

Лікарська частина - суцвіття. Роста біля струмків, в лісах, в узліссях чагарників. Лікарська частина - суцвіття.

Лікарська частина - суцвіття. Роста біля струмків, в лісах, в узліссях чагарників. Лікарська частина - суцвіття.

Лікарська частина - суцвіття. Роста біля струмків, в лісах, в узліссях чагарників. Лікарська частина - суцвіття.

Аір звичайний. Аир тростниковый. Acorus calamus L.

Родина Araceae - Ароїдні. Ароидные (табл. 1)

Народні назви: татарське зілля, лепеха, шувар.

Багаторічна, трав'яниста рослина з характерним сильним запахом і горизонтальним товстим кореневищем. Листки (чергові, мечовидні, великі, цілокраї, по краю хвилясті) досягають 1 м в довжину і шириною до 3 см. Стебло прямостояче, сплюснуте, висотою 80-150 см. Квітки двостатеві, численні, зібрані в початок. Плід – сухий. Цвіте в червні - липні.

Зустрічається на болотистих місцях і заливних луках Поліської і Лісостепової зон України. Культивується в Південному Китаї та Індії.

Властивості. Кореневище має гострий, приємний запах і гіркий смак.

Органи, що використовуються. Зібране ранньою весною або пізньою осінню кореневище, кора з якого знята, дрібно нарізане і висушене.

Містить ефірну олію, дубильні речовини, гіркий глікозид акорин, крохмаль, вітамін С, смоли.

Застосування. Аір звичайний має такі властивості: антибактеріальні, протизапальні, відхаркувальні, знеболюючі, жовчогінні. Він застосовується при бронхіті, запалені легень, відсутності апетиту, виразці шлунка з підвищеною кислотністю, захворюваннях печінки і нирок.

Аір звичайний використовують також для промивання гнійних ран і виразок, для полоскань ротової порожнини при неприємному запаку з рота, стоматиті. Для таких зовнішніх процедур застосовують настій сухих подрібнених кореневищ (1 чайна ложка на склянку окропу, настоюють 2 години, проціджують, застосовують теплим). Настій сухих кореневищ (3 столові ложки на півлітра оцту) щовечора втирають у волосисту частину голови при швидкому випадінні волосся і полисінні.

Внутрішньо. Настій сухих кореневищ (10 г сировини на склянку окропу) п'ють по чверті склянки 3-4 рази на день за 30 хвилин до їжі.

подвійна з 5 чашолистиків; пелюсток 5, тичинок і маточок багато. Зав'язь верхня. Плід – з багатьох плодиків - сім'янок, розташованих у вигляді диска, легко відділяються один від одного. Цвіте в червні – вересні.

Росте у вологих заболочених місцевостях, на берегах річок та вирощується в садах по всій Україні.

Органи, що використовуються. Коріння другого року розвитку рослини, з якого знята кора.

Коріння містить слиз, пектини, крохмаль, аспарагін, бетаїн, цукор, жирну олію.

Застосування. Корінь алтеї лікарської має протизапальну, відхаркувальну, обволікаючу дію на слизові оболонки дихальних шляхів, шлунка, кишечника.

Його застосовують при бронхітах, запаленні легень, бронхіальній астмі, захворюваннях шлунково-кишкового тракту, нирок, сечовивідних шляхів.

Внутрішньо. Настій: 2 столові ложки подрібнених коренів заливають холодною кип'яченою водою (100 мл), настоюють 1 годину, проціджують, приймають по 1 столовій ложці через кожні 2 години.

Відвар коренів: 2 столових ложки подрібнених коренів заливають склянкою окропу, кип'ятять 30 хвилин, настоюють 15 хвилин, проціджують, п'ють теплим по третині склянки тричі на день.

Зовнішньо корінь використовують для полоскання ротової порожнини при запаленні слизової оболонки, промивання очей при запаленні повік. Зовнішньо настій і відвар застосовують для компресів, полоскання, промивання.

Анемона дібровна. Ветреница дубравная. Anemone nemorosa L.

Родина Ranunculaceae – Жовтцеві. Лютиковіе (табл.1)

Багаторічна тіньовитривала трав'яниста рослина, 15-30 см заввишки. Прикореневих листків немає або він є лише один. Стеблові листки зібрані по

З в кільце. Квітки білі або блідо-рожеві з 6 пелюсток. Плід – сім'янка. Рoste в широколистих і мішаних лісах, на узліссях, галявинах. Цвіте у квітні – травні. Отруйна.

Органи, що використовуються. Надземна частина рослини під час цвітіння.

В рослині є сапоніни, немонін і хелідонова кислота.

Застосування. У народній медицині анемону дібровну застосовують внутрішньо у вигляді настою при простудних, серцевих захворюваннях, при захворюваннях шлунково-кишкового тракту, а також для лікування злоякісних пухлин.

Зовнішньо використовують при захворюваннях шкіри, при ревматизмі, подагрі.

Рослина отруйна. Використовується тільки під наглядом лікаря.

Багно звичайне. Багульник болотний. Ledum palustre L.
Родина Ericaceae - Вересові. Вересковые (табл.2)

Народні назви: багнюк, блошийник, богульник.

Кущик з розгалуженими рудими опушеними молодими гілочками. Листки чергові, шкірясті, прості, цілісні із розгорнутими краями, короткі, черешкові. Квітки двостатеві, правильні, у верхівках утворюють зонтикоподібні щитки з довгими квітконіжками, котрі покриті іржастим білоповстистим шаром, клейким на дотик. Квітка – 5-членна з подвійною оцвітиною. Пелюстки незрілі, жовтуваті. Тичинок 10; маточка 1, стовпчик 1, зав'язь верхня. Плід – поникла коробочка 4-8 мм завдовжки, котра розкривається 5 стулками. Рoste на вологих, заболочених місцях, торфових болотах Поліської зони. Вічнозелений кущик висотою 80-120 см.

Цвіте у травні - червні.

Властивості. Пагони з листками та суцвіття містять ефіроолійні речовини, фітонциди. Уся рослина виділяє сильний п'янкий запах.

Органи, що використовуються. Облиственні однорічні пагони (трава), котрі містять до 2% ефірної олії, дубильні речовини, флавоноїди.

Застосування. Багно звичайне має потогінні, відхаркувальні, сечогінні, дезинфікуючі, заспокійливі та наркотичні властивості.

Багно звичайне у вигляді настою призначається при бронхітах, трахеїтах, бронхіальній астмі, а також для лікування шлунково-кишкових захворювань, діабету, подагри, ревматизму, екземи, корости, вошивості.

Внутрішньо. Настій трави: 30 г трави на 1 л кип'яченої води настоюють 8-10 годин у теплому місці, п'ють по півсклянки 3-4 рази на день.

Настій трави (10 г сировини на 1 склянку окропу) п'ють по 1 столовій ложці 4 рази на день.

Рослина отруйна! Не допускайте передозування.

Зовнішньо. Напар (1 частину свіжих квіток і трави на 9 частин соняшникової олії настоюють 12 годин у духовці) закапують у ніс при грипі і втирають у болючі місця при ревматичному артриті.

Береза бородавчаста. Береза бородавчатая. Betula pendula Roth.
Родина Betulaceae - Березові. Березовые (табл.2)

Дерево висотою 20 - 30 м, з ажурною кроною. Кора біла, гілки пониклі. На гілках багато смолянистих бородавочок. Листки ромбічні, довгочерешкові, загострені, молоді листки клейкі.

Чоловічі квітки - повислі сережки по 2 - 3 на кінцях гілок; жіночі сережки значно менші по розмірах, прямі, на коротких бічних гілочках. Плід - сплюснутий крилатий горішок. Цвіте весною під час розпускання листя.

Поширення. Росте в лісах, лісостепових районах, вирощують у садах і парках, лісосмугах.

Органи, що використовуються. Листки, бруньки, сік, кора і одержаний шляхом сухої перегонки гілок, дьоготь.

Кора, листки, бруньки містять ефірну олію, смоли, сапоніни, вітамін С, дубильні речовини.

Застосування. Препарати берези мають сечогінні, жовчогінні, протизапальні, протиспазматичні, антивірусні, ранозагоювальні властивості. Вони застосовуються *внутрішньо* при захворюваннях нирок, сечового міхура, печінки, виразці шлунка, атеросклерозі, набряках, подагрі, бронхітах.

Зовнішньо препарати берези використовують при запаленні суглобів, пролежнях, трофічних виразках, екземі, невралгічних болях.

Весною з надрізів кори на стовбурі берези одержують сік, який корисно вживати як загальнозміцнюючий, кровоочисний, вітамінний, сечогінний, відхаркувальний засіб. Приймають по 1 склянці 3 рази на день.

Настій листя: 1 столову ложку на склянку окропу настоюють 30 хвилин, проціджують, додають на кінчику ножа питної соди, приймають по третині склянки 3 рази на день перед їжею.

Відвар бруньок: 1 чайну ложку на склянку окропу кип'ятять 15-20 хвилин, проціджують, п'ють по третині склянки 3 рази на день перед їжею.

Березка польова. Вьюнок полевої. Convolvulus arvensis L.

Родина Convolvulaceae - Березкові. Вьюнковые (табл.2)

В'юнка, багаторічна трав'яниста рослина з довгим корінням, що йде глибоко в ґрунт. Листки з довгими черешками, яйцевидні або широколанцетні. Чашечка зросла, віночок п'ятипелюстковий, ліycopодібний, білий або рожевий зрослопелюстковий; тичинок 5, маточка з верхньою двухгніздною зав'яззю. Плід - коробочка. Цвіте влітку. Поширена по всій Україні.

Органи, що використовуються. Уся рослина в період цвітіння. Використовують свіжу траву. У сухому вигляді рослина втрачає свої властивості.

Містяться смолисті глікозиди, глікозид конвольвулін, каротин, вітамін С, сапоніни.

Застосування. У народній медицині березка рекомендується як послаблюючий, протизапальний, кровоспинний і сечогінний засіб. Застосовується *внутрішньо* при простуді, бронхітах, туберкульозі легень, зовнішньо - при гнійничкових захворюваннях шкіри, лишаях, корості.

Настій: 1 столову ложку подрібненої свіжої трави заливають склянкою окропу; дозу випивають у декілька прийомів протягом двох днів.

Для *зовнішнього* використання роблять настій: 2 частини свіжої трави на 4 частини 70% спирту, настоюють 15 днів. 1 столову ложку настойки розводять у половині склянки води і використовують для компресів і обмивання ран.

Блекота чорна. Белена черная. Hyoscyamus niger L.
Родина Solanaceae - Пасльонові. Паслёновые (табл.2)

Народні назви: німиця, куряча сліпота.

Дворічна або однорічна трав'яниста рослина з товстим стрижневидним корінням. Стебло прямостояче, м'якоопушене, досягає у висоту до 60-70 см. Листки довгасто-яйцевидні, глибоковиїмчасті, сіро-зелені; прикореневі листки черешкові, стеблеві - сидячі. Квітки неправильні, сидячі. Чашечка з 5 чашолистиків, зрощена, глекоподібна з прямими гострокінцевими зубцями; віночок п'ятипелюстковий, довготрубчастий, брудно - жовтий з фіолетовими жилками; тичинок 5; маточка утворена з 2 плодолистиків. Плід - глекоподібна коробочка, що відкривається вгорі кришкою. Смертельно отруйна рослина! Цвіте все літо.

Органи, що використовуються. Листки.

Містить атропін, скополамін, глікозиди, дубильні речовини.

Застосування. Листки блекоти використовують як болезаспокійливий, протиспазматичний засіб.

У народній медицині блекоту чорну використовують при дизентерії, хронічному бронхіті, бронхіальній астмі, спазмах шлунка і кишечника, при безсонні, істерії, утрудненому сечовиділенні.

Внутрішньо: беруть 1 чайну ложку подрібненого листя на 0,5 л окропу, настоюють 1 годину, проціджують, приймають по 1 столовій ложці 3 рази на день.

Бузина чорна. Бузина черная. *Sambucus nigra* L.

Родина *Caprifoliaceae* - Жимолостеві. Жимолостные (табл.3)

Кущ заввишки 3-6 м. Серцевина гілок біла і рихла. Пагони зелено-сірі, покриті бородавками. Листя непарноперисті, з 5-7 листочків; листочки яйцевидні або довгасті, гостро зубчасті. Квітки двостатеві, дуже духмяні, зібрані в щитки. Плоди - насінні ягодовидні чорні кістянки з блискучою поверхнею. Достигають в серпні-вересні.

Росте в більш вологих і світлих лісах та біля поселень. Зустрічається по всій Україні.

Органи, що використовуються. Квітки, листя і плоди.

Квітки містять ефірну олію, глікозиди, органічні кислоти, слиз, таніни, цукри, холін.

У листках є алкалоїди, таніни, ефірна олія, вітамін С, каротин, смоли. У плодах – органічні кислоти, каротин, цукри, барвники, вітамін С, дубильні речовини.

Застосування. Усі частини рослини мають сечогінні властивості. Квітки бузини надають потогінну, болетамувальну дію при запаленнях дихальних шляхів, захворюваннях нирок і сечового міхура. Плоди діють послаблююче, а листя сечогінно, тому плоди прописують при шлунково-кишкових, а листки - при ниркових захворюваннях.

Внутрішньо. Настій квіток або листя: 2 чайних ложки квіток заливають склянкою окропу, через 10 хвилин проціджують, п'ють теплим по третині склянки тричі на день. Настій сушених плодів (столова ложка сировини на склянку окропу) п'ють по чверті склянки тричі на день.

Зовнішньо. Настій квіток: 30 г сировини заливають 0,5 л окропу настоюють 20 хвилин, використовують для полоскання порожнини рота, при хворобах очей, вух.

Плоди бузини чорної споживають у вигляді чаю, киселю, варення, сиропу.

Бузок звичайний. Сирень обыкновенная. Syringa vulgaris L.
Родина Oleaceae Lindl.- Маслинові. Маслиновые (табл.3)

Чагарник висотою 4-8 м. Гілки прямостоячі, кора сіро-зеленого кольору. Листки крупні, супротивні, яйцевидні, загострені, довжиною 5-8 см, шириною 4-6 см, коротко черешкові, гладенькі, зверху яскраво-зелені, знизу – сірі. Квітки двостатеві, ароматні, зібрані у крупні суцвіття – китиці, лілового, рожевого та блакитного забарвлень.

Плоди – коробочки з світло-коричневим насінням. Коробочки двогніздні, містять 4 насінини. Цвіте в травні-червні, плоди досягають у кінці липня.

Зустрічається бузок звичайний у дикому стані в Карпатах та на Балканському півострові. Поширений в садово-парковому будівництві на всій Європейській частині. Його висаджують в штучних лісових масивах, зелених міських та приміських зонах відпочинку.

Органи, що використовуються. Суцвіття та листки бузку. У квітках міститься ефірна олія, глікозид сирингін, фенол. У листках є сирингін, гіркі речовини, вітамін С.

Застосування. Препарати бузку звичайного використовують для лікування хвороб нирок, особливо при каменях в нирках, при простудних захворюваннях, відсутності апетиту, а також як тонізуючий засіб, схожий з дією женьшеню. Свіже подрібнене листя прикладають до ячменю, ран і виразок для швидкого загоювання.

Внутрішньо. Настій квіток готують з 1 столової ложки квіток на склянку окропу, настоюють 4 години, проціджують, приймають по 1 столовій ложці 3-4 рази на день.

Настій листя готують з 10 г листя на склянку окропу, настоюють 8 годин, проціджують, приймають по 1 столовій ложці 3 рази на день.

Настойка квіток готується так: беруть чверть склянки квіток на склянку горілки, настоюють 7 днів, проціджують, приймають по 30-40 крапель тричі на день при поліартриті, невралгії, ревматизмі.

Зовнішньо. Мазь (2 столові ложки подрібнених квітів ретельно розтирають з двома ложками вершкового масла) застосовують для розтирань при болях у суглобах, м'язах, при радикуліті.

Буркун лікарський. Донник лекарственный.

***Melilotus officinalis* L.**

Родина Fabaceae – Бобові. Бобовые (табл.3)

Народні назви – боркань, варгун, буркун жовтий.

Дворічна трав'яниста рослина 100-200 см висотою з прямим розгалуженим стеблом. Листки почергові, складні, трійчасті, довго черешкові. Квітки дрібні, зібрані в суцвіття – китиці. Віночок жовтий, тичинок 10, з них дев'ять зрощені, а десята вільна. Плід - яйцевидний, зморшкуватий, бурий, однонасінний біб. Цвіте у травні – вересні.

Зустрічається у посівах як бур'ян біля доріг. Поширений на всій Україні.

Органи, що використовуються. Надземна частина рослини з квітками без нижніх здерев'янілих частин стебла.

Міститься мелілотин, глікозиди, кумарин, вітамін С,Е, каротин, білок, дубильні, жироподібні речовини.

Застосування. Буркун лікарський має відхаркувальні, болетамувальні, заспокійливі, вітрогінні та антикоагулюючі властивості. Його використовують при стенокардії, тромбозі коронарних судин, бронхіті, болях

в шлунку і кишечнику, гіпертонії, безсонні, мігрені, як засіб, що стимулює виділення молока у матерів-годувальниць. Як зовнішній засіб буркун лікарський використовується для припарок, компресів для розм'якшення і розсмоктування недозрілих фурункулів, затверділостей, при запаленні грудей.

Внутрішньо. Настій трави: 1 столову ложку на півтори склянки окропу настоюють 2 години, п'ють теплим по півсклянки тричі на день.

Зовнішньо. Настій трави: 2 столові ложки трави заливають 0,5 л окропу, настоюють 20 хвилин. Використовують для компресів або примочок. Народна медицина застосовує обпарене окропом листя і квітки для компресів або примочок.

Валеріана лікарська.

Валериана лекарственная. *Valeriana officinalis L.*

Родина *Valerianaceae* - Валеріанові. Валериановые (табл.3)

Народні назви - одолян, ароматник, бісове зілля, земляний ладан.

Багаторічна трав'яниста рослина висотою 200 см, з нетовстим, коротким кореневищем і довгими підземними пагонами. Стебло прямостояче, гіллясте тільки у верхній частині. Листки непарноперисті, супротивні, з 4-11 парами сидячих ланцетних або лінійних листочків. Квітки зібрані в щитовидне суцвіття, розташоване на верхівкових гілочках. Віночок п'ятилопатевий, світло-рожевий або білий, тичинок 3, розташованих асиметрично; маточка утворена з 3 плодолистиків, з тригнізною нижньою зав'яззю. Плід - суха сім'янка з чубком. Цвіте в червні - серпні.

Росте на вологих місцях, у поймах річок, на заболочених луках по всій Україні.

Органи, що використовуються. Кореневище і корені, які містять ефірну олію, ізовалеріанову кислоту, борнеол, валерин, дубильні речовини, цукри.

Застосування. З лікувальною метою використовують кореневища з коренями валеріани як заспокійливий засіб при безсонні. Вони знижують артеріальний тиск.

Застосовують холодний настій: столову ложку подрібненого коріння та кореневищ заливають склянкою води і настоюють протягом 13 годин, випивають в декілька прийомів за 1 день. Приймають також порошок з підземних органів по 1-2 г 3-4 рази на день.

Препарати валеріани не слід приймати довгий час, оскільки вони викликають порушення функції шлунково-кишкового тракту.

Вербена лікарська. Вербена лекарственная. Verbena officinalis L.
Родина Verbenaceae - Вербенові. Вербеновые (табл.4)

Трав'яниста багаторічна рослина висотою 30-100 см. Стебло прямостояче, чотиригранне. Листки супротивні, короткочерешкові або сидячі, перистонадрізані з виїмчастими загостреними кінцями. Квітки дрібні, зібрані в довгі колосковидні суцвіття на кінцях розгалужень стебла. Чашечка п'ятироздільна, трубчаста. Віночок п'ятипелюстковий, зрощений, асиметричний, блідо-ліловий; тичинок 4, маточка з 2 плодолистиків, з двогніздою верхньою зав'яззю. Плід сухий, розпадається на 4 горішки. Цвіте в червні – жовтні.

Росте уздовж доріг як бур'ян, на луках, узліссях, забур'янених місцях, вирубках, серед чагарників, на берегах річок, по всій Україні.

Органи, що використовуються. Надземна частина з квітками.

Містить глікозиди, слиз, гірку речовину, таніни, ефірну олію.

Застосування. Вербена лікарська рекомендується при виснаженні, анемії, при запаленні печінки, розладах травлення, при атеросклерозі і тромбозах, золотусі, фурункулах і різних виразках.

Внутрішньо готують настій: 1 чайну ложку листя на склянку окропу, настоюють 15 хвилин, проціджують, приймають по третині склянки 3 рази на день.

Верес звичайний. Вереск обыкновенный. *Calluna vulgaris* L.

Родина *Ericaceae* – Вересові. Вересковые (табл.4)

Чагарник до 60 см висотою, розгалужений, вічнозелений з супротивними, сидячими, ланцетовидними листками. Квітки дрібні, правильні, двостатеві, рожеві, пониклі, зібрані в багатоквіткові китиці. Чашечка глибоко-4-роздільна, плівчаста; віночок зросло пелюстковий, дзвоникovidний, розсічений на 4 лопаті. Тичинок 8; маточка 1- стовпчик з головчастою приймочкою. Зав'язь верхня. Плід – коробочка, вкрита білими волосками. Цвіте в кінці літа до глибокої осені.

Росте по сухих схилах, в світлих лісах Полісся і в Лісостепу.

Органи, що використовуються. Гілочки з листками і квітками.

Містить глікозиди, флавоноїди, дубильні речовини, сапоніни, органічні кислоти.

Застосування. Діє протизапально і антисептично. Рекомендується як потогінний і сечогінний в'язучий засіб. Застосовується при циститах, простатитах, коли є пісок і камені в нирках, ревматизмі, подагрі, розладах нервової системи.

Настій готують з 1 столової ложки трави на 2 склянки окропу (добова доза). Відвар трави готують з 1 столової ложки на півтори склянки окропу, приймають по півсклянки тричі на день.

Вероніка лікарська. Вероника лекарственная. *Veronica officinalis* L.

Родина *Scrophulariaceae* - Ранникові. Норичниковые (табл.4)

Народні назви – гадючник.

Трав'яниста багаторічна рослина висотою 10-30 см, з повзучим кореневищем. Стебло лежаче (розгалужене, округле, рівномірно опущене) із супротивними листками. Листки обернено-яйцевидні, цілісні, короткочерешкові, по краях зубчасті. Квітки зібрані в китиці. Пелюстки голубі з темними жилками. Плід – коробочка, туповиїмчаста, удвічі довша за чашечку. Цвіте в червні – серпні.

Росте серед чагарників, у хвойних і мішаних лісах, узліссях, галявинах і зрідка у Степу і Криму.

Органи, що використовуються. Уся надземна частина рослини перед відцвітанням квіток.

Містить глікозиди аукубін і вероніцин, ефірну олію, вітамін С, гірку речовину, органічні кислоти.

Застосування. Вероніка лікарська рекомендується при захворюваннях дихальних органів - сприяє виділенню мокроту і викликає розрідження густого секрету. Застосовують при виразці шлунку, проносах, хворобах печінки, нирок. Готують настій із столової ложки подрібненої рослини на 2 склянки окропу (денна доза), настоюють 2 години, проціджують, п'ють по півсклянки 4 рази на день.

Зовнішньо вероніку лікарську використовують при екземі, грибкових ураженнях, пораненнях, опіках, вуграх, фурункулах, сверблячих висипах.

Для зовнішнього застосування готують настій або відвар трави з розрахунку 20 г на 200 мл окропу. Ним користуються для обмивань та примочок.

Настій свіжозібраної трави на рослинній олії (настоюють 10 днів у співвідношенні 1:1) застосовують при різних хворобах шкіри.

Волошка синя. Василек синий. *Centaurea cyanus L.*
Родина *Compositae* - Складноцвіті. Сложноцветные (табл.4)

Народні назви: волошка, волошка польова.

Трав'яниста однорічна рослина 0,5-1 м висотою, з прямостоячим, розгалуженим стеблом, з дрібними лінійно-ланцетовидними листками. Уся рослина покрита м'якими волосками, що додає їй сіро-біле забарвлення. Квітки трубчасті, сині, зібрані в небагатоквіткові кошики. Цвіте на початку літа.

Росте як бур'ян в посівних культурах; поширена у поліській та лісостеповій зонах України.

Органи, що використовуються. Кольорові кошики, котрі містять глікозиди, флавоноїди, гіркі речовини, барвник ціанін, вітамін С, каротин.

Застосування. Волошка синя має протизапальні, сечогінні, жовчогінні, дезинфікуючі властивості, поліпшує травлення.

Застосовують при захворюванні нирок і сечовивідних шляхів, печінки і жовчовивідних шляхів, при блефариті, кон'юнктивіті.

Для *внутрішнього* вживання готують настій пелюсток: 1 столова ложка пелюсток на склянку окропу, п'ють теплим по 1 столовій ложці 3 рази на день.

Цей настій застосовують для примочок при захворюванні очей.

Для втирання при випадінні волосся і при лупі готують настій подрібнених кошиків: 1 столова ложка кошиків на 400 мл суміші окропу і оцту, взятих порівну, настоюють 30 хвилин.

Галега лікарська. Галега лекарственная. *Galega officinalis* L.

Родина Papilionaceae - Метеликові. Мотыльковые (табл.5)

Багаторічна трав'яниста рослина з непарноперистими листками. Листки в 4-10 парах продовгуватих або ланцетних листочків, листочки довжиною 15-50 мм, 4-15 мм шириною, гострі. Багаточисленні квіти зібрані у верхівкові китиці. Віночок світло-блакитний. Боби на ніжці, до 40 мм довжини, голі. Цвіте все літо.

Росте по сирих місцях, ямах, уздовж каналів і на берегах річок. Зустрічається місцями на всій країні, а іноді майже масово в окремих районах.

Органи, що використовуються. Надземна частина рослини у стадії цвітіння.

Містить галегин, танін, сапонін і гіркі речовини.

Застосування. Галега лікарська діє подібно інсуліну при цукровому діабеті, особливо в легкій формі цього захворювання, а також сечогінно, потогінно і підвищує секрецію молока у породіль. При лікуванні діабету її

застосовують як додатковий засіб до лікування інсуліном, що дозволяє зменшити дози останнього. Кращий ефект можна одержати при застосуванні настою з насіння галеги в дозі 0,5-1 чайної ложки на склянку води.

Сировина застосовується у вигляді настою; столову ложку подрібненої трави галеги заварюють склянкою окропу (добова доза).

Народною медициною квітки галеги рекомендуються як сечогінний і потогінний засіб, а також для підвищення секреції молока у жінок, що кормлять грудьми.

Гарбуз звичайний. Тыква обыкновенная. Cucurbita pepo L.
Родина Cucurbitaceae - Гарбузові. Тыквенные (табл.5)

Народні назви: кабак, гарбуз столовий.

Однорічна повзуча, трав'яниста рослина. Листки крупні. Листки і стебло вкриті волосками. Квітки одностатеві, одиничні, пазушні. Віночок п'ятироздільний, жовтогарячий. Плід - ягодоподібний, великий, кулястий, з численним насінням. Цвіте влітку.

Батьківщина гарбуза - тропічна Америка. В Україні культивується у всіх зонах.

Органи, що використовуються. Насіння і м'якуш плода.

Насіння містить жирну олію, органічні кислоти, фітостерин, кукурбітол, смолисті речовини, вітамін С. Плоди містять каротин, органічні кислоти, цукри, мінеральні речовини, вітамін С, вітаміни групи В.

Застосування. Насіння гарбуза застосовується як засіб проти стьожкових і круглих глистів. Для лікування 300 г насіння очищують від лушпиння, розтирають у ступці з водою, додають 100 г меду або цукру і вживають лежачі натщесерце протягом двох годин невеличкими порціями.

За два дні до початку лікування щоранку ставлять клізму, а напередодні увечері приймають сольове проносне. Через 3 години після прийому насіння приймають проносне, а через півгодини ставлять клізму.

М'якуш гарбуза використовують як жовчогінний, сечогінний, послаблюючий засіб. Вживають 0,5 кг сирого або 1-2 кг вареного чи печеного м'якуша гарбуза за день при шлунково-кишкових захворюваннях, атеросклерозі, подагрі, малокрів'ї, ожирінні.

Зовнішньо м'якуш використовують при опіках, для лікування екзем.

Маска на обличчя при сухості шкіри: 2 столові ложки вареного м'якуша гарбуза змішують з 1 столовою ложкою оливкової або мигдальної олії, суміш наносять на обличчя, через 20 хвилин змивають теплою, а потім холодною водою.

***Гірчак перцевий (водяний перець). Горец перечный (водяной перец).
Polygonum hydropiper L. [Persicaria hydropiper L.]
Родина Polygonaceae - Гречкові. Гречишные (табл.5)***

Народні назви - перець собачий.

Однорічна трав'яниста рослина висотою 40-70 см з прямостоячим, голим стеблом. Листки ланцетні з короткими черешками, почергово розташовані на розгалуженому стеблі. Квітки зеленуваті. Суцвіття – рідка, довга, переривчаста китиця. Тичинок 5-6. Плід – видовжений горішок. Цвіте в червні-жовтні.

Зустрічається в сирих і болотистих місцях на всій Україні.

Органи, що використовуються. Надземна частина рослини з квітками.

Містить глікозид, флавоноїди, ефірну олію, вітамін С,К,Е, дубильні, смолисті речовини, мікроелементи.

Застосування. Водяний перець застосовується як кровоспинний засіб при внутрішніх кровотечах, проносах, для лікування екземи, гнійних ран, виразки гомілки.

Внутрішньо. Настій трави (2 столові ложки сировини на склянку окропу) випивають в 3 прийоми за 1 день.

Настойку трави (у співвідношенні 1:4, на горілці) приймають по 30 крапель 4 рази на день. Порошок висушеної трави приймають по 0,5 г тричі на день.

Зовнішньо. Відвар трави (50 г трави на 2 склянки окропу) застосовують для обмивань уражених ділянок шкіри.

Свіжим соком трави змащують виразки гомілки. Свіжу подрібнену траву прикладають до потилиці при головних болях. Уживання водяного перцю протипоказане при запаленнях нирок і сечового міхура.

Гірчиця чорна. Горчица черная. Brassica nigra L.
Родина Cruciferae - Хрестоцвітні. Крестоцвітные (табл.5)

Однорічна трав'яниста рослина висотою до 2 м, з прямостоячим стеблом. Листки ліровидні, верхні прості, цілокраї. Квітки жовті, дрібні, чашечки з 4 чашолистиків, віночок чотирьохпелюстковий, тичинок 6, плід - стручок, що розкривається двома стулками. Цвіте в травні - вересні.

Зустрічається в посівах і на полях як бур'янова рослина. Потреби в медичному гірчичному насінні задовольняються культивованими рослинами по Україні.

Органи, що використовуються. Насіння.

Містить жирну олію, до складу якої входять гліцериди ерукової, олеїнової, лінолевої кислоти. Важливою складовою частиною гірчичного насіння є глікозид синігрин, який у присутності води розпадається під дією ферменту мирозину на сульфат калію, глюкозу і гірчичну ефірну олію, яка є сильним подразником шкіри.

Застосування. Насіння рослини збуджує апетит, посилює виділення шлункового соку, сприяє кращому перетравленню їжі, має протизапальні, антисептичні властивості.

Місцеве застосування порошку з гірчичного насіння (гірчичники, ванни, компреси) подразнює шкіру; постачання крові стає більш інтенсивним.

Гірчичники використовують при бронхітах, запаленнях легень, плевритах, радикулітах. Гірчичники, зволоживши водою, прикладають на 10-15 хвилин на груди, спину, потилицю, литкові м'язи тощо.

Гірчичні компреси прикладають дітям на грудну клітину на 5-10 хвилин при простудних захворюваннях (1 чайна ложка гірчичного порошку на склянку теплої води).

Гірчичні ванни: 200 г гірчичного порошку на одну процедуру тривалістю 20 хв. Ванни для ніг роблять з розрахунку 2-3 ложки порошку на відро гарячої води.

Гледичія колюча. Гледичія обыкновенная.

Gleditsia triacanthos L.

Родина Fabaceae – Бобові. Бобове (табл.6)

Високе дерево (до 40 м заввишки), покрите сіро-бурою дрібнорозтрісканою корою. На стеблі і гілках виростають гіллясті колючки. Листки (14-20 см завдовжки) двічі перисті з 8-16 парами листочків. Квітки роздільностатеві, зібрані в небагатоквіткові китиці до 7 см завдовжки. Чашечка з 5 чашолистиків, зрощених до половини; віночок п'ятипелюстковий, маточка одна, зав'язь верхня. Плід - плоский біб до 20-45 см довжиною і до 5 см шириною, розкривається по двох швах. Цвіте в травні-червні, а плід дозріває у вересні-жовтні.

Молоде листя містить алкалоїд триакантин. Плід-біб містить флавоноїди. У бобах міститься близько 2,6% антрахинонів. Розводять по всій Україні.

Застосування. Антраглікозиди, що містяться в бобах плоду, мають проносну дію при хронічних запорах, розширюють кровеносні судини. Плоди містять флавонові сполуки, сапоніни, дубильні речовини, нафтохінон.

У народній медицині збирають боби глибокої осені після приморозків, 30 г подрібнених бобів відварюють 5 хвилин в 500 мл води,

настоюють 8 годин, приймають половину склянки 3 рази на добу до їжі при болях в шлунку.

Глід колючий. Боярышник колючий. *Crataegus oxyacantha* L.
Родина Rosaceae - Розоцвіті. Розоцветные (табл.6)

Чагарник або галузисте дерево, покрите колючками, з гладкою сірою корою. Листки розсічені на 3-5 (9) лопатей; лопаті неоднаковопильчасті, зверху блискучі. Квітки білі, зібрані в щиткоподібні суцвіття. Чашечка складається з 5 трикутних зубчиків; 5 вільних пелюсток, округлих; тичинок багато. Маточка з нижньою зав'яззю, 1 стовпчиком, одногнізна. Плід темно-червоний, напівсоковитий. Цвіте в травні.

Росте серед лісів і чагарників всюди в Україні.

Органи, що використовуються. Квітки з листками або без них, плоди.

Квітки і листки містять фенолокислоти, аміни, кварцетин, гіперозид. Плоди містять органічні кислоти, пектинові речовини, цукри, каротин, вітамін С, К, фенольні сполуки.

Застосування. Глід підсилює серцеву діяльність, заспокоює серцебиття, яке викликане нервовим збудженням, регулює кров'яний тиск (підвищений – знижує, знижений – підвищує). Пзначається при безсонні, підвищеній збудливості нервової системи, атеросклерозі, гіпертонічній хворобі, запамороченнях.

Настій квіток: беруть 1 столову ложку висушених квіток на склянку окропу, настоюють 1 годину, приймають по третині склянки тричі на день.

Настій плодів: беруть 1 столову ложку сухих подрібнених плодів на склянку окропу, настоюють 2 години, приймають по півсклянки 2-3 рази на день.

Настоянка плодів: 10 г сухих подрібнених плодів настоюють на 100 мл 70% спирту або міцної горілки протягом 10 днів, проціджують, приймають по 20-30 крапель тричі на день.

Горицвіт весняний. Горицвет весенний. Adonis vernalis L.

Родина Ranunculaceae - Жовтецеві. Лютиковіе (табл.6)

Народні назви: стародубка, чорногірка.

Багаторічна трав'яниста рослина з прямостоячим, малогалузистим стеблом. Листки розділені на декілька часток з вузькими загостреними листочками. Віночок оранжево-жовтий, шовковисто-блискучий з 15-20 довгастих або ланцетних розчепірених пелюсток, тичинок і маточок багато. Плід збірний. Цвіте ранньою весною.

Зустрічається по сухих луках, пасовищах та в степу України.

Властивості. Листки і квітки гіркі. Отруйна рослина!

Органи, що використовуються. Надземна частина з квітками.

Містить серцеві глікозиди: адонітоксин, строфантин, цимарин та ін.

Застосування. Горицвіт весняний застосовується при ослабленні серцевої діяльності, вегетодистонії, нервово-психічних, ниркових хворобах, при явищах недостатності серцево-судинної системи. Як заспокійливий засіб він застосовується при кашлі, особливо при коклюші, судомах, при набряках серцевого походження, як болетамувальний засіб – при ревматичних болях у суглобах.

Внутрішньо. Настій трави: 1 столову ложку подрібненої сировини заливають склянкою окропу, настоюють до охолодження, проціджують, приймають по 1 столовій ложці тричі на день.

Лікування горицвітом весняним треба проводити під наглядом лікаря, бо це отруйна рослина.

Горіх волоський. Орех грецький. Juglans regia L.

Родина Juglandaceae - Горіхові. Ореховіе (табл.6)

Високе дерево (до 35-40 м заввишки) з потужною кроною. Кора спочатку гладенька, попелясто-сіра, при старінні дерева стає темнішою і розтріскується. Листки крупні, довгочерешкові, непарноперисті, з 7-9 широкими еліптичними або яйцевидними, цілокраїми листочками, з яких

верхівковий найкрупніший. Квітки одностатеві, тичинкові утворюють сережки, маточкові квітки зібрані по 1 - 4 на верхівках зелених гілок, з двома зігнутими червоного кольору приймочками. Плід сферичний або кулясто-довгастий з гладкою, м'ясистю, зеленою зовнішньою оболонкою і дерев'янистою внутрішньою оболонкою. Цвіте в кінці квітня і в травні.

Культурна рослина, що росте на всій Україні.

Органи, що використовуються. Листя, зелені оплодні і зелені, нестигли плоди.

Листя і оплодні містять алкалоїди, флавоноїди, дубильні речовини, барвну речовину юглон, вітамін С, В, Е, каротин, ефірну олію, мікроелементи.

Ядро горіхів має жирну олію (до 78%) , білок (до 20%), вуглеводи (до 20%), вітаміни С, В, Е, каротин, солі заліза і кобальту, дубильні і ароматичні речовини.

Застосування. Листя горіха волоського і оплодні мають протизапальні, ранозагоювальні, в'язучі, глистогінні властивості. Вони збуджують апетит, поліпшують травлення, знижують рівень цукру в крові.

Застосовуються при захворюваннях шлунка і кишечника, атеросклерозі, як загальнозміцнюючий засіб – при авітамінозах, знесиленні, рахіті, для полоскань при ангіні, стоматиті, а також для ванн, примочок, обмивань при хворобах шкіри, подагрі, поліартриті.

Внутрішньо. Настій листків або оплоднів (20 г. подрібненої сировини на склянку окропу) приймати по третині склянки тричі на день.

Зовнішньо. Відвар листя (3-5 столових ложок листя на півлітра окропу, варити 15 хвилин) використовують для полоскань горла, примочок, обмивань.

Свіже подрібнене листя прикладають до ран і виразок для прискорення їхнього загоювання.

Ядро горіхів (100 г щодня) рекомендується споживати хворим на атеросклероз, гіпертонію, туберкульоз легень, хворим з підвищеною кислотністю шлункового соку.

Горлянка повзуча. Живучка ползучая. *Ajuga reptans* L.

Родина *Lamiaceae* - Губоцвіті. Яснотковіе (табл.7)

Багаторічна рослина з повзучими наземними пагонами висотою 10-30 см. Стебло прямостояче, 4-гранне, нерозгалужене, розсіяноволосясте, по двох протилежних гранях. Листки супротивні, прикореневі – довгочерешкові, вище по стеблу сидячі. Квіти неправильні, зібрані в кільця в обгортці приквіткових лусок. Квітки рожеві, голубі, рідше білі, зібрані в кільця, на верхівках стебел у вигляді волоті. Цвіте у травні – червні.

Росте на луках, у чагарниках, парках, лісосмугах, у лісах, на Поліссі, в Лісостепу, в Карпатських та Кримських горах.

Горлянка повзуча краще розмножується вегетативно – повзучими пагонами на яких формуються листові розетки, котрі укорінюються і в наступному році стають самостійними рослинами.

Часто використовують як декоративну рослину.

Органи, що використовуються. Трава зібрана в період цвітіння рослини. Трава містить сліди алкалоїдів та деякі леткі олії.

Застосування. Трава має кровоспинні, потогінні, протизапальні та антисептичні властивості. Водний настій трави вживають при ревматизмі, простуді, виразках шлунка, проносах, жовчнокам'яній хворобі та як засіб для покращення обміну речовин.

Зовнішньо. Свіжі подрібнені листки або сік рослини використовують при виразках, відкритих ранах, захворюваннях ротової порожнини, при випадінні волосся, або настій трави (1 столова ложка трави на 200 мл окропу, настоюють 2 години і промивають рани).

Внутрішньо – настій трави (1 чайну ложку сировини на 100 мл окропу настоюють 2 години) по 1 столовій ложці 2 – 3 рази на день.

Горобина звичайна. Рябина обыкновенная. Sorbus aucuparia L.

Родина Rosaceae – Розоцвіті. Розоцвітніе (табл.7)

Народні назви - грабина, рабина.

Дерево 10-16 м висотою з сірою гладкою блискучою корою. Листки непарноперисті з 5-11 парами листочків; листочки довгасто-ланцетовидні, зубчасті. Квітки білі, зібрані в густі щитковидні суцвіття. Чашечка п'ятироздільна, пелюсток 5, тичинок багато; маточка з нижньою зав'яззю і 2-4 стовпчиками. Плід кулястий, червоний (розмірами з горошину). Цвіте в травні – червні.

Зустрічається декілька форм горобини. Росте в долинах річок. Місцями вирощується в парках і садах як декоративна рослина.

Органи, що використовуються. Плоди.

Стиглі плоди (пізньої осені) містять фенольні сполуки, цукри, органічні кислоти: яблучну, винну, янтарну, шавлеву, сорбінову; дубильні речовини, мінеральні солі, вітамін С, К, Е, вітаміни групи В, каротин.

Застосування. Плоди горобини звичайної мають жовчогінні, сечогінні, послаблюючі, кровоспинні властивості; зменшують кількість холестерину в крові, використовують як полівітамінний засіб при гіповітамінозах.

Відвар, настій або сік плодів уживають при хворобах печінки, каменях у нирках і сечовому міхурі, розладах травлення, геморої.

Свіжі плоди корисно вживати при гіпертонії, атеросклерозі, нирковокам'яній хворобі.

Внутрішньо. Свіжий сік вживають по 50 мл 3 рази на день.

Відвар плодів (15 г плодів на склянку окропу) п'ють по 1 столовій ложці 4 рази на день.

Сироп (1 кг соку плодів варять з 500 г цукру) вживають по 1 столовій ложці тричі на день.

Гравілат міський. Гравілат городской. *Geum urbanum* L.
Родина Rosaceae - Розоцвіті. Розоцветные (табл.7)

Трав'яниста багаторічна рослина з прямостоячим, 30-60 см висотою, малорозгалуженим м'якоопушеним стеблом. Нижні листки утворюють розетку, непарноперисті, стеблові листки трьох-чотирьох лопатеві або цілокраї. Квітки дрібні, розташовані поодинокі на верхівках стебел. Чашечка складається з 10 чашолистиків, розташованих по 5 в 2 кола; пелюсток 5, жовтих, незрослихся; тичинок і маточок багато. Плоди горішковидні. Цвіте влітку.

Росте в приміських лісах і лісопарках, у лісосмугах, поблизу міських доріг та скверів.

Органи, що використовуються. Коріння, трава.

Містить ефірну олію, дубильні та гіркі речовини.

Застосування. Гравілат міський має протизапальну і антисептичну дію. Застосовується при захворюваннях шлунково-кишкового тракту, печінки, жовчного міхура і геморої. Сировина використовується і як кровоспинний засіб. Настій - 1 столову ложку трави заливають склянкою окропу (добова доза).

Народна медицина рекомендує застосовувати коріння і надземну трав'янисту частину гравілату при проносах, дизентерії і як кровоспинний засіб. 2 столові ложки кореня відварити 15 хв. в 0,5 л води, пити по півсклянки 3 рази на день.

Грицики звичайні. Пастушья сумка. *Capsella bursa pastoris* L.
Родина Cruciferae - Хрестоцвіті. Крестоцветные (табл.7)

Однорічна або дворічна трав'яниста рослина з тонким (30 см) стеблом. Прикореневі листки черешкові, перисторозсічені на трикутні зубчасті частки; стеблові - сидячі, цілокраї. Квітки дрібні, білі; чашечка з 4 чашолистиків,

віночок чотирьохпелюстковий, тичинок 6. Плід – стручечок. Цвіте з ранньої весни до пізнього літа.

Поширення. Зустрічається всюди як бур'ян на всій Україні.

Органи, що використовуються. Надземна частина рослини.

Трава містить флавоноїди, сапоніни, дубильні речовини, органічні кислоти, аскорбінову кислоту.

Застосування. Встановлено, що препарати з трави грициків викликають зниження артеріального тиску, виявляють кровоспинну дію, посилюють моторику шлунка і перистальтику кишечника.

Застосовують при шлунково-кишкових, ниркових і легеневих кровотечах, хворобах печінки, нирок.

Внутрішньо настій готують з 2 столових ложок подрібненої сировини на склянку окропу, приймають по 1 столовій ложці 4-5 раз на день після їжі.

Зовнішньо у вигляді компресів на забиті місця застосовується настій грициків (10 г трави на склянку окропу).

Деревій звичайний. Тысячелистник обыкновенный.

Achillea millefolium L.

Родина Compositae - Складноцвіті. Сложноцветные (табл.8)

Народні назви: біла кашка, білоголовник, заяча трава, кривавник, деревій тисячолістий.

Трав'яниста багаторічна рослина з прямостоячим стеблом до 30 см висотою. Листки почергові, ланцетовидно двічі-тричіперисторозсічені. На верхівці стебла зібрані кольорові кошики у формі густого щитка. Обгортка кошиків складається з прилеглих листочків, які по краях червонувато-коричневого кольору. Кожен кошик складається з краєвих, язичкових і трубчастих квіточок жовто-бурого кольору. Цвіте влітку.

Росте по луках, пасовищах, серед чагарників і світлих лісів на всій Україні.

Властивості. Кошики мають специфічний, гострий, ароматний запах.

Органи, що використовуються. Кошики суцвіть, надземна частина без товстих, здерев'янілих стебел.

Містить ефірну олію, гіркі і дубильні речовини, ахілеїн, органічні кислоти, вітаміни.

Застосування. Деревій звичайний проявляє кровоспинну дію, використовується при різних кровотечах: носових, легневих, кишкових, гемороїдальних. Він посилює секреторну активність шлунка, збільшує жовчовиділення, зменшує кишкові болі. Застосовується при зниженому апетиті, хворобах шлунка, кишечника, печінки, нирок і сечового міхура.

Зовнішньо препарат деревію звичайного використовують для лікування ран, виразок, фурункулів, вугрів, стимулювання росту волосся.

Внутрішньо. Настій трави: 2 столові ложки подрібненої сировини заливають склянкою окропу, настоюють 1 годину, проціджують, п'ють теплим по півсклянки двічі на день.

Зовнішньо. Настій трави: 2 столові ложки заливають 0,5 л окропу, настоюють 1 годину, проціджують, використовують для компресів, обмивань, примочок і для втирань у шкіру голови для стимулювання росту волосся.

Настій квіткових кошиків: 3 чайні ложки подрібненої сировини заливають склянкою окропу, настоюють 30 хвилин, проціджують, застосовують для компресів при жирній шкірі обличчя.

**Дуб звичайний. Дуб обыкновенный. *Quercus robur* L.
Родина *Fagaceae* - Букові. Букове (табл.8)**

Народні назви - дуб літній, літняк, дуб зимовий.

Дерево 20-50 м заввишки з розкидистою кроною і товстим стовбуром; кора стовбурів і крупних гілок товста, з численними тріщинами, буро-сіра, а молодих пагонів гладенька. Листки неправильно перистолопатеві, короткочерешкові, жолуді розташовані на коротких черешках. Квітки дуба одностатеві. Рослини однодомні; тичинкові квітки зібрані в повислі сережки,

і маточкові - поодинокі або по два-п'ять, утворюють суцвіття у вигляді сережок. Плід (жолудь) оточений в основі чашечкою. Цвіте на початку весни.

Поширений в лісах, лісосмугах та штучних лісах степу України.

Органи, що використовуються. Тонка гладенька кора молодих пагонів або гілок.

Містить вільну галову та елагову кислоти, катехінові таніни, вуглеводи, смоли, цукри, білки, крохмаль, мінеральні речовини.

Застосування. Кора дуба виконує протизапальну, протигнильну в'язучу дію при запаленнях слизової оболонки рота, глотки, шлунка. Застосовується при шлункових кровотечах, хворобах печінки та селезінки, при проносах, захворюваннях шкіри (опіки, відмороження, екземи), при отруєнні грибами, поганому запаху з рота.

Внутрішньо. Настій дубової кори: 1 чайну ложку подрібненої кори заливають двома склянками кип'яченої води, настоюють протягом 8 годин, проціджують, п'ють по 2-3 столовій ложки 3-4 рази на день.

Зовнішньо. Відвар кори (20 г кори на 1 склянку окропу) для полоскань. Відвар кори (40 г кори на 1 склянку окропу) для примочок при опіках, екземі, виразках.

Дурман звичайний (Дурман смердючий).

Дурман обыкновенный. Datura stramonium L.

Родина Solanaceae - Пасльонові. Пасленовые (табл.8)

Народні назви: дурман смердючий, дур-зілля, біс-дерево, німиця, скажене зілля, одур-трава, дивдерево, колючі яблука, дендера, дурмолох.

Однорічна трав'яниста рослина, що досягає 0,5-1 м висоти, з прямостоячим, розгалуженим у верхній половині стеблом, з черговими послідовними довгочерешковими, яйцевидними, глибоковиїмчастими листками. Квітки дуже крупні, розташовані поодинокі в пазухах листків. Чашечка з 5 чашолистків, які створюють довгу трубочку; віночок дуже крупний, лійкоподібний, утворений із зрощення 5 білих пелюсток; тичинок 5; маточка утворена з 2 плодолистків, з верхньою зав'яззю. Плід -

багатосім'яна крупна коробочка, вкрита колючками. Насіння крупне. Рослина отруйна! Цвіте влітку.

Росте по смітниках, пустирях, на городах, у садах по всій Україні.

Органи, що використовуються. Листки і насіння.

Усі частини рослини містять алкалоїди: гіосціамін, атропін, скополамін. В насінні, крім того, є отруйна жирна олія.

Застосування. Головною діючою речовиною дурману звичайного є гіосціамін, який має снотворні, наркотичні, заспокійливі, знеболюючі, протиспазматичні властивості.

Препарати дурману застосовують при бронхітах, бронхіальній астмі, нервових і психічних хворобах, постійній і тривалій гикавці.

Настойка: беруть 1 частину товченого насіння на 5 частин 70% спирту, настоюють 7 днів, фільтрують, приймають по 2 краплі на 2 столові ложки води 4 рази на день.

Відвар листя (20 г сировини на склянку окропу) вдихають через ніс 15 хвилин.

Відвар листя для ванни: 20 г сировини на відро води.

Рослина отруйна, препарати з неї треба застосовувати тільки за призначенням лікаря.

Дягель лікарський. Дягиль лекарственный.

Archangelica officinalis Hoffm.

Родина Umbelliferae - Зонтичні. Зонтичные (табл.8)

Багаторічна трав'яниста рослина з м'ясистим кореневищем. Стебло прямостояче до 1,5 м висоти, біля основи товсте, порожнисте, в нижній частині забарвлене в червонуватий колір. Нижні листки великі (60-90 см), тричіперисті, з порожнистими черешками; листочки яйцевидні або довгасті. Піхви листків крупні, видуті. Квітки дрібні, зібрані у великі кулясті зонтики. Плід – двосім'янка. Цвіте в липні-серпні.

Росте на вологих луках і болотистих місцевостях.

Властивості. Має гострий, специфічний приємний запах; смак солодкуватий, а потім сильно пекучий.

Органи, що використовуються. Коріння.

У коренях дягелю лікарського міститься ефірна олія і органічні кислоти, дубильні і гіркі речовини.

Застосування. Коріння дягелю діє знеболююче, спазмолітично, заспокійливо, сечогінно. Рекомендується при метеоризмі, гастритах, колітах, дискінезії жовчних шляхів, як засіб, що збуджує апетит.

Застосовується також і як відхаркувальний засіб при захворюваннях дихальних органів і для збудження секреції жовчі. Рекомендується для ванн при істерії, легких нервових збудженнях.

Застосовується відвар коріння: 2 столові ложки подрібненого коріння заливають склянкою окропу, кип'ятять, п'ють гарячим по третині склянки 3 рази на день після їжі.

Живокіст лікарський. Окопник лекарственный.

Symphytum officinale L.

Родина Boraginaceae - Шорстколисті. Бурачниковые (табл.9)

Багаторічна трав'яниста рослина 30-90 см заввишки, з м'ясистим розгалуженим кореневищем, зовні чорного, на зламі білого кольору. Стебло прямостояче, покрите волосками. Листки шорсткі внаслідок наявності волосків; нижні листки еліптичні, короткочерешкові, середні і верхні - ланцетовидні. Квітки зібрані в завійках, майже правильні, зрослопелюсткові. Чашечка зрощена біля основи; віночок фіолетовий, зрощений в довгу трубочку з 5 тупими зубчиками по краю. Маточка з 2 плодолистиків, з верхньою 2-гніздною зав'яззю. Плід сухий, розпадається на 4 горішки. Цвіте в травні - липні.

Зустрічається на луках, на берегах річок.

Органи, що використовуються. Коріння.

Містить алкалоїд алантоїн, таніни, холін, слизи, глікозидні речовини, інулін, смоли, аспарагін, ефірну олію.

Застосування. Корінь живокосту лікарського має протизапальні властивості, стимулює проліферацію клітин і відновлює тканини. Застосовується для поліпшення обміну речовин, при переломі кісток, пораненнях, виразці гомілки, хворобах шлунка, кишечника, нирок, при бронхіті, фурункульозі, стоматиті, заплітості.

Внутрішньо. Настій коріння: 1 столову ложку подрібненого коріння настоюють 8 годин на 300 мл холодної кип'яченої води, настій зливають, сировину вдруге заливають склянкою окропу на 10 хвилин, проціджують, змішують обидві порції (доза на один день), п'ють ковтками протягом дня.

Зовнішньо. Настій коріння: 10 г сировини на склянку окропу. Варять 10 хвилин, охолоджують, проціджують, використовують для компресів, примочок, полоскань.

Мазь (свіжий потовчений корінь змішують з розігрітим свиначим жиром у рівних частинах) застосовують для змащування уражених ділянок шкіри.

***Звіробій звичайний. Звербой продырявленный.
Hypericum perforatum L.***

Родина Guttiferae - Звіробійні. Звербойные (табл.9)

Народні назви: божа кривця, кривавник, заяча кривця, стокривця.

Багаторічна трав'яниста рослина з прямостоячим, вгорі сильно гіллястим, круглим стеблом, висотою до 50 і більше см. Листки супротивні, сидячі, овально-еліптичні до овально-ланцетових, цілокраї. Квітки зібрані у волотисті суцвіття. Чашолистків 5, продовгуватих, загострених, вільних, цілокраїх; пелюсток 5, незрощених; тичинок велика кількість, зрощених в 3 пучки; маточка складається з 3 плодолистків з верхньою зав'яззю і 3 стовпчиками. Плід - яйцевидна, трьохгніздна коробочка. Цвіте влітку.

Зустрічається у трав'янистих місцях, серед чагарників і світлих лісів, в лісосмугах, садах і огородах, на луках.

Органи, що використовуються. Надземна частина рослини в період цвітіння, але без нижніх стебел, що здерев'яніли.

Містить ефірну олію, смолисті, дубильні речовини, флавоноїди, сапоніни, барвники, вітамін С, каротин.

Застосування. Звіробій має протизапальні, протимікробні, в'язучі, ранозагоювальні, жовчогінні властивості. Його використовують при захворюваннях шлунка, кишечника, печінки, жовчних шляхів, при мігрені, розладах нервової системи, нічному нетриманні сечі у дітей. Звіробійну олію застосовують при опіках, виразці гомілки та для гоєння ран. Настій і настойку трави – для полоскання ротової порожнини і змазувань ясен при неприємному запаху з рота.

Внутрішньо. Відвар трави: 1 столову ложку подрібненої сухої трави на склянку окропу варять 10 хвилин, охолоджують, приймають по третині склянки тричі на день за 30 хвилин до їжі.

Настій трави готують як чай (1 столову ложку трави на стакан окропу), п'ють охолодженим по третині склянки тричі на день до їжі.

Зовнішньо. Звіробійна олія: 20 г свіжих суцвіть заливають склянкою соняшникової олії настоюють 2 неділі, проціджують, змащують хворі місця на шкірі.

Злінка канадська. Мелколепестник канадський.

Erigeron canadensis L.

Родина Compositae - Складноцвіті. Сложноцветные (табл.9)

Однорічна трав'яниста рослина з прямостоячим, до 1 м висотою, стеблом. Листки лінійно-ланцетні, нижні з рідкими зубчиками по краях. Кошики дрібні, шириною 3 - 5 мм. Периферичні квітки маточкові, білуваті, решта трубчасті - жовтувато-білого кольору. Плоди мають білий чубок. Цвіте влітку.

Північноамериканська рослина, з давніх давен перенесена до Європи.

В Україні як бур'ян росте по всій території: на полях, городах, у лісосмугах, біля доріг.

Органи, що використовуються. Надземна частина без здерев'янілого стебла.

Містить дубильні речовини, флавоноїди, холін, ефірну олію.

Застосування. Злинка канадська рекомендується при кровотечі матки, сильних менструаціях, особливо в клімактерії, при запаленні сечового міхура і передміхурової залози, при легневих, шлунково-кишкових, носових кровотечах, при геморої, що кровоточить.

Уживається у вигляді настою: 2 столові ложки сировини на склянку холодної кип'яченої води, настоюють 8 годин, проціджують, приймають по 1 столовій ложці 3 рази на добу. Настоем трави миють голову для зміцнення і стимулювання росту волосся.

Калина звичайна. Калина обыкновенная. Viburnum opulus L.
Родина Caprifoliaceae - Жимолостеві. Жимолостные (табл.9)

Народні назви - лісова красуня.

Чагарник 2-6 м висотою. Пагони світло - сірі, голі. Листки супротивні, з добре розвиненими черешками, неглибокотрилопатеві, зубчасті, зверху зелені, знизу опушені. Черешки голі. Квітки зібрані на верхівці у плоскі зонтиковидні щитки діаметром до 15 см. Серединні квітки суцвіття лійкоподібні, двостатеві, краєві - більш крупні, безплідні. Чашечка п'ятизубчаста; віночок п'ятироздільний; тичинок 5; маточка з 3 плодолистиків, з нижньою 3-гніздною зав'яззю і трьохроздільною приймочкою на короткому стовпчику. Плід - куляста, соковита, червона кістянка з однією насіниною. Цвіте в травні - червні.

Зростає на вирубках і серед чагарників лісової і лісостепової зон Європи. В Україні вирощують в садах, парках як декоративну рослину.

Органи, що використовуються. Кора стебел, квіти, плоди.

Кора містить флавоноїди, ефірну олію, дубильні речовини, смоли, органічні кислоти, вітаміни С і К. Плоди містять 4-5% цукру, флавоноїди, аскорбінову кислоту, дубильні і барвні речовини, органічні кислоти, каротин, мікроелементи. У квітках – флавоноїди, органічні кислоти, ефірна олія, вітамін С.

Застосування. Кора калини застосовується в гінекології і акушерстві як кровоспинний і антисептичний засіб. Крім того, вона має заспокійливі, в'язучі, сечогінні властивості.

Плоди калини (свіжі, протерті з цукром чи з медом) вживають при атеросклерозі, гіпертонічній хворобі, неврозах. Варені з медом плоди калини вживають при кашлі, охриплості, хворобах печінки.

Настій плодів калини п'ють при екземі, фурункулах, різних висипах на тілі, як вітамінний загальнозміцнюючий засіб.

Свіжий сік плодів застосовують при вуграх, пігментних плямах на обличчі, для лікування ран, при екземі.

Настій квіток вживають при простуді, кашлі, захворюваннях шлунка, ним полощуть горло при ангіні, промивають рани.

Внутрішньо. Відвар кори (1 столову ложку подрібненої кори на склянку окропу) приймають по 1-2 столовій ложки 4 рази на день.

Настій кори: 1 чайну ложку подрібненої кори заливають двома склянками окропу, настоюють 30 хвилин, проціджують, приймають по 70 мл 3 рази на день.

Настій плодів (2 столові ложки сировини на склянку окропу) п'ють по третині склянки тричі на день.

Настій сухих квітів: 1 чайну ложку сировини заливають склянкою окропу, настоюють 10 хвилин, п'ють по півсклянки тричі на день. Цей настій квітів використовують і зовнішньо для полоскання, промивань.

Внутрішньо. Сік з квіток приймають по 25-30 крапель 2 рази на день.

Картопля. Картофель. *Solanum tuberosum* L.
Родина Solanaceae - Пасльонові. Пасленовые (табл.10)

Багаторічна трав'яниста рослина з підземними бульбами. Стебло 40-60 см висотою, розгалужене, ребристе. Листки переривчасто-непарноперисті. Квітки зібрані в небагатоквіткові верхівкові китиці. Чашечка з 5 чашолистиків; віночок п'ятипелюстковий, білий або ліловий, зрощений тільки біля основи; тичинок 5; маточка з 2 плодолистиків, з верхньою зав'яззю. Плід - куляста, темно-зелена багатонасінна ягода.

Батьківщина картоплі - Південна Америка - Чілі і Перу. В Україні вирощується багато сортів.

Бульби картоплі містять крохмаль, білок, вуглеводи, органічні кислоти, вітамін С, вітаміни групи В, каротиноїди, мінеральні речовини – сполуки калію, кальцію, заліза, марганцю, фосфору, йоду.

Уся надземна частина рослини і шкірка бульб містять гліукоалкалоїд соланін.

Застосування. Сік з бульб картоплі має протизапальні, ранозагоювальні, сечогінні властивості. Він сприяє зниженню артеріального тиску, нормалізує функцію кишечника.

Назначається при гастритах і виразковій хворобі, які супроводяться підвищеною кислотністю шлункового соку, при запорах, головних болях.

Для виготовлення соку бажано брати рожеві бульби, їх миють і разом з лущайками труть на тертці або пропускають через м'ясорубку, а одержану мезгу відтискають через марлю.

Перетертою сировою картоплею лікують виразку гомілки та інші виразкові хвороби шкіри, опіки, екзему, дерматити, роблять маски на обличчя при сухій шкірі, сонячних опіках.

При простудних захворюваннях вдихають пару гарячої картоплі, звареної „в мундирі”.

Печену несолону картоплю назначають хворим на серцево-судинні та ниркові захворювання. з картоплі одержують крохмаль, глюкозу, спирт, молочну кислоту, які широко використовуються в лікувальній практиці.

Внутрішньо. Сирий сік картоплі п'ють по півсклянки тричі на день перед їжею протягом 2-3 тижнів при виразковій хворобі шлунка і дванадцятипалої кишки.

Каштан кінський. Каштан конский. Aesculus hippocastanum L.

Родина Hippocastanaceae - Кінськокаштанові.

Конскокаштановые (табл.10)

Дерево з великою густою кроною. Листки з довгими жолобовидними черешками, 5 - 7-дольні, листочки коротко загострені. Квітки білі, зібрані в конусовидні, крупні прямостоячі суцвіття. Чашечка дзвоникоподібна, опадаюча; пелюсток 5, тичинки зігнуті, довші за пелюстки, з червоними пиляками; зав'язь верхня, трьохгніздна, з одним стовпчиком. Плід - плюска, що розтріскується, з 1 - 3 крупними насінинами. Цвіте навесні.

Культивується як декоративна рослина.

Органи, що використовуються. Кора молодих гілок, листя, квітки, плоди.

У корі містяться глікозиди ексулін, фраксин, дубильні речовини, цукри, вітамін С, В. В квітках – флавоноїди, дубильні, пектинові речовини, слиз. Насіння містить білкові, дубильні речовини, крохмаль, сапоніни.

Застосування. Препарати каштану мають протизапальну, капілярозміцнюючу, знеболюючу дію, знижують артеріальний тиск; застосовуються в основному при судинних хворобах. Свіжо видавлений сік з квіток, настойку квіток або плодів п'ють при варикозному розширенні вен, тромбофлебіті, атеросклерозі та геморої. Настій кори приймають при хронічних бронхітах, малярії, подагрі.

Внутрішньо. Сік з квіток приймають по 25-30 крапель 2 рази на день.

Настій кори (1 чайна ложка подрібненої сировини на 2 склянки холодної кип'яченої води настоюють 8 годин, проціджують) приймають по четвертині склянки тричі на день.

Настоянку (50 г квіток або плодів на 0,5 л горілки) приймають по 30 крапель тричі на день.

Спиртову витяжку з плодів (2 частини плодів заливають однією частиною горілки, настоюють 15 днів) використовують для змазувань при варикозному дерматиті.

Квасоля звичайна. Фасоль обыкновенная. *Phaseolus vulgaris* L.

Родина Fabaceae – Бобові. Бобовые (табл.10)

Народні назви - фасоля.

Однорічна трав'яниста рослина висотою до 1 м, з розгалуженим стеблом. Листки довгочерешкові, трійчасті, почергові, загострені, цілокраї. Квітки білі, рожеві або лілові. Плід - біб. Забарвлення насіння різноманітне - від білого до червоного. Насіння крупне. Цвіте в червні - серпні. У дикому стані не зустрічається. В Україні вирощують всюди як харчову рослину.

Органи, що використовуються. Добре достиглі (що пожовтіли) сухі плоди без насіння.

Оплодні містять аргінін, тирозин, лейцин, лізин, триптофан, аспарагін, холін, гемицелюлозу, мікроелементи (мідь, кобальт, кремній, нікель). Стигле насіння має 20-30% білка, до 3,6% жирів, 50-60% вуглеводів, клітковину, вітаміни С, В, калій, фосфор, мідь.

Застосування. Препарати з квасолевого лушпиння мають антидіабетичну, сечогінну, дермотонічну дію. Вони використовуються для лікування цукрового діабету, запалень нирок, гіпертонії, хронічних дерматозів.

Внутрішньо. Для приготування відвару лушпиння беруть 20 г подрібненого лушпиння на 1 л води, кип'ятять 4 години, випивають протягом доби 0,5 л. Страви з квасолі звичайної (особливо у вигляді пюре) корисно

вживати при гіпертонії, атеросклерозі, порушеннях ритму серцевої діяльності.

Конвалія травнева. Ландыш майский. *Convallaria majalis* L.

Родина *Liliaceae* - Лілійні. Лилейные (табл.10)

Народні назви: маївка, любка, заячі вуха.

Багаторічна трав'яниста рослина з тонким повзучим кореневищем і з квітконосною стрілкою над землею. Усі листки прикореневі, продовгуватоеліптичні, з довгими черешками, покриті плівчастою піхвою. Квітки дрібні, білі, кулястодзвоникovidні, запашні. Оцвітина шестипелюсткова, зрощена; тичинок 6, прикріплених до основи оцвітини; маточка з трьохгніздною верхньою зав'язю. Плід - дрібна куляста червона ягода. Цвіте в кінці весни.

Росте в сирих лісових місцях і серед чагарників в багатьох районах України.

Органи, що використовуються. Вся свіжа або при особливих умовах висушена рослина. Усі частини конвалії травневої отруйні!

Конвалія травнева містить серцеві глікозиди, флавоноїди, ефірну олію, яблучну і лимонну кислоти. Належить до групи серцевоактивних глікозидів.

Застосування. Препарати з конвалії травневої заспокійливо діють на центральну нервову систему. Їх призначають при серцевій недостатності, кардіосклерозі, пороках і неврозах серця. Неочищені від сапонинів препарати конвалії травневої протипоказані при катарі шлунково-кишкового тракту, при гострих захворюваннях печінки і нирок.

Настій трави конвалії травневої готують з 1 чайної ложки сировини на 200 мл окропу, приймають по 1 столовій ложці 3 рази на день.

Конвалія – отруйна рослина. Перед вживанням ліків з неї треба проконсультуватися з лікарем.

Кріп пахучий. Укроп пахучий. Anethum graveolens L.
Родина Umbelliferae - Зонтичні. Зонтичные (табл.11)

Однорічна трав'яниста рослина заввишки 100-160 см. Стебло пряме, розгалужене. Листки тричіперисторозсічені. Піхви листків довгасті з широким плівчастим краєм. Квітки жовті, розташовані великими зонтиками з 20 - 50 променями. Плід – двосім'янка. Цвіте в червні - серпні.

Культивується по всій Україні.

Властивості. Рослини і насіння мають специфічний приємний запах.

Органи, що використовуються. Насіння і листки.

У насінні міститься 2,5% ефірної олії, вітамін С, каротин, флавоноїди. Кількість вітаміну С в 25 г листків кропу забезпечує денну потребу в ньому людини.

Насіння кропу зберігає схожість 4-5 років.

Застосування. Настій насіння кропу має спазмолітичну, вітрогінну, відхаркувальну дію, поліпшує апетит і травлення, заспокоює при безсонні. Використовують при гіпертонічній хворобі, алергічному дерматиті, геморої.

Застосовують у вигляді гарячого настою: дві чайні ложки подрібненого насіння заливають двома склянками окропу; через 2 години проціджують (доза на два дні), приймають по півсклянки 3 рази на день. Можна приймати 3 рази на день по 1 г порошку з насіння, запиваючи невеликою кількістю води.

Молоде листя і стебла використовують як ароматичну приправу для страв.

Кропива дводомна. Крапива двудомная. Urtica dioica L.
Родина Urticaceae - Кропив'яні. Крапивные (табл.11)

Народні назви - жалюча кропива, жалива велика.

Багаторічна трав'яниста рослина висотою 80-150 см. Листки супротивні, нижні яйцевидні, зубчасті по краях. Стебло і листки покриті жалкими волосками. Квітки одностатеві, зібрані у пазушні колосовидні

суцвіття. Рослина дводомна. Чоловічі квітки – чотиритичинкові, маточкові квітки мають чотирироздільну оцвітину, маточка з верхньою зав'яззю. Плід - сухий горішок. Цвіте з червня до пізньої осені.

Росте поблизу житла, у засмічених тінистих місцях, у лісах по всій Україні.

Органи, що використовуються. Листки.

Містить дубильні речовини, органічні кислоти, мурашину кислоту, хлорофіл, каротин, вітамін С, К, В₁, В₂, солі. Молода кропива їстівна.

Застосування. Кропива дводомна є добре тонізуючим і сприятливо діючим на обмін речовин засобом. Має кровоспинну, сечогінну, жовчогінну, протизапальну дію. Застосовується при легеневих, кишкових та інших кровотечах, анемії, атеросклерозі, при захворюваннях жовчних шляхів і печінки, при геморої, цукровому діабеті, розладах травлення. Листки кропиви при зовнішньому застосуванні знижують секрецію з ран і стимулюють грануляцію і епітелізацію уражених тканин. Зовнішньо застосовуються у вигляді настою для компресів і при опіках першого ступеня, а також при випадінні волосся.

Всередину застосовують настій з 15 г подрібненого сухого листа на склянку окропу, настоюють 10 хвилин, проціджують, приймають по 1 столовій ложці 3 рази на день. Виготовлений з подвійної дози листа настій вживають для примочок при опіках і для лікування ран. Проти випадіння волосся застосовують 100 г подрібненого листа, залитого 0,5 л води і 0,5 л оцту, яке варять протягом 30 хвилин; цим відваром увечері перед сном мити голову (без мила).

Кукурудза звичайна. Кукуруза обыкновенная. *Zea mays L.*
Родина Gramineae - Злакові. Злаковые (табл.11)

Народні назви - кукурудзяні приймочки, кукурудзяні коси.

Однорічна трав'яниста рослина, висотою до 3-4 і навіть більше метрів. Стебло прямостояче, розділене на вузли і міжвузля, щільне, заповнене

всередині рихлою тканиною (паренхімні клітини). Листки широкі з паралельним жилкуванням. Квітки одностатеві. Рослина однодомна, роздільностатева. Чоловіче суцвіття – волоть, що розвивається на верхівці головного стебла. Жіноче суцвіття – початки (качани), що розвиваються на бічних пагонах. Плід-округла, стисла або іншої форми зернівка з невеликим зародком і великим крохмальним ендоспермом. Цвіте влітку.

По всій території України вирощують як важливу зернову і кормову культуру. Культивується 9 підвидів (груп), багато сортів та гібридів. Походить з Америки. Першими районами цієї культури вважають Перу та Болівію.

Органи, що використовуються. Кукурудзяні приймочки, які містять сапоніни, дубильні, гіркі речовини, ефірну олію, вітамін К і С.

Плоди кукурудзи містять до 70% вуглеводів, до 15% білків, 6-8% жирів, крохмаль, жирну олію.

Застосування. З плодів кукурудзи виготовляють олію, яка знижує рівень холестерину в крові, що дуже важливо в лікуванні атеросклерозу і гіпертонічної хвороби. Кукурудзяні приймочки застосовуються як кровоспинний засіб, як сечогінний засіб при камінні і піску в нирках і сечовому міхурі. Вони знижують апетит і приймаються для схуднення. надають благотворну дію при захворюваннях печінки і жовчного міхура.

Вживають приймочки у вигляді відвару або настою. Для відвару беруть 10 г подрібнених приймочок на 1,5 склянки води, кип'ятять 30 хвилин на невеликому вогні. Для настою беруть 10 г приймочок на 1 склянку окропу. Охолоджений відвар або настій проціджують і п'ють по 1-2 столовій ложці 4 рази на день.

Кульбаба лікарська. Одуванчик лекарственный.

***Taraxacum officinale* Web.**

Родина Compositae - Складноцвіті. Сложноцветные (табл.11)

Народні назви - літучки, баранки, бабки, падиволос.

Багаторічна трав'яниста рослина 10-40 см заввишки. Корінь коротко потовщений. Квіткові стрілки безлисті, порожнисті, закінчуються одиночними кошиками. Листки зібрані в прикореневу розетку, містять молочний сік. Обгортка кошиків із зелених листочків, причому зовнішні відігнуті вниз. Квітколоже голе. При негоді і вночі кошики закриті. Плід - сім'янка з білим чубчиком. Кошики кульбаби відкриваються о 6-й годині ранку, закриваються о 10-й. Цвіте з ранньої весни до пізнього літа.

Зустрічається на луках і пасовищах, уздовж доріг на піщаних ґрунтах, в садах і парках. Поширена на всій Україні.

Органи, що використовуються. Коріння і надземна частина.

У корінні є флавоноїди, стерини, гірка речовина, інулін, каучук, ніотинова кислота, жирна олія. У суцвіттях і листках є каротиноїди, флавоноїди, вітамін С, рибофлавін, сполуки заліза, кальцію, фосфору.

Застосування. Кульбабу лікарську застосовують як засіб, що поліпшує апетит і травлення, посилює виділення шлункового соку, посилює жовчотворення, виявляє сечогінні і проносні властивості, тому вона застосовується при хворобах шлунка, печінки, жовчнокам'яній та нирковокам'яній хворобах, при хронічних запорах, геморої, проти глистів. Також застосовують як заспокійливий, снотворний, відхаркувальний засіб.

Внутрішньо. Настій коріння (столову ложку подрібненої сировини на склянку окропу) пити по третині склянки тричі на день до їжі.

Зовнішньо. Відваром коріння миють обличчя, щоб позбутися ластовиння (2 столові ложки коріння на 300 мл окропу, кип'ятять 15 хвилин, охолоджують).

**Купина лікарська. Купена лекарственная. *Polygonatum officinale* All.
Родина *Liliaceae* - Лілейні. Лілейные (табл.12)**

Трав'яниста багаторічна рослина з горизонтальним кореневищем, на якому, відмираючі щорічно надземні стебла, залишають кільця. Стебло висотою 40-50 см, голе, ребристе. Листки розташовані в 2 ряди, почергові,

еліпсоподібні. Квітки білі, зібрані по 1-2 у пазухах листків на повислих квітконіжках. Плід - синювато-чорна куляста ягода. Цвіте в травні-червні.

Рослина отруйна. Зустрічається в лісах і серед чагарників на всій Україні.

Органи, що використовуються. Свіже кореневище.

Кореневища містять алкалоїди, сапоніни, крохмаль, цукри, смолянисті речовини.

Застосування. Відвар з кореневища купини застосовується як зовнішній засіб при радикуліті, ревматизмі, геморої), для розсмоктування синців. Рекомендується також при ревматизмі і подагрі.

Внутрішньо вживається для лікування діабету, при кашлі, бронхіті, запаленні легень.

Внутрішньо. Відвар кореневищ (20 г сировини на 200 г окропу) п'ють по 1 столовій ложці тричі на день.

Зовнішньо. Відвар готують так: 40-50 г подрібненого кореневища варять з 0,5 л води; застосовують для компресів, примочок.

Лаванда колоскова. Лаванда колосковая. Lavandula officinalis L.
Родина Labiatae - Губоцвіті. Губоцветные (табл.12)

Багаторічна рослина - напівчагарник з напівлежачими гілками і прямостоячими молодими гілочками. Листки сидячі, довгасто-ланцетовидні або лінійні, цілокраї, опушені знизу волосками. Квітки зібрані у суцвіття. Чашечка трубчаста, п'ятизубчаста, темносиньо-фіолетова, густоопушена; віночок блакитно-фіолетовий, трубчастий, двогубий. Плід складається з 4 горішків. Цвіте влітку.

Росте на території України, переважно в Криму.

Органи, що використовуються. Квітки, рідше трава.

Рослина містить ефірну олію, до складу якої входять ліналоол і його складні ефіри; дубильні речовини. Рослина має дуже приємний запах. Із свіжозібраних суцвіть одержують лавандову олію.

Застосування. Квітки лаванди рекомендуються як заспокійливий і спазмолітичний засіб при мігрені, неврастенії, нервовому серцебитті; використовуються також як жовчогінний засіб і при шлунково-кишкових болях. Лавандова олія, розчинена в спирті, подразнює шкіру, викликає почервоніння шкіри і застосовується для розтирань при ревматичних і невралгічних болях. Лавандову олію, яка має антисептичні властивості, використовують для лікування гнійних ран і гангрени.

Внутрішньо застосовується настій з 1 столової ложки квіток, залитих двома склянками окропу; охолоджений настій проціджують і випивають протягом одного дня. Цей настій можна використовувати *зовнішньо* як компрес чи припарку. Сухі суцвіття рослини використовують як засіб, що відлякує міль.

Липа серцелиста. Липа серцевидная. Tilia cordata Mill.

Родина Tiliaceae - Липові. Липовые (табл.12)

Дерево 20-30 м висоти з густою кроною. Листки чергові, серцеподібні біля основи, із загостреним кінцем і зубчатими краями; черешки листків довгі, біля основи мають прилистники. Листки зверху темні, а знизу сизо-зелені. Квітки двостатеві, жовтувато – білі, духмяні, з крилоподібними приквітниками, зібрані по 5-7 штук в щитовидні суцвіття, медоносні. Чашечка з 5 чашолистків, віночок незрослий. Плід-одно-двонасінний горішок, покритий твердою оболонкою. Цвіте влітку.

Природно зростає майже по всій Європі. В Україні зростає у змішаних лісах та штучних насадженнях садово-паркового будівництва.

Органи, що використовуються. Суцвіття з приквітковими листочками. Липовий цвіт збирається з липи дрібнолистої.

Липовий цвіт має специфічний запах. Цей запах обумовлений вмістом ефірної олії. Окрім ефірної олії, липовий цвіт містить специфічний глікозид, діючий потогінно, сліди сапонінів і слизову речовину, котра міститься переважно в приквіткових листках, тому чай, приготований з

квіток липи з приквітковими листками має більше слизової речовини, ніж чай з чистих квіток липи.

Застосування. Липовий цвіт застосовують як потогінний, сечогінний, протизапальний та м'який заспокійливий засіб. Настій липового цвіту застосовують при гарячкових і простудних захворюваннях (грип, бронхіт, запалення зіву), а також при запаленні нирок і сечового міхура, при підвищеному нервовому збудженні, болях у шлунку і кишечнику. Місцево настій липового цвіту застосовують для полоскання при запаленнях слизової оболонки рота і дихальних шляхів (стоматит, ангіна, ларингіт), а у вигляді компресів, примочок – при болях у суглобах, виразках, опіках.

Внутрішньо. Настій липового цвіту: 1-2 столових ложки подрібнених квітів заливають склянкою окропу, настоюють 20 хвилин, проціджують, п'ють гарячим по 1 склянці тричі на день.

Зовнішньо. Настій липового цвіту 120 г подрібнених квітів на склянку окропу) використовують для полоскання ротової порожнини і горла, для протирання обличчя при жирній шкірі; для примочок або компресів при болях у суглобах, виразках, опіках.

Відвар липового цвіту (100 г квіток на 2 л окропу, кип'ятять 5 хвилин) застосовують для лікувальної загальної ванни.

Ліщина звичайна. Ліщина обыкновенная. *Corylus avellana L.*

Родина *Betulaceae* – Березові. Березовые (табл.12)

Чагарник або дерево, покрите сіро-бурою корою. Листки досить крупні, овальні, двічіпильчасті. Квітки одностатеві; тичинкові зібрані в циліндричні сережки, розташовані в пазухах приквіткових лусок; тичинок 4; маточкові квітки розташовані парами в пазухах внутрішніх лусок компактного суцвіття у вигляді колосу. Плід сухий, не розтріскується - лісовий горіх, оточений зеленою, по краю надрізаною обгорткою. Цвіте в кінці зими і ранньою весною.

Росте серед чагарників і широколистих лісів України.

Органи, що використовуються. Листки, кора стебел, плоди.

Листя і кора ліщини містить ефірну олію, дубильні речовини, каротин, вітамін С, флавоноїди, алкалоїди.

Застосування. Ліщина звичайна має антисептичну, судинозвужувальну, протизапальну дію. Рекомендується для лікування гіпертрофії передміхурової залози, печінки, нирок, виразок гомілки. Плоди ліщини корисно вживати при атеросклерозі, гіпертонії, діабеті, анемії.

Листя ліщини застосовуються у вигляді настою: столову ложку подрібненої сировини на склянку окропу, настоювати 1 годину, приймати по третині склянки тричі на день до їжі.

Кора ліщини застосовується у вигляді відвару: 1 столова ложка сировини на 2 склянки окропу, кип'ятити 10 хвилин, приймати по півсклянки 4 рази на день до їжі.

Ломиніс виноградолистий. Ломонос виноградолистный.

Clematis vitalba L.

Родина Ranunculaceae - Жовтецеві. Лютиковіе (табл.13)

Багаторічна ліана. Листки перисті, по краях крупнозубчасті або цілокраї, довжиною 4-10 см, шириною 3-5 см. Рослина чіпляється за допомогою черешків. Квітки білі, дрібні, зібрані у китиці, з приємним запахом. Тичинок і маточок велика кількість. Плід – багатосім'янка. Рослина отруйна! Цвіте влітку.

Росте серед лісів і чагарників, але переважно на вологих ґрунтах особливо на заході України.

Органи, що використовуються. Свіжі листки.

Листки ломиноса містять алкалоїд клематин, сапоніни, дубильні речовини, ефірну олію, каротин.

Застосування. Використовується при гіпертонії, запаленні сечового міхура, виразці шлунку, мігрені, а також при корості, мікозах, гнійних

запаленнях шкіри. Лікування слід проводити обережно, зважаючи на отруйність рослини.

Внутрішньо. Настій: беруть 1 чайну ложку свіжих листків на 500 мл окропу, настоюють 1 годину, проціджують, приймають по чверті склянки 3 рази на день.

Зовнішньо. Такий же настій готують при захворюваннях шкіри. Ним змащують уражені ділянки 2-3 рази на день.

Любисток лікарський. Любисток лекарственный.

Levisticum officinale Koch.

Родина *Umbelliferae* - Зонтичні. Зонтичные (табл.13)

Багаторічна трав'яниста гілляста рослина з масивним, розгалуженим, буро-жовтим корінням. Стебло прямостояче, порожнисте, голе, досягає у висоту 100-200 см. Листки крупні, темно-зелені, блискучі, нижні - двічіперисті, листочки широкі, оберненояйцевидні. Квітки зібрані в складні зонтики з 6-12 променями. Чашечка відсутня; пелюстки жовто-зелені, еліптичні. Плід жовто-коричневий, трохи сплюснутий, з гострими ребрами, що розпадається на дві поздовжні половинки. Цвіте влітку.

Культивується в садах.

Органи, що використовуються. Коріння, рідше трава.

Міститься ефірна олія, смолянисті дубильні речовини, лецитин, крохмаль, фурукумарини, мінеральні солі.

Застосування. Коріння любистку діє як сечогінний, заспокійливий, болетамувальний засіб. Його використовують при набряках серцевого походження, хронічних запальних процесах у нирках.

Настій коріння любистку застосовують для видалення ластовиння. Зволоженим ватним тампоном протирають пігментні плями 2 рази на день протягом 2 тижнів.

Настоем коріння миють голову (без мила) при лупі і випадінні волосся.

Пом'яте свіже листя любистку прикладають до чола при головних болях. Коріння і листя використовують і як приправу до страв.

Внутрішньо. Настій коріння: 1 столову ложку сировини на 2 склянки окропу настоюють 1 годину, п'ють по півсклянки 4 рази на день до їжі. Порошок з коріння любистку приймають по ½ чайної ложки 3 рази на день до їжі.

Зовнішньо. Настій коріння: 1 чайну ложку сировини на склянку окропу настоюють до охолодження, використовують для протирання, примочок, компресів.

Настій коріння: 1 столову ложку сировини на 1 л окропу настоюють 15 хвилин, використовують для миття голови.

Малина звичайна. Малина обыкновенная. Rubus idaeus L.
Родина Rosaceae - Розоцвіті. Розоцветные (табл.13)

Напівчагарникова рослина з багаторічною кореневою системою і з однорічними і дворічними пагонами. Пагони вкриті колітьками. Листки непарноперисті з 3-5 листочками на довгих черешках. Квітка складається з 5 чашолистків, 5 білих пелюсток, багато тичинок і маточок. Плід – складна кістянка. В практиці плід малини називають ягодою. По забарвленню ягоди малини поділяють на червоноплідні, білоплідні і чорноплідні. В культурі введено багато сортів. Цвіте у травні-червні. Плоди досягають у липні.

Зустрічається в світлих лісах, на всій Україні, культивується як садово-ягідна рослина.

Органи, що використовуються. Листки, ягоди.

Містить органічні кислоти, цукри, каротин, вітамін С, В₂, фолієву, нікотинову кислоти, флавоноїди, мікро- і макроелементи.

Застосування. Листки малини рекомендуються як в'яжучий засіб при проносах, застосовуються при хворобах органів дихання, кашлі, гарячці, шлункових кровотечах, вуграх, висипах на тілі, екземі. Плоди малини споживають у свіжому вигляді при атеросклерозі, гіпертонічній хворобі,

анемії. Для потогінного чаю використовують сушені плоди, а також продукти переробки свіжих плодів малини (варення, желе, сік). Взимку пагони малини застосовують як заварку до чаю, який п'ють при простудних захворюваннях. Настій листя застосовують для полоскання при захворюваннях горла і ясен.

Внутрішньо. Настій сушених плодів: 2 столових ложки сировини заливають склянкою окропу, настоюють 20 хвилин, проціджують, випивають гарячим за 1 раз.

Настій листя: 2 столові ложки подрібненого листя заливають двома склянками окропу, настоюють 2 години, п'ють по півсклянки 4 рази на день.

Зовнішньо. Настій листя: 10 г сировини заливають склянкою окропу, настоюють до охолодження, застосовують для полоскання, зрошування, примочок.

Материнка звичайна. Душица обыкновенная. Origanum vulgare L.
Родина Labiatae - Губоцвіті. Губоцвітніе (табл.13)

Народні назви - лебідка, блошниця, тинівка, душиця, духовий цвіт, душинка.

Багаторічна трав'яниста рослина 30-100 см висотою. Стебло чотиригранне. Листки дрібні, черешкові, супротивні, довгасто-яйцевидні, майже цілокраї. Квітки утворюють шишковидно-волотисте суцвіття, тичинок 4. Цвіте з червня до осені.

Росте серед чагарників, в світлих лісах, біля лісосмуг, на полянах, майже на всій Україні.

Органи, що використовуються. Надземна частина рослини в період цвітіння, без нижніх частин стебла.

Трава материнки містить ефірну олію, танінові речовини, аскорбінову кислоту, флавоноїди. До складу ефірної олії входить тимол, карвакрол.

Застосування. Трава материнки заспокоює кашель при гострому і хронічному бронхіті, заспокійливо діє на центральну нервову систему,

використовується при зниженому апетиті, поганому травленні, при хворобах шлунка, кишечника, жовчовивідних шляхів.

Зовнішньо материнку вживають для компресів на фурункули, висипи, нариви, для полоскання ротової порожнини, горла при стоматитах, ангінах, для ванн при сверблячих екземах.

Внутрішньо. Настій трави (1 столова ложка подрібненої трави на склянку окропу) приймають по третині склянки тричі на день.

Зовнішньо. Настій трави (10 г сировини на склянку окропу) використовують для полоскань, компресів, а настій трави (50 г на 10 л води) – для ванн.

Меліса лікарська. Мелисса лекарственная. Melissa officinalis L.

Родина Labiatae – Губоцвіті. Губоцветные (табл.14)

Багаторічна трав'яниста 30 - 80 см висотою рослина. Стебло пряме, чотиригранне. Всі листки супротивні, нижні довгочерешкові, серцеподібно-яйцевидні, а верхні листки - звужені в короткий черешок, довгасті, зубчасті. Квітки дрібні, сидячі, зібрані по 6 - 10 в мутовки, розташовані в пазухах верхніх листків. Плід сухий, розпадається на 4 горішки. Цвіте в червні-серпні, плоди досягають у вересні-жовтні. Рослина до цвітіння має приємний лимонний запах.

Росте в Україні лише в культурі.

Органи, що використовуються. Листя, які містять ефірну олію, таніни, гірку речовину, слиз, цукри, мінеральні солі, кислоти.

Застосування. Трава меліси діє болезаспокійливо, має протизапальні, протівірусні властивості, збуджує виділення травних соків. Використовується при судинно - вегетативній дистонії, безсонні, гіпертонії, порушеннях травлення. Рекомендується при мігрені, безсонні, підвищеній збудливості.

До складу лікувального харчового раціону включають салат з молодого листя рослини.

Внутрішньо. Настій листя: 1 столову ложку сировини заливають склянкою окропу, настоюють 15 хвилин, п'ють по півсклянки двічі на день.

Зовнішньо. Відвар: 3 столові ложки листя варити 5 хвилин у 3 л води, настояти 1 годину, процідити, вилити у ванну (при нервовому збудженні, безсонні).

**Мильнянка лікарська. Мильнянка лекарственная
Saponaria officinalis L.**

Родина Caryophyllaceae - Гвоздикові. Гвоздичные (табл.14)

Народні назви - мильний корінь, мильник, чистуха.

Багаторічна трав'яниста рослина, 50-80 см висотою, з червонуватим, товстим корінням. Стебло округле, прямостояче. Листки супротивні, довгасті або ланцетовидні, загострені, цілокраї, при основі звужені в короткий черешок. Квітки зібрані по 3-7 у щитковидному волотистому суцвітті. Чашечка з п'яти чашолистиків, зрощених в трубочку з п'ятьма зубцями; віночок п'ятипелюстковий, незрощений, блідо-рожевого або білого кольору. Тичинок 10, стовпчиків 2. Плід - довга коробочка, що розкривається на верхівці чотирма зубцями. Насіння червоно-бурого кольору. Цвіте все літо.

Росте по берегах річок і струмків, серед чагарників, по вологих місцевостях, майже повсюдно в Україні.

Органи, що використовується. Коріння.

Містить сапоніни, вітамін С, глікозид сапонарин.

Застосування. Мильнянка лікарська розріджує густий бронхіальний секрет, діє жовчогінно, сечогінно, послаблююче і потогінно. Застосовується при захворюваннях органів дихання (бронхіти), жовтяниці, екземі, герпесі. В народній медицині рекомендується застосовувати мильнянку при ревматизмі, подагрі, болях в суглобах, при захворюваннях печінки і жовчного міхура, при себорейі, лупі та випадінні волосся.

Внутрішньо. Настій коріння: чайну ложку стертого в порошок коріння настоюють на склянці холодної води протягом 8 годин; проціджений настій випивають в декілька прийомів за один день.

Препарати мильнянки не можна вживати тривалий час і особливо в більш високих дозах, оскільки це може викликати нудоту, блювання і непритомність.

Морква дика. Морковь дикая. Daucus carota L.
Родина Umbelliferae - Зонтичні. Зонтичные (табл.14)

Морква дика – однорічна або дворічна трав'яниста рослина. Корінь стрижневий, м'ясистий, жовтий або помаранчево-червоний. Стебло 20-100 см заввишки, розгалужене. Листки двічі-тричі перисторозсічені. Квітки дрібні, зібрані в складні зонтики. Плід сухий, розпадається на дві половинки, на поверхні яких є ниткоподібні ребра. Квітконосне стебло розвивається на другому році. Цвіте на початку літа.

Морква дика поширена по всій Україні: по галявинах, серед чагарників, по узбіччях доріг і в посівах як бур'ян.

Органи, що використовуються. Насіння.

Насіння моркви містить ефірну олію, алкалоїди, органічні кислоти, дубильні речовини, цукри, мікроелементи.

Застосування. Насіння моркви дикої має протизапальні, спазмолітичні, сечогінні властивості. Препарати з насіння призначають при хворобах печінки, нирок та як глистогінний і проносний засіб.

Настій насіння: 1 столова ложка насіння на 1 склянку окропу, настояти у термосі протягом ночі, процідити, пити по 1 склянці тричі на день.

Морква посівна. Морковь посевная. Daucus sativus Hoffm.
Родина Umbelliferae - Зонтичні. Зонтичные (табл.14)

Типова трав'яниста рослина. На першому році вона розвиває розетку листків і м'ясистий коренеплід. А на другому – квітконосне стебло.

Листки двочерешкові, перисторозсічені, суцвіття – складний зонтик. Запилення за допомогою бджіл, комах тощо. Плід – суха двосім'янка з шипами на поверхні.

Моркву посівну вирощують по всій Україні як овочеву і кормову рослину.

Органи, що використовуються. Коренеплід і насіння.

Коренеплоди моркви містять каротин, вітамін С, В₁, В₂, В₆, Е, фолієву, пантотенову кислоту, флавоноїди, цукри, мікроелементи (калій, магній, залізо, кобальт, мідь, фосфор, йод).

У насінні є ефірна та жирна олія, флавоноїди та кумарини.

Застосування. Коренеплоди моркви посівної вживають не лише як продукт харчування, а й цінний лікувальний засіб. Як джерело каротину сиру моркву або свіжий морквяний сік призначають хворим на гіповітаміноз А, вагітним жінкам, матерям-годувальницям (підвищується секреція молока), людям, професія яких пов'язана з напруженою зору, а також при запорах, геморої, хворобах нирок, остеохондрозі.

Зовнішньо як протизапальний, антисептичний, болетамувальний засіб терту моркву застосовують при опіках, відмороженнях, для гоєння ран, при панариції. Свіжим соком полощуть рот при стоматиті, змащують ротову порожнину у дітей при пліснявці, лікують сонячний дерматит. Терту сиру моркву накладають на обличчя при сухості шкіри.

Насіння моркви має сечогінну, солерозчинну, вітрогінну, глистогінну дію.

Настій насіння: 1 столову ложку насіння на склянку окропу настояти у термосі протягом ночі, пити по півсклянки 5-6 разів на день до їжі при ниркокам'яній хворобі.

Маска при сухій шкірі обличчя: 2 стерті морквини змішують з одним попередньо збитим білком, чайною ложкою молока і крохмалю; одержану суміш наносять на обличчя, через 30 хвилин змивають теплою водою.

М'ята водяна. Мята водяная. Mentha aquatica L.
Родина Labiatae - Губоцвіті. Губоцвітніе (табл.15)

Багаторічна трав'яниста рослина з прямостоячим чотиригранним опушеним стеблом. Листки супротивні, округлі, по краю пильчасті. Квітки зібрані в пазухах верхівкових листків. Чашечка зрощена, віночок чотирипелюстковий. Плід розпадається на 4 округлі горішки. Цвіте в другій половині літа і на початку осені.

Росте на берегах річок, болотистих місцях і заливних луках, всюди в низинних місцях України.

Органи, що використовуються. Надземна частина рослини або тільки листя. Збирають під час цвітіння.

Сухі листки містять близько 1 % ефірної олії, дубильні речовини, кислоти.

Застосування. М'ята водяна використовується в народній медицині при болях у шлунку і кишечнику, як жовчогінний засіб, при проносах.

Внутрішньо. Настій трави: 2 столові ложки подрібненої сировини м'яти водяної заливають склянкою окропу, настоюють 20 хвилин, проціджують, приймають теплим по третині склянки тричі на день.

М'ята перцева (холодна м'ята). Мята перечная (холодная мята).
Mentha piperita L.

Родина Labiatae - Губоцвіті. Губоцвітніе (табл.15)

Багаторічна трав'яниста прямостояча рослина, досягає до 50 - 80 см у висоту. Стебло чотиригранне, червонуватого кольору. Листки супротивні, короткочерешкові, видовженоланцетні, з гострими зубцями по краях. Квітки розташовані мутовками в пазухах верхівкового листа, утворюючи колосовидне суцвіття. Чашечка з 5 чашолистків, зрощена в коротку трубочку, гола, віночок блідо-фіолетовий, п'ятипелюстковий. Цвіте в другій половині літа.

Росте на полях, городах, в садах по всій Україні.

Органи, що використовуються. Листки, зібрані незадовго до стадії цвітіння.

Листя м'яти перцевої містить ефірну олію, таніни, каротин, флавоноїди, кислоти, мікроелементи (мідь, марганець). Цінною складовою частиною олії є ментол.

Застосування. Листки м'яти перцевої мають заспокійливу, болетамувальну, вітрогінну, жовчо- та сечогінну дію. Їх використовують при нудоті, блюванні, болях у шлунку та кишечнику, при стенокардії, головних болях, безсонні, гіпертонічній хворобі.

Внутрішньо. Настій листя: 1 столову ложку подрібненої сировини заливають склянкою окропу, настоюють 20 хвилин, проціджують, п'ють по третині склянки тричі на день за 15 хвилин до їжі.

Зовнішньо. Настій листя (1 столова ложка сировини на 0,5 л окропу, настоюють 1 годину) використовують для полоскання ротової порожнини при поганому запаху з рота, для обливань і компресів при екземі, дерматитах.

Нагідки лікарські (Календула лікарська).

Ноготки лекарственные (Календула лекарственная).

Calendula officinalis L.

Родина *Compositae* - Складноцвіті. Сложноцветные (табл.15)

Народні назви: нагідки городні, крокіс, сердечник.

Однорічна трав'яниста рослина з прямостоячим, розгалуженим стеблом 30-60 см заввишки. Листки покриті волосками; нижні листки лопатоподібні, черешкові, а верхні – продовгуваті, сидячі.

Кошики з двох видів квіток: краєві язичкові, оранжево-жовті і внутрішні - трубчасті, жовті. Плід - сім'янка. Цвіте з червня по жовтень.

Культивується в садах, на городах як декоративна рослина, по всій Україні. Характерні властивості - сильний, особливий запах.

Органи, що використовуються. Квіткові кошики.

Містить ефірну олію, сапоніни, гірку речовину, каротиноїди, флавоноїди. У насінні знайдені алкалоїди.

Застосування. Нагідки лікарські мають протизапальні, ранозагоювальні, бактерицидні, гіпотензивні, спазмолітичні, кардіотонічні властивості.

Нагідки застосовуються при виразці шлунка і дванадцятипалої кишки, гастритах, при захворюваннях печінки і жовчного міхура, при серцевих захворюваннях, при гіпертонічній хворобі. Під дією календули у хворих на рак зменшується інтоксикація, поліпшується апетит і сон. Календула заспокоює центральну нервову систему.

Особливо широко використовують нагідки для місцевого лікування. При тріщинах шкіри й герпесі роблять 10%-ний настій квіткових кошиків на рослинній олії (настоювати на сонці 2 тижні), при вуграх і тріщинах в куточках рота – 20% настій. Розведеною настійкою (1 чайна ложка настійки на склянку кип'яченої води) лікують виразку гомілки, лишай, жирну себорею обличчя, екзему, полощуть ротову порожнину і горло.

Для внутрішнього використання настійку готують на 70% спирті (1:10), приймають по 15-20 крапель 3 рази на день.

Для приготування настою беруть 2 столові ложки сировини на 2 склянки окропу, настоюють 2 години, проціджують, приймають по півсклянки 4 рази на день до їжі.

Обліпиха крушиновидна. Облепиха крушиновидная.
Hipporhae rhamnoides L.
Родина Elaeagnaceae - Маслинові. Маслинове (табл.15)

Народні назви: золоте дерево.

Колючий чагарник, пагони якого покриті сріблястими лусками. Листки чергові, лінійно-ланцетні, також покриті сріблястими лусками. Квітки зеленуваті, у пазухах листків. Маточка одна, зав'язь верхня. Плід - блискуча, оранжево-червона, куляста кістянка. Цвіте в кінці весни. Плоди досягають у вересні – жовтні.

Поширена по всій Україні.

Органи, що використовуються. Плоди, кора, листя.

Стиглі плоди містять жирну олію, аскорбінову, нікотинову, фолієву кислоти, органічні кислоти (яблучна, винна, шавлева), каротини, флавоноїди, алкалоїд серотонін, мікроелементи (залізо, марганець).

Застосування. Обліпіхова олія має протизапальні, бактерицидні, епітелізуючі, знеболюючі властивості. Її використовують для лікування променевих уражень шкіри, опіків, відморожень, пролежнів, екзем, лишайів, трофічних виразок, фарингіту, гаймориту. Всередину обліпіхову олію назначають при виразковій хворобі шлунка і дванадцятипалої кишки, атеросклерозі, поносі.

Плоди обліпіхи вживають як загальнозміцнюючий засіб у сирому вигляді, сушать, переробляють на варення, повидло, джем.

Соком свіжих плодів змащують ділянки шкіри, які уражені виразками або ерозіями.

Кора і листя обліпіхи теж мають лікувальні властивості. Спиртовий екстракт з кори обліпіхи рекомендується в комплексі з рентгенотерапією для лікування злоякісних пухлин.

Внутрішньо обліпіхову олію, яка продається в аптеках, приймають по 1 чайній ложці 3 рази на день до їжі.

Відвар кори або настій листя (1 столова ложка сировини на склянку окропу) приймають по 1 столовій ложці 4-5 разів на день.

Зовнішньо. Обліпіхову олію наносять піпеткою на уражену ділянку шкіри, накладають ватно-марлеву пов'язку, яку міняють через день.

Овес посівний. Овес посевной. Avena sativa L.
Родина Gramineae - Злакові. Злаковые (табл.16)

Однорічна культурна рослина. Листки лінійні, довгі, загострені. Квіти двостатеві, в колосках, які утворюють волоть. Зерно довгасте, з жолобком і зрощеними до нього квітковими лусками. Цвіте в травні - червні.

Овес посівний – сільськогосподарська культурна рослина, яка вирощується по всій Україні.

Органи, що використовуються. Солома і насіння.

Зерна містять 50-60% крохмалю, 14-16% білкових речовин, ферменти, вітаміни В₁, В₂, В₆, мінеральні солі (кальцієві, фосфорні), органічні кислоти.

Застосування. Вівсяні крупи, борошно, пластівці широко використовуються у дієтичному і дитячому харчуванні. Приготовлені з них супи, каші, слизисті відвари вживають як обволікаючий засіб при хворобах шлунка, кишечника, нервової системи, анемії. Настій з неочищеного зерна п'ють при діабеті. Сік вівса п'ють при безсонні, нервовому виснаженні, відсутності апетиту.

Відвар трави або соломи вівса використовують для примочок, обливань, ванн при різних шкіряних хворобах, при ревматизмі, обмороженнях, постійно холодних ногах, для підвищення загального тонуусу організму.

Внутрішньо. Настій зерна: 2 склянки зерна залити окропом (1 л), настояти 20 хвилин, процідити, охолодити, пити по півсклянки тричі на день як жовчогінний засіб.

Свіжий сік з молодих рослин вживати по 20-30 крапель тричі на день для збудження апетиту, при безсонні, нервовому виснаженні.

Настоянка готується на 70% спирті у співвідношенні 1:5, вживається по 20-30 крапель тричі на день.

Зовнішньо. Відвар трави або соломи вівса (30 г сировини на 1 л окропу) використовують для компресів, примочок, обмивань. Відвар трави або соломи вівса (1 кг сировини варять 30 хвилин у 10 л води, проціджують, додають до води у ванну, тривалість процедури 20 хвилин, приймають через день 2 неділі) використовують як зміцнювальний, заспокійливий засіб.

Оман високий (оман лікарський). Девясил високий.

Inula helenium L.

Родина Compositae - Складноцвіті. Сложноцветные (табл.16)

Народні назви: оман правдивий, дивосил, дев'ятисил, дикий соняшник, сомніт, перхівник.

Багаторічна трав'яниста рослина з товстим, м'ясистим кореневищем. Стебло прямостояче, до 2 м висотою, опушене. Листки крупні, знизу густоопушені сірувато-білим пушком, стеблові листки серцеподібні, загострені, а прикореневі - продовгувато-еліптичні, черешкові. Квітки зібрані у великі кошики, розташовані по декілька на гілках стебла. Плід (сім'янка) з чубком, що перевищує його довжину. Цвіте влітку.

Зустрічається у вологих місцях, по берегах річок, особливо в Лісостепу.

Органи, що використовуються. Корінь і кореневище.

Містить ефірну олію, інулін, смоли, камедь, сапоніни, органічні кислоти.

Застосування. Препарати з оману високого мають відхаркувальну і протизапальну дію, збуджують секрецію шлунка і кишечника. Застосовуються при бронхіті, туберкульозі легень, бронхіальній астмі, гіпертонії, шлунково-кишкових захворюваннях, збуджують апетит і покращують травлення. Діють сприятливо при захворюваннях нирок, печінки, геморої, глистяній інвазії, легких формах цукрового діабету.

Зовнішньо оман високий застосовується при шкіряному свербінні із шкіряними висипами, при екземі, корості. Відваром полощуть ротову порожнину і горло при запальних процесах.

Внутрішньо: відвар кореневищ і коренів оману (1 столова ложка сировини на 1 склянку окропу) приймають теплим по півсклянки 3 рази на день за 1 годину до їжі.

Настоянку готують на 70% спирті у співвідношенні 1:4, приймають по 25 крапель тричі на день до їжі.

Зовнішньо: мазі для змащування уражених ділянок тіла:

1) 50 г подрібненого коріння оману варять 20 хвилин в 100 мл води, проціджують, одержаний відвар змішують з 50 г свинячого жиру;

2) подрібнене коріння оману змішують зі свинячим жиром у співвідношенні 1:10, варять 15 хвилин, проціджують.

Очиток їдкий. Очиток едкий. *Sedum acre* L.

Родина Crassulaceae - Товстолисті. Толстянковіе (табл.16)

Народні назви - гонець, дикий перець, капустка.

Багаторічна трав'яниста рослина, висотою 5-15 см, розгалужується біля основи. Листки почергові, видовжено-яйцевидні або овальні, сидячі, щільно прилеглі до стебла. Квітки двостатеві, правильні, з подвійною п'ятичленною оцвітиною у щитковидному суцвітті. Чашечка з п'яти незрощених чашолистиків; віночок з п'яти вільних жовтих пелюсток; тичинок 10, маточок 5, зав'язь верхня. Плід збірний з листянок. Цвіте влітку.

Росте на сухих кам'янистих місцях, головним чином в гірських і передгірних районах.

Органи, що використовуються. Надземна частина рослини.

Містить алкалоїди, глікозиди, органічні кислоти, цукри, дубильні речовини, вітамін С, рутин.

Застосування. Препарати з очитку їдкого вживають при атеросклерозі, гіпертонічній хворобі, недокрів'ї, жовтяниці, геморої, як сечогінний, протималарійний, проносний засіб.

Зовнішньо у вигляді мазі рослину застосовують при різних шкіряних хворобах і опіках, а припарки із свіжої товченої трави – ефективний засіб при новоутвореннях.

Внутрішньо. Настій трави: 2 столові ложки трави заливають двома склянками окропу, настоюють 2 години, п'ють по півсклянки 4 рази на день до їжі.

Зовнішньо. Мазь (1 частина порошку трави на 4 частини вершкового масла або вазеліну) від мозолів, бородавок, виразок, гнійних ран.

Парило звичайне. Репейничек обыкновенный. *Agrimonia eupatoria* L.

Родина *Rosaceae* - Розоцвіті. Розовые (табл.16)

Народні назви: реп'яшок, реп'ях жовтий.

Багаторічна трав'яниста рослина. Стебло прямостояче, опушене, листки почергові, по краю зубчасті, знизу з м'яким густим опушенням. Дрібні квітки, розташовані неправильними китицями. Квітка складається з 5 чашолистиків, віночок з 5 яйцевидних жовтих пелюсток; тичинок 5-20; зав'язь верхня. Плід – горішок. Цвіте влітку.

Зустрічається серед чагарників, на луках і по узліссях по всій території України.

Органи, що використовуються. Надземна частина без нижніх частин стебла, що здерев'яніли.

Збирають під час цвітіння, починаючи з липня по вересень.

Трава париля звичайного містить ефірну олію, дубильні речовини, сапоніни, гіркоти, органічні кислоти (яблучна, лимонна), кремнезем, вітамін С, вітаміни групи В, ніотинову кислоту.

Застосування. Парило звичайне збуджує апетит, посилює секрецію травних залоз, виявляє кровоспинні, жовчогінні, сечогінні, глистогінні властивості. Його застосовують при хворобах печінки і жовчного міхура, проти глистів і проносів, при нічному нетриманні сечі, для зупинки внутрішніх кровотеч.

Зовнішньо парило звичайне застосовують при запальних процесах порожнини рота, для лікування фурункулів, дерматитів, виразок, пролежнів, ран, для ванн при стомленості ніг.

Внутрішньо. Настій трави: 2 столові ложки подрібненої сировини заливають двома склянками окропу, настоюють 2 години, проціджують, п'ють по півсклянки 4 рази на день до їжі.

Зовнішньо. Настій трави: 5 столових ложок подрібненої сировини заливають двома склянками окропу, настоюють 15 хвилин, проціджують, використовують для компресів, примочок, полоскання, ванн для ніг.

Паслін солодко-гіркий. Паслен сладко-горький.

Solanum dulcamara L.

Родина Solanaceae - Пасльонові. Пасленовые (табл.17)

Багаторічна трав'яниста рослина або напівчагарник заввишки 1 - 5 м. Стебло в нижній частині здерев'яніле, ребристе. Листки з добре розвиненими черешками; верхні і нижні листки видовжено-серцеподібні, загострені середні - непарноперисті, з однією парою дрібних листочків і більш крупним верхівковим листком. Квітки зібрані по 10-20 в розкидисті і повислі складні китиці. Віночок фіолетовий. Плід - червона ягода, містить багато насіння. Цвіте у травні-серпні. Рослина отруйна.

Росте на вологих, тінистих місцях і серед чагарників, по берегах річок.

Органи, що використовуються. Молоді трав'янисті пагони з листками.

Рослина містить алкалоїди, дубильні речовини, сапонінові кислоти, глікозидну гірку речовину.

Застосування. Рослина має такі властивості: відхаркувальні, протизапальні, потогінні, жовчогінні, знеболюючі, проносні.

Препарати пасльону солодко-гіркого вживають при бронхітах, коклюші, при ускладненнях після простудних захворювань (невралгія, біль у вухах, запалення сечового міхура), при жовтяниці, від глистів, при екземі, лишаях, псоріазі.

Внутрішньо. Настій пагонів: 10 г подрібненої сировини заливають склянкою окропу, настоюють 6 годин, проціджують, підсолоджують цукром або медом, п'ють по чверті склянки двічі на день.

Зовнішньо. Настій трави (10 г сировини на склянку окропу) застосовують для компресів, примочок.

Настій трави на олії (1 частина товченої свіжої трави на 10 частин олії, настоюють 20 днів) застосовують для змащування ран, фурункулів, гемороїдальних вузлів.

Рослина отруйна. Лікування проводити під наглядом лікаря.

Паслін чорний. Паслен черный. *Solanum nigrum* L.
Родина Solanaceae - Пасльонові. Пасленовые (табл.17)

Однорічна трав'яниста рослина 15 - 50 см заввишки. Стебло прямостояче, розгалужене, ребристе. Листки прості, чергові, яйцевидно-еліптичні, цілокраї, виїмчасто-зубчасті. Квітки правильні, 5-членні, в зонтикоподібних завійках. Віночок зросло пелюстковий з фіолетовим відтінком. Чашечка 5 - зубчаста, залишається при плодах. Тичинок 5, що зрослися з трубкою віночка. Маточка одна, зав'язь верхня. Плід - соковита чорна ягода. Цвіте в червні-жовтні.

Рудеральна рослина, поширена по смітниках та полях.

Органи, що використовуються. Молоді пагони з листками, плоди.

Паслін чорний містить глікоалкалоїди, алкалоїд соланін, сапоніни, таніни, вітамін С, каротин.

Застосування. Настій трави пасльону чорного рекомендується при неврозах, схильності до припадків, головних болях, бронхіальній астмі, болях у шлунку і кишечнику, подагричних і ревматичних болях, геморої, при екземі, псоріазі, для промивання ран. Свіжі плоди вживають при гіпертонії, атеросклерозі, геморої, ревматизмі, від глистів у дітей.

Внутрішньо. Настій трави: 1 чайну ложку подрібненої на порошок сировини заливають склянкою окропу, кип'ятять 10 хвилин, проціджують, приймають по 1 чайній ложці двічі на день. Цей настій використовують і для полоскання, примочок, компресів.

Свіжі плоди по 5 г на добу приймають при гіпертонічній хворобі та атеросклерозі.

Рослина отруйна. Тривале і надмірне вживання її небезпечне.

Перец стручковий. Перец стручковый. *Capsicum annuum* L.
Родина Solanaceae - Пасльонові. Пасленовые (табл.17)

Народні назви: жгун.

Однорічна трав'яниста культурна рослина з розгалуженим стеблом, заввишки 70 - 80 см. Листки довгочерешкові завдовжки 4-6 см. Квітки розташовані на коротких, прямих квітконіжках; чашечка з 5 чашолистиків, віночок п'ятипелюстковий, зростається при основі; тичинок 5, маточка 1, складається з 2 плодолистиків з верхньою зав'яззю. Плід – конусовидна ягода, при основі якої всередині знаходиться численне жовтувате, сплюснуте з боків насіння; у стиглому стані плід червоний.

Поширення. В Україні культивується багато сортів.

Органи, що використовуються. Плоди гострого червоного перцю.

Гострий перець містить капсаїцин, червону фарбувальну речовину, каротиноїди. Містить також і вітаміни: вітамін С, вітамін В, цитрин і жирну олію.

Застосування. Настойка плодів перцю в малих дозах збуджує апетит, стимулює секрецію шлункового соку і покращує травлення.

Внутрішньо її готують на 90% спирті (1:10) і приймають по 10-15 крапель на півсклянки води 3 рази на день за 30 хвилин до їжі.

Уживання перцю всередину протипоказане при захворюваннях шлунка, кишечника, печінки, нирок.

Зовнішньо. У вигляді розтирання настойку застосовують при ревматичних болях, радикуліті, невралгії.

Перстач гусячий. Ланчатка гусиная. Potentilla anserina L.

Родина Rosaceae - Розоцвіті. Розоцвітніе (табл.17)

Багаторічна трав'яниста рослина висотою 15 - 40 см, з червонуватим повзучим стеблом. Листки переривчастоперисті, знизу покриті шовковистими волосками, зверху зеленого кольору, утворюють прикореневу розетку. Квітки розташовані на довгих квітконіжках, одинокі, великих розмірів. Чашечка подвійна, з п'яти чашолистиків; віночок п'ятипелюстковий, пелюстки золотисто-жовті. Тичинок і маточок багато. Плід – горішок. Цвіте з травня до вересня.

Росте на сирих і трав'янистих місцях по всій Україні.

Органи, що використовуються. Трава і кореневище.

Містить ефірну олію, флавоноїди, сапонін торментол, дубильні речовини, вітамін С, крохмаль, барвники, гіркоти.

Застосування. Перстач гусячий має кровоспинні, болетамувальні, в'язучі дії. Він застосовується при шлунково-кишкових болях, внутрішніх кровотечах, жовчнокам'яній та ниркокам'яній хворобах, виразковій хворобі шлунка, дизентерії.

Для місцевого лікування застосовують свіжий сік і настій трави перстачу гусячого: соком промивають рани і роблять примочки на гнійні виразки; настоєм полощуть рот при захворюваннях слизової оболонки, зубних болях, роблять примочки, обмивання при висипах на шкірі.

Внутрішньо. Настій трави (2 столові ложки сировини на склянку окропу) пити по третині склянки тричі на день до їжі. Відвар кореневищ (1 столова ложка сировини на склянку окропу) пити по 2 столові ложки 4 рази на день до їжі.

Зовнішньо. Настій трави (4 столові ложки сировини на 600 мл води, кип'ятити 5 хвилин, настояти 2 години, процідити) використовують для полоскання, примочок, обмивання.

Перстач прямостоячий. Лапчатка прямостоячая.

Potentilla erecta L. (P. silvestris Necker, P. tormentilla Necker)

Родина Rosaceae - Розоцвіті. Розоцвітніе (табл.18)

Народні назви - калган, дубровка, завізник, в'язіль, куряче зілля. Багаторічна трав'яниста рослина з циліндричним коротким кореневищем. Стебло заввишки 10 – 30 см. Прикореневі листки п'ятилопатеві, стеблові листки сидячі, трилопатеві. Квітки поодинокі, на довгих квітконіжках, в розгалуженнях стебел. Чашечка складається з чотирьох чашолистків, віночок чотирипелюстковий, пелюстки вільні. Тичинок і маточок багато. Цвіте в червні - серпні.

Росте на болотистих і сирих луках, на Поліссі, в Карпатах, в північній частині Лісостепу, зрідка в Степу.

Органи, що використовуються. Кореневище.

Міститься танінова речовина, флобафени, сапоніни, крохмаль, віск, мінеральні речовини.

Застосування. Перстач прямостоячий має протизапальну, кровоспинну та в'язучу дію. Його використовують для лікування шлункових, кишкових, маткових кровотеч, гастритів, виразок шлунка, печінки, ревматизму, поносів.

Як зовнішній засіб відвар кореневищ застосовують для лікування мокнучих екзем, опіків, геморою, кровоточивих ран, виразок, забитих місць, для полоскання ротової порожнини, горла, при стоматиті, ангіні.

Внутрішньо. Відвар кореневищ: 1 столову ложку подрібненої сировини заливають склянкою окропу, кип'ятять 10 хвилин, охолоджують і п'ють по 1 столовій ложці 5 раз на день.

Зовнішньо. Порошком з кореневищ присипають рани, виразки, опіки.

Мазь: 5 г дрібно посічених свіжих кореневищ варять 5 хвилин у склянці коров'ячого масла, проціджують, змазують уражені місця на шкірі.

Пижмо звичайне. Пижма обыкновенная. Tanacetum vulgare L.

Родина Compositae - Складноцвіті. Сложноцветные (табл.18)

Трав'яниста багаторічна рослина до 1 м висотою. Стебло малорозгалужене, трохи ребристе, часто червонувате. Листки почергові, темно-зелені, прості або двічіперисторозсічені, з продовгувато-ланцетними, пильчастими листочками. Кошики складаються тільки з трубчастих золотисто-жовтих, дрібних квіток і зібрані в густі верхівкові щитки. Цвіте влітку.

Поширено всюди в Україні по трав'янистих місцях, серед чагарників, на узбіччях доріг. Вважається, що рослина перенесена з Азії.

Органи, що використовуються. Квіткові кошики.

У кошиках міститься танацетин, флавоноїди, дубильні речовини та ефірна олія, до складу якої входять камфора, борнеол, туйол, туйон.

Застосування. Має антисептичну, спазмолітичну, жовчогінну дію. Застосовують як глистогінний засіб, ефект якого обумовлюється туйоном. Проте, зважаючи на сильну отруйність туйона, потрібно бути дуже обережним при застосуванні ліків з цієї рослини. У малих дозах пижмо звичайне застосовується при захворюваннях шлунка (при гастриті зі зниженою кислотністю), кишечника, при хворобах печінки і жовчовивідних шляхів. При болях у суглобах вживається у вигляді компресів і настоїв для ванн.

У народній медицині пижмо досить широко застосовується при нервових розладах, порушенні менструального циклу, головних болях, при подагрі, ревматизмі, корості, запаленнях сечового міхура і нирок, органах сечовидільної системи, як засіб проти глистів, для миття волосся при лупі та вошивості.

Настій готують з 1 чайної ложки сировини на склянку води, приймають по 1 столовій ложці 3 рази на день до їжі.

Для миття голови готують настій з 1 столової ложки суцвіть на 400 мл окропу, настоюють 2 години, проціджують.

Пирій повзучий. Пырей ползучий. Agropyrum repens L.
Родина Gramineae - Злакові. Злаковые (табл.18)

Багаторічна трав'яниста рослина з довгим, повзучим кореневищем. Стебло прямостояче 60-100 см висотою, з щільними, на поверхні шорсткими вузлами, з порожнистими міжвузлями. Квітки зібрані по декілька в колоски, які розташовані на верхній частині стебла. Кожна квітка має 2 луски - нижню і верхню. Суцвіття – прямостоячий колос до 18 см завдовжки. Плід - суха односім'яна зернівка з подовжньою боріздкою, зрощена з верхньою лускою. Цвіте влітку.

Зустрічається на луках, у вологих місцях, на полях як бур'ян, по всій Україні.

Органи, що використовуються. Кореневище.

В рослині є ефірна олія, полісахарид, тритицин, слизові речовини, каротин, фруктоза, вітамін С.

Застосування. Кореневище пирію повзучого застосовується як протизапальний, відхаркувальний і сечогінний засіб. Сприяє відновленню порушеного обміну речовин. Застосовується при подагрі, нирковокам'яній хворобі, запаленні передміхурової залози, ревматизмі, циститах, гастриті, каменях у жовчному міхурі, шкіряних захворюваннях.

Внутрішньо. Відвар кореневищ: 2 столові ложки подрібненої сировини заливають 0,5 л окропу, варять 10 хвилин, проціджують, п'ють по півсклянки 4 рази на день до їжі.

Підбіл звичайний (мати-й-мачуха звичайна).

Мать-и-мачеха обыкновенная. Tussilago farfara L.

Родина Compositae – Складноцвіті. Сложноцветные (табл.18)

Народні назви - підбій, білух, білі листки.

Багаторічна трав'яниста рослина з тонким, повзучим кореневищем. Стебло 10-20 см висотою, покрите червонуватими лусками, на верхівці якого знаходиться суцвіття - кошик. Листки з'являються після цвітіння і розташовані у вигляді розетки на довгих, товстих черешках, край листової пластинки нерівновиїмчастий. Знизу листки білоповстисті. Квітки язичкові і трубчасті, жовті, зібрані в кошики, розміщені поодинокі на кінцях квітконосних стебел. Плід - сім'янка з чубком. Цвіте ранньою весною.

Росте на вологих глинистих берегах річок і струмків, по вологих насипах, канавах по всій Україні.

Органи, що використовуються. Листки, які містять гіркі глікозиди, флавоноїди, дубильні речовини, органічні кислоти, вітамін С.

Застосування. Підбіл звичайний застосовується як протизапальний, відхаркувальний, потогінний, жовчогінний засіб. Його призначають при ларингітах, бронхітах, бронхіальній астмі, запаленнях легенів, а також при запаленнях слизової оболонки шлунково-кишкового тракту, за відсутності апетиту і ін. Відвар з листків або розім'яті свіжі листки прикладають до фурункулів, виразок, наривів.

Всередину у всіх випадках застосовують настій з 2 столових ложок подрібненого листа на склянку окропу, приймають по третині склянки 3 рази на день за годину до їжі (пити теплим).

Підмаренник чіпкий. Подмаренник цепкий. *Galium aparine L.*

Родина Rubiaceae - Маренові. Мареновые (табл.19)

Однорічна трав'яниста рослина, 60-150 см висотою, з тонким, ребристим, кривим стеблом. Листки розташовані по 6, у вигляді мутовок на вузлах стебла. Квітки білі або зеленуваті, зібрані в рідкісні парасольки; чашечка відсутня; віночок чотирьохпелюстковий, зрослий біля основи; тичинок 4. Плід – сухий горішок. Цвіте у травні – вересні.

Зустрічається серед чагарників, уздовж доріг, в посівах по всій Україні.

Органи, що використовуються. Трав'яниста частина рослини в стадії цвітіння.

Сировина містить глікозид асперулозид, сапоніни, дубильні речовини, лимонну кислоту, червону красильну речовину.

Застосування. Настій трави п'ють при фурункулах, шкіряних висипах, нирковокам'яній хворобі, запаленні сечового міхура. Вживається і як кровоспинний засіб.

Внутрішньо. Настій трави: беруть 4 чайних ложки сировини на 2 склянки окропу, настоюють 1 годину, проціджують, приймають по півсклянки 4 рази на день до їжі.

Народною медициною підмаренник рекомендовано застосовувати при водянці, захворюваннях печінки, при ревматизмі, злюякісних пухлинах. Сік із

свіжої трави рекомендується при епілепсії по 1 чайній ложці 5-6 разів на день.

Зовнішньо. Мазь готують із свіжого соку і смальцю у співвідношенні 1:10.

Подорожник ланцетолистий.

Подорожник ланцетолистный. *Plantago lanceolata* L.

Родина *Plantaginaceae* – Подорожникові. Подорожниковые (табл.19)

Народні назви - трипутник, порізник, ранник.

Трав'яниста багаторічна рослина висотою 30 см. Корінь потовщено-стрижневий. Стебло прямостояче, безлисте, покрите дрібними волосками. Листки (всі прикореневі), коротко черешкові, ланцетоподібні, довжиною 30-40, шириною – 3-5 мм, цілокраї або з дрібними зубчиками. Квітки зібрані в густий циліндричний колос. Плід – коробочка. Цвіте з квітня по вересень.

Росте по луках і пасовищах, на піщаних місцях, біля доріг по всій Україні.

Органи, що використовуються. Листки.

Містить глікозид, аукубін, флавоноїди, вітамін С, таніни, каротин.

Застосування. Листки подорожника ланцетолистого в медицині використовують як пом'якшуючий засіб при бронхітах, коклюші, астмі. Для цього користуються приготівленим настоем із 1 столової ложки подрібнених листків на 1 склянку окропу, настоюють 20 хвилин, приймають по 1 столовій ложці 3-4 рази на день. Таку ж дозу настоєм вживають для лікування різних запальних захворювань шлунково-кишкового тракту. Листки подорожника мають і кровоспинну дію.

Подорожник великий. Подорожник большой. *Plantago major* L.

Родина *Plantaginaceae* – Подорожникові. Подорожниковые (табл.19)

Трав'яниста багаторічна рослина висотою 30 см з коротким кореневищем. Стебло безлисте, коротше за листя. Пластинка листка

широкоовальна. Квітки зібрані в густий, циліндричний колос. Будова квіток така ж, як подорожника ланцетолистого. Цвіте з червня по жовтень.

Росте на сирих заливних луках і піщаних ґрунтах, уздовж доріг і насипів, а також повсюдно як бур'ян по всій території України.

Органи, що використовуються. Листки.

Містить слиз, аукубін (глікозид), вітамін С, К, флавоноїди, каротин, дубильні і пектинові речовини.

Застосування. Листки подорожника мають протизапальну, ранозагоювальну, кровоспинну, болезаспокійливу дію.

Відвар листя призначають при захворюваннях органів дихання, супроводжуваних виділенням густих секретів, при захворюваннях шлунка з недостатньою кислотністю.

У народній медицині відвар або настій листків п'ють при атеросклерозі, у випадку відрижки, печії, проносу, при запаленні сечового міхура, від нічного нетримання сечі.

Свіже листя подорожника прикладають до фурункулів, порізів, опіків, виразок. Порошок з листя використовують для присипання ран. Відваром листя промивають рани, полощуть порожнину рота при стоматиті, зубних болях.

Внутрішньо. Відвар листя: 2 столові ложки сировини заливають склянкою окропу, настоюють 10-15 хвилин, приймають по третині склянки 3 рази на день до їжі.

Зовнішньо. Настій листя (50 г сировини на склянку окропу) використовують для полоскання, компресів, примочок.

Мазь (10 г порошку з листя на 90 г вазеліну) використовують для лікування фурункулів, порізів.

Робінія звичайна (акація біла). Робиния лжеакация (белая акация).

Robinia pseudoacacia L.

Родина Fabaceae - Бобові. Бобовые (табл.19)

Дерево заввишки до 30 м з розкидистою кроною і сіро-бурою корою, з глибокими тріщинами. Листки непарнопери́сті. Квітки двостатеві, запашні, білі, зібрані в пониклі китиці. 9 тичинок зрощені, десята - вільна. Плід - плоский біб. Цвіте в травні - червні.

Культивується як декоративна рослина в парках, на алеях, бульварах і ін. Використовують для закріплення схилів як меліоративну рослину.

Органи, що використовуються. Кора молодих гілок, квітки.

Квітки містять флавоноїди, органічні кислоти, ефірну олію, до складу якої входять складні ефіри саліцилової кислоти, а кора - токсальбумін – робін, таніни, ефірну олію, фітостерин, стигмастерин.

Застосування. Робінія звичайна використовується як жарознижуючий, протизапальний, відхаркувальний, кровоспинний засіб.

Настій квіток призначається при кашлю, болях у шлунку, шлункових кровотечах, при захворюваннях сечовивідних шляхів.

Настій кори п'ють при підвищеній кислотності шлункового соку, виразках у шлунку і кишечнику та при запорах.

Внутрішньо. Настій квіток: 1 столову ложку сировини заливають склянкою окропу, настоюють 2 години, проціджують, п'ють по півсклянки тричі на день.

Настій кори: півчайної ложки подрібненої кори заливають 2 склянками окропу, настоюють 30 хвилин, проціджують, п'ють по третині склянки тричі на день.

Розторопша плямиста. Расторопша пятнистая.

Silybum marianum L. Gaerth.

Родина Compositae - Складноцвіті. Сложноцветные (табл.20)

Дворічна трав'яниста рослина. Стебло прямостояче, колюче, голе, борозенчасте, під суцвіттям білоповстиста рослина. Листки почергові, до 8 см довжини і 30 см шириною, по краю з колючими зубцями, верхівкові листки сидячі. Квітки зібрані в крупні кошики, які поодинці розташовані на верхівках і бічних гілках стебла. Листки – обгортки зелені, жорсткі, відігнуті, по краях з колючками. Всі квітки пурпурові. Плід - сім'янка, на верхівці має чубок з волосків в 2-3 рази довший сім'янки. Цвіте все літо.

Поширення. Росте переважно в південних теплих районах України. Рослина декоративна, лікарська, жиролійна, харчова.

Органи, що використовуються. Насіння.

Міститься ефірна олія, смоли, біогенні аміни, флавіони, слизи, жирна олія.

Застосування. Насіння розторопші рекомендується при запаленні печінки, селезінки, при жовтяниці, геморої, запорі і як гіркий тонізуючий засіб.

Насіння вживати у вигляді відварів: 30 г стертого в порошок насіння варити з 0,5 л води, поки не википить половина води; пити по одній столовій ложці кожен годину. Сухий порошок з насіння приймати 4-5 разів на день по чайній ложці.

Розхідник плющовидний. Будра плющевидная. *Glechoma hederacea L.*

Родина Labiatae - Губоцвіті. Губоцветные (табл.20)

Багаторічна повзуча рослина з чотирьохгранним стеблом, що досягає у висоту 15-40 см. Листки супротивні, довгочерешкові, тупогородчасті, вкриті рідкими волосками. Квітки розташовані в пазухах листків по 2-3. Чашечка трубчаста, віночок в 2-3 рази довший за чашечку, синьо-фіолетовий або червоний; тичинок 4, розташовані під верхньою губою. Плід сухий,

розпадається на 4 горішка, розташованих на дні чашечки. Цвіте з квітня до кінця літа.

Росте у всіх районах України у вологих тінистих місцях, серед чагарників, заливних луках, в садах і городах.

Органи, що використовуються. Надземна частина рослини у стадії цвітіння.

Рослина містить гірку речовину, ефірну олію, холін, сапоніни, дубильні речовини.

Застосування. Розхідник рекомендується при захворюваннях дихальних органів (бронхіт, запалення легень), для підвищення апетиту, для лікування нирковокам'яної хвороби, подагри, при захворюваннях печінки і жовчного міхура. *Зовнішньо* вживається відвар з трави розхідника для компресів при фурункулах, для промивання ран, виразок і опіків.

Внутрішньо вживають настій з 1 чайної ложки подрібненої сировини на склянку окропу, по третині склянки 3 рази на день. Відвар для компресів готують з 2-3 чайних ложок сировини, заливаючи склянкою холодної води, кип'ятити 15-20 хвилин.

У народній медицині рекомендується застосовувати розхідник для підвищення апетиту, при болях у шлунку і кишечнику, подагрі, малярії, як пом'якшувальний засіб при запаленнях дихальних органів, при болях в нирках і сечовому міхурі.

Ромашка аптечна (ромашка лікарська)

Ромашка аптечная (ромашка лекарственная)

Matricaria chamomilla L.

Родина Compositae - Складноцвіті. Сложноцветные (табл.20)

Народні назви - рум'янок, рум'янець, руменка, рутенець, романиця.

Однорічна трав'яниста рослина висотою 10-40 см з прямостоячим, розгалуженим стеблом. Листки двічі-тричі перисторозсічені, з вузьколінійними, загостреними кінцевими сегментами. Суцвіття - верхівкові

кошики, з довгими квітконіжками; обгортка кошиків складається з тупих по краю плівчастих листочків. Краєві, язичкові квітки білі. Внутрішні квітки трубчасті, жовті, двостатеві, складаються з п'ятизубчатого віночка. Загальне ложе кошика конусовидне, всередині порожнисте. Плід – сім'янка. Цвіте в червні – серпні.

Зустрічається по трав'янистих місцях, в посівах, біля доріг, поширена на всій Україні.

Органи, що використовуються. Квіткові кошики з квітконіжками. Важливою ознакою ромашки лікарської є її видуте порожнисте дно кошика. За цією ознакою вона відрізняється від подібних їй рослин (польова і собача ромашка), в яких дно кошика плоске, щільне, а не порожнисте, а, крім того, вони мають неприємний запах, різко відмінний від запаху ромашки лікарської.

Містить ефірну олію, глікозиди, органічні кислоти, каротин, вітамін С, полісахариди, мінеральні солі, гірку речовину.

Ромашка аптечна – одна з цінних лікарських рослин. Лікувальні її дії різнобічні: протизапальні, антимікробні, болетамувальні.

Застосування ромашки найбільш ефективно при захворюваннях шлунка, кишечника, печінки, сечовивідних шляхів, які супроводжуються болями. Відваром квіток ромашки полощуть ротову порожнину при запаленні слизової оболонки, при зубних болях, обмивають виразки, гнійні рани, роблять примочки, компреси при фурункулах, дерматитах, кон'юнктивітах. При грипі дихають парами гарячого настою ромашки.

Внутрішньо. Настій суцвіть: 1 столова ложка сировини на склянку окропу, настояти до охолодження, процідити, пити по третині склянки тричі на день.

Відвар суцвіть: 20 г суцвіть на склянку окропу, кип'ятити 5 хвилин, настояти 2 години, пити по третині склянки 2-3 рази на день.

Цей відвар призначається і для зовнішнього застосування (полоскання, обмивання, примочки).

Рутка лікарська. Дымянка лекарственная. *Fumaria officinalis* L.

Родина *Fumariaceae* – Руткові. Дымянковые (табл.20)

Дрібна однорічна трав'яниста рослина, 15-30 см висотою, з ламким, розгалуженим, ребристим, порожнистим, голим стеблом. Листки чергові, двічі перисторозсічені, з широко-овально-ланцетними листковими пластинками. Квітки пурпурно-червоного кольору, дрібні, прямостоячі, зібрані в густі китиці. Чашолистиків 2, опадаючих; пелюсток 4, верхня має при основі коротку шпорку, тичинок 2. Плід - односім'яний округлий горішок з невеликим поглибленням на верхівці. Цвіте в кінці весни і на початку літа.

Росте в посівах, на засмічених місцях, на городах звичайно по всій території України.

Органи, що використовуються. Надземна частина рослини в період цвітіння.

Містить алкалоїди, дубильні, смолянисті, гіркі речовини, фумарову кислоту, вітамін С і К.

Застосування. Алкалоїди і інші компоненти рутки лікарської мають спазмолітичні і жовчогінні властивості. Застосовуються при захворюваннях печінки і жовчних шляхів, виразці шлунка, метеоризмі. Рекомендується також застосовувати і при шкіряних висипах і геморої.

Застосовують настоянку з 2 чайних ложок подрібненої трави рутки, залитих 2 склянками холодної кип'яченої води і витриманих протягом 8 годин. Приймати по півсклянки 4 рази на день. Свіжовижатим соком лікують лишай, коросту, різні висипи на тілі.

Ряст порожнистий. Хохлатка полая. *Corydalis cava* L.

Родина *Fumariaceae* – Руткові. Дымянковые (табл.21)

Ранньовесняна багаторічна трав'яниста рослина з підземною порожнистою бульбою. Стебло прямостояче, 10-35 см заввишки, нерозгалужене, на верхівці несе суцвіття у вигляді китиці. Листки стеблові, з

перешками, двічітрийчасті. Квітки неправильні, червонуваті, тичинок 2, маточка 1, складається з 2 плодолистиків. Зав'язь верхня. Плід – стручковидна коробочка. Насіння має гребінчастий відросток. Цвіте з квітня по червень.

Росте в чагарниках і в світлих лісах по всій Україні.

Органи, що використовуються. Вся трав'яниста частина рослини і бульби.

Містить алкалоїди ізохінолінової групи - корідалін, корідін та ін.

Застосування. Сильно отруйні алкалоїди ряста порожистого застосовуються в дуже малих дозах у терапії, внаслідок їх наркотичної дії, подібної морфіну. У більших дозах пригніблює довільні рухи і рефлекторну м'язову діяльність і може викликати каталепсію.

Застосовується в неврології та психіатрії під суворим наглядом лікаря.

Собача кропива серцева. Пустырник сердечный. *Leonurus cardiaca* L.
Родина *Labiatae* - Губоцвіті. Губоцвітные (табл.21)

Народні назви: пустирник волохатий, кропива дика, серцева трава, лев'ячий хвіст, синдра, сердечник.

Багаторічна трав'яниста рослина з прямим, чотиригранним, порожнистим, червонуватим стеблом, що досягає 50-100 см у висоту. Листки довгочерешкові, нижні листки пальчастоп'ятироздільні, біля основи серцеподібні; верхні листки овально-ланцетні. Квітки розташовані мутовчато по декілька в пазухах верхніх листків. Чашечка лійкоподібна, п'ятизубчаста. Віночок рожевий. Плід складається з 4 горішків. Цвіте у другій половині літа.

Зростає по трав'янистих і зарослих бур'янами місцях, уздовж доріг по всій Україні.

Органи, що використовуються. Надземна квітуча частина.

Містить алкалоїди леонуридин і леонуридин, сапоніни, дубильні речовини, флавоноїди, органічні кислоти, вітамін А, Е, С, мінеральні солі.

Застосування. Собача кропива надає заспокійливу дію при неврозах. Розширює кровоносні судини, знижує кров'яний тиск і заспокоює серцеву діяльність. Застосовується при гіпертонії, атеросклерозі і як сечогінний засіб.

Внутрішньо. Настій трави (1 столову ложку подрібненої сировини на 200 мл окропу) приймати по 2 столовій ложці 3-4 рази на день до їжі.

Настоянку готують на 70% спирті у співвідношенні 1:5, приймають по 30 крапель тричі на день.

Сокирки польові. Сокирки полевые. Consolida regalis S. F. Gray.
Родина Ranunculaceae – Жовтецеві. Лютиковіе (табл.21)

Народні назви: зозулині черевички, синюшки, рогаті волошки.

Однорічна трав'яниста рослина з багаторазово-розсіченими листками і тонким галузистим стеблом. Квітки верхівкові, зигоморфні, з довгими квітконіжками, зібрані в небагатоквіткові китиці, сині або синьо-рожеві; оцвітина п'ятипелюсткова, тичинок багато, маточка 1 з верхньою зав'яззю. Плід - листянка. Рослина отруйна, особливо насіння. Цвіте влітку.

Зустрічається по всій Україні як бур'ян у посівах, лісосмугах і по трав'янистих місцях.

Органи, що використовуються. Надземна частина.

Містить алкалоїди, флавоноїди, глікозид дельфінін, пігменти, жирну олію.

Застосування. Сокирки польові мають протизапальну, відхаркувальну, сечогінну дію. Використовують при бронхітах, запаленні легень, від головного і зубного болю, при гіпертонії, циститі, захворюваннях шкіри і як кровоспинний засіб.

Настій трави: 20 г сухої трави на 1 л окропу настоюють 1 годину, проціджують, приймають по 1 склянці тричі на день до їжі.

Настій квіток: 10 г сировини на 0,5 л окропу настоюють 15 хвилин, використовують у вигляді примочок при гнійному запаленні очей.

Сон чорніючий. Прострел чернеючий. *Pulsatilla nigricans* L.
Родина Ranunculaceae - Жовтецеві. Лютиковіе (табл.21)

Багаторічна трав'яниста рослина. Квітконосне стебло прямостояче, безлисте, 10-30 см заввишки, волохатоопушене. Прикореневі листки тричіперисторозсічені, стеблові листки зрощені при основі. Квітки крупні, світло-фіолетового кольору, прямостоячі або пониклі. Плід – з багатьох сім'янок. Цвіте у квітні - травні.

Росте в соснових в лісах, на галявинах, по сухих сонячних схилах, на пасовищах і сухих луках по всій Україні.

Рослина отруйна.

Органи, що використовуються. Надземна частина.

У рослині міститься речовина ранункулін, анемонін, протоанемонін, а також органічні кислоти, флавоноїди, дубильні речовини.

Застосування. Препарати сону чорніючого призначають при невралгії, мігрені, гіпертонічній хворобі, глаукомі, бронхіті і як снотворний засіб, при психічних захворюваннях.

Для приготування настою беруть 2 столові ложки сушеної трави на 200 мл окропу, настоюють півгодини, проціджують, приймають по 1 столовій ложці 3 рази на день.

Препарати сону протипоказані при захворюваннях шлунка, кишечника, печінки і нирок.

Сосна лісова (сосна звичайна).

Сосна лесная (сосна обыкновенная). *Pinus sylvestris* L.
Родина Pinaceae - Соснові. Сосновіе (табл.22)

Дерево, що досягає 40 і більше метрів висоти, моноподіальнорозгалужене. Кора нижньої частини стовбура темно-сіра з досить глибокими тріщинами, а у верхній частині - жовто-коричнева. Листки (хвоя) розташовані попарно на загальному черешку (укорочена гілочка). Чоловічі шишки жовті, зібрані колосовидно при основі молодих ростучих

пагонів. Жіночі шишки червонуваті з насіннебруньками, розташованими на верхівках ростучих пагонів, які після запилення починають рости у шишки. Через 2 роки насіння досягає, форма його яйцевидна. Потім покривні луски шишок відходять, розкриваються і з них випадає насіння. Запилення жіночих шишок - у травні кожного року.

Сосна лісова утворює на Поліссі ліси (чисті або змішані з іншими хвойними), а в північній частині Степу її використовують у садово-парковому будівництві.

Органи, що використовуються. Весняні не розвинуті бруньки, хвоя, живиця.

Бруньки сосни містять ефірну олію, дубильні речовини, гірку речовину, каротин, вітамін С. Хвоя сосни містить смолу, каротин, вітамін С, дубильні речовини. Живиця (терпентин) це розчин смоли (каніфолі) в ефірній олії (скипидарі).

Застосування. Соснові бруньки мають протизапальну, дезинфікуючу, відхаркувальну, сечогінну та жовчогінну дію. Відвар бруньок приймають при запаленнях верхніх дихальних шляхів, при бронхітах, ревматизмі, ниркокам'яній хворобі. Приготовлений із свіжих бруньок сосновий „мед” приймають від кашлю і як джерело вітаміну С. Соснові бруньки і хвою використовують для інгаляції при запаленні верхніх дихальних шляхів, для лікувальних ванн, при захворюваннях нервової системи, шкіряних захворюваннях, як загальнозміцнювальний засіб.

Внутрішньо. Відвар бруньок сосни (1 столова ложка сировини на склянку окропу) п'ють по третині склянки 3 рази на день після їжі.

Для приготування соснового „меду” беруть 1 частину свіжих бруньок на 2 частини води, кип'ятять 20 хвилин, доводять кип'яченою водою до початкового об'єму, додають цукор, приймають по 1 столовій ложці двічі на день.

Настій бруньок для інгаляцій: 20 г сировини на 200 мл окропу.

Для ванни беруть 500 г бруньок, або посіченої хвої, варять півгодини у 5 л води; одержаний відвар додають до повної ванни.

Стокротки багаторічні. Маргаритка многолетняя.

Bellis perennis L.

Родина Compositae - Складноцвіті. Сложноцветные (табл.22)

Багаторічна трав'яниста рослина заввишки до 15 см. Листки зібрані в прикореневу розетку, лопатоподібні. Кошик білий, у середині жовтого кольору, розташований на верхівці стебла. Язичкові квітки білі, середні - жовті, трубчасті, двостатеві. Дно кошика куполовидне. Плід яйцевидний. Цвіте у квітні - червні.

Росте по всій Україні на вологих луках, трав'янистих місцях, лісових галявинах. У культурі стокротки мають крупніші кошики, часто різнокольорового забарвлення.

Органи, що використовуються. Наземна частина.

Містить органічні кислоти, гірку речовину, ефірну олію, сапоніни, інулін.

Застосування. Строкротки мають відхаркувальну дію, протизапальну, жовчогінну. У вигляді компресів з настоєм і у вигляді припарок траву стокроток рекомендують в народній медицині при ударах із синцями, фурункульозі, геморої, маститах.

Внутрішньо застосовують як відхаркувальний засіб при бронхітах, бронхіальній астмі, при запорах, захворюваннях печінки, нирок, подагрі, поліартритах.

Внутрішньо траву стокроток застосовують у вигляді настою: 1 столову ложку подрібненої сировини настоюють на склянці води кімнатної температури протягом 8 годин, проціджують, приймають по третині склянки 3 рази на день.

Для зовнішнього застосування беруть 2 столові ложки сировини на склянку води.

Суниця лісова. Земляника лесная. *Fragaria vesca* L.

Родина Rosaceae - Розові. Розовые (табл.22)

Народні назви: суниця, червоні ягоди, суничка, землянка, полуничник.

Багаторічна трав'яниста рослина з довгими повзучими пагонами. Листки трійчасті, скупчені біля основи стебла, довгочерешкові. Стебло і черешки листків м'якоопушені. Квітки дрібні, розташовані на довгих квітконіжках, пелюсток 5, вільних тичинок і стовпчиків багато. Квітколоже після цвітіння розростається і утворює м'ясисту, червону ягоду. Чашечка залишається біля плоду, відігнута донизу. Цвіте в кінці весни і на початку літа.

Росте серед чагарників, на лісових галявинах. Поширена майже по всій Україні. Садова суниця представляє собою гібриди американських видів з крупними плодами.

Органи, що використовуються. Свіжі і сушені плоди, сушене листя суниць.

Листки містять флавоноїди, дубильні речовини, алкалоїди, вітамін С.

Свіжі плоди містять каротин, вітамін С, В₁, флавоноїди, цукри, солі заліза, кальцію, марганцю, фосфору, кобальту, дубильні, ароматичні речовини.

Застосування. Плоди суниця мають сечогінну, жовчогінну, протизапальну, потогінну дію. Рекомендується їх вживати при гіпертонічній хворобі, атеросклерозі, хворобах шлунка, кишечника, анемії.

При жовчнокам'яній і ниркокам'яній хворобах, подагрі рекомендується вживати сік плодів по півсклянки натщесерце. Свіжий сік або настій із сушених плодів використовують для компресів при ранах, для полоскання при гнійних запаленнях рота і горла. Зі свіжого соку або пом'ятих плодів роблять живильні маски на обличчя. Свіжим соком виводять веснянки, вугри та плями на обличчі.

Препарати з листя суниці застосовують при гіпертонії, атеросклерозі, при каменях у нирках і жовчній системі, при простудних, шлунково-кишкових захворюваннях, подагрі, анемії, авітамінозах.

Настій листя: 1 столову ложку листя заливають склянкою окропу, настоюють 45 хвилин, проціджують, п'ють по 1 склянці вранці і ввечері.

Настій сушених плодів: 2 столові ложки сировини на склянку окропу, п'ють по півсклянки 3 рази на день.

Терен звичайний. Терн колючий. *Prunus spinosa* L.
Родина *Rosaceae* – Розоцвіті. Розоцветные (табл.22)

Кущ висотою 3-4 м з дуже колючими пагонами. Листки чергові, видовжені. Квітки двостатеві, 0,5-1 см у діаметрі. Чашолистиків 5, віночок білуватий, пелюсток 5; тичинок багато, маточка 1, зав'язь верхня. Плід – кістянка, округло-конічна, соковита, чорного кольору з блискучим восковим нальотом.

Росте на узліссях, крутосхилах, балках, долинах річок, по чагарниках. Місцями утворює великі непрохідні зарослі. Цвіте у квітні – травні, плоди досягають у вересні – жовтні. Поширений по всій Україні. У Степу і Криму змінюється іншим видом – терном степовим. Терен степовий – *Prunus stepposa* Kotov. Цей вид відрізняється від попереднього більш опушеними і крупнішими плодами (2-3 см у діаметрі). Зростає терен у посушливому Степу.

Органи, що використовуються. Плоди, листки, квіти, кора, корені.

М'якоть плодів містить дубильні, ароматичні речовини, цукри, пектини, яблучну кислоту, вітамін С, мінеральні солі.

Застосування. З глибокої давнини плоди терну використовували в народній медицині як скріплюючий засіб при розладах шлунково-кишкового тракту і як поліпшуючий обмін речовин.

Настій квіток діє потогінно, сечогінно і як послаблюючий засіб. Його застосовують при ревматизмі, сечокам'яній хворобі, при різних захворюваннях шкіри.

Чай з молодих листків терну має сечогінну і проносну, відхаркувальну дію. Його п'ють при хронічних запорах, запаленнях сечового міхура.

У народній медицині відвар плодів, квітів, кори та коріння приймають для кровоочищення організму. Вживають плоди терну свіжими або перевареними на киселі, повидло.

Внутрішньо. Відвар плодів готують з 2 столових ложок сушених плодів на 2 склянки окропу, варять 10 хвилин, п'ють по півсклянки 4 рази на день до їжі.

Екстракт сушених плодів готують з 6-8 плодів, які заливають склянкою окропу і варять до зменшення води на одну третину, проціджують, п'ють по 2 столові ложки тричі на добу.

Настій квіток готують з 2 столових ложок квіток на 2 склянки окропу, настоюють 1 годину, проціджують, п'ють по півсклянки 4 рази на день до їжі.

Хвоц польовий. Хвоц полевой. Equisetum arvense L.

Родина Equisetacea - Хвоцові. Хвоцевые (табл.23)

Народні назви: сосонка польова, ялинка, пестівник, хвойка, веретенце.

Багаторічна трав'яниста рослина, розчленована на вузли і міжвузля, що правильно чергуються, розмножується спорами. Від підземного довгого кореневища кожен весну відходить безхлорофільне, буре нерозгалужене стебло, на кінці якого знаходиться спороносний колосок. Спороносний колосок складається з безлічі спороносних щитків або спорофілів, прикріплених до вісі колоска центральною ніжкою, навколо якої розташовані 6 - 12 спорангіїв, що кріпляться зовнішнім краєм до щитка. Після розсіювання спор спороносне стебло гине. На тому ж кореневищі влітку утворюються зелені, до 50 - 60 см висотою сильногалузисті стебла. Ці стебла використовують у медицині. Стебло і його розгалуження, що мають

повздожні боріздки, тверде, шорстке, гнучке, порожнисте; по вузлах стебла розташовані листки. Листки лускові, 6 - 12 в кожному вузлі. Спори дозрівають весною.

Росте на полях, у світлих лісах, чагарниках, біля канав, на кручах, біля доріг по всій лісовій і лісостеповій зоні.

Органи, що використовуються. Зелене стебло, що галузиться.

Містить близько 25% кремнієвої кислоти, флавоноїди, сапонін еквізетонін, гіркі, дубильні, смолянисті речовини, органічні кислоти, каротин, вітамін С.

Застосування. Хвощ має гемостатичну, сечогінну і протизапальну дію. Застосовується *внутрішньо* при запаленні і туберкульозі легень, як допоміжний клінічному лікуванню засіб, при захворюваннях сечових органів, атеросклерозі судин серця і головного мозку, цукровому діабеті.

Зовнішньо застосовується відвар хвоща для ванн, компресів, при ранах, що важко загоюються, фурункулах, для полоскання при запаленнях порожнини рота і горла, для промивань при носових кровотечах.

Внутрішньо приймають настій: 4 чайних ложки подрібненого хвоща заливають двома склянками окропу (доза на два дні) і випивають ковтками.

Зовнішньо застосовується у вигляді відвару: столову ложку сировини заливають склянкою води і кип'ятять упродовж 30 хвилин. При ранах, що важко загоюються, для ванн і компресів готують відвар з 60 г сировини і 1 л води.

При запаленнях нирок хвощ протипоказаний.

Хміль звичайний. Хмель обыкновенный. *Humulus lupulus L.*

Родина *Сannabaceae* – Коноплеві. Коноплёвые (табл.23)

Народні назви: хміль, гіркач, хмелеві шишки.

Багаторічна дводомна ліана (3 - 6 м заввишки). Листки 3 - 5-лопатеві, супротивні, зі споду з жовтими залозками. Квітки жовтувато-зелені, одностатеві; тичинкові квітки мають 5 незрощених листочків і 5 тичинок,

зібрані в неправильні волоті. Маточкові квітки сидять по 2-4 у пазухах покривних лусок, які при дозріванні розростаються і утворюють шишки. Маточка одна з верхньою зав'яззю і двома нитчастими приймочками. Плід - горішок. Цвіте влітку.

Росте в лісах і серед чагарників на сирих ґрунтах, головним чином по берегах річок, по всій Україні.

Хміль вирощують як сільськогосподарську культуру.

Органи, що використовуються. Жіночі суцвіття – шишки.

У шишках хмелю є ефірна олія, гіркі речовини, органічні кислоти, холін, аспарагін, фітонциди, що діють протимікробно.

Застосування. Хміль звичайний заспокоює нервову систему, має протизапальні, болетамувальні властивості, поліпшує серцево-судинну діяльність; застосовується у разі безсоння, при хворобах печінки, нирок; вживається як гіркий ароматичний засіб для підвищення апетиту і поліпшення травлення.

Хміль застосовують і як зовнішній засіб. Витяжка з шишок хмелю лікує рани, що важко загоюються (виразка гомілки), використовують для компресів на забиті місця, при захворюваннях суглобів, для миття голови при облісінні.

Внутрішньо. Настій шишок: 2 столові ложки подрібнених шишок заливають окропом (500 мл), настоюють 2 години, проціджують, приймають по півсклянки 4 рази на день до їжі.

Зовнішньо. Настій шишок: 2 столові ложки подрібнених шишок заливають склянкою окропу, настоюють до охолодження, застосовують для компресів, обмивань.

Мазь з подрібнених на порошок шишок готують на смальці у співвідношенні 1:4, застосовують при виразках, лишаях, раку шкіри, міозитах, захворюваннях суглобів, остеохондрозах.

Цибуля ріпчаста. Лук репчатый. *Allium cepa* L.
Родина *Liliaceae* - Лілійні. Лилейные (табл.23)

Народні назви: цибуля городня, луковиця, бутун, лучина.

Трав'яниста цибулинна культивована рослина. Стебло і листки трубчасті, сіро-зелені, здуті в нижній половині стебла. Оцвітина зеленувато-біла, пелюстки коротші за тичинки. Квітки розташовані на верхівці стебла, утворюючи суцвіття - сферичну парасольку.

Органи, що використовуються. Внутрішні листки свіжої цибулини.

Свіжі листки цибулини містять ефірну олію, вітаміни С, В₁, В₂, каротиноїди, цукри (фруктоза, сахароза, глюкоза), флавоноїди, лимонну і яблучну кислоти, сполуки заліза, калію, марганцю.

Застосування. Цибуля ріпчаста збуджує апетит, виявляє фітонцидну, протисклеротичну, глистогінну дію. Вживається свіжою або у вигляді настою як вітамінний продукт, для профілактики і лікування гіпертонії, атеросклерозу, цукрового діабету.

Свіжий сік цибулі, змішаний з медом, використовують при кашлі, бронхіті, атеросклерозі.

Свіжа цибуля протипоказана при шлунково-кишкових хворобах.

Зовнішньо цибулю застосовують для лікування грипу, грибкових захворювань, видалення бородавок і мозолів, при випаданні волосся. Соком свіжої цибулини виводять веснянки.

Внутрішньо. Настій: 1 подрібнену цибулину заливають склянкою кип'яченої води, настоюють 7 годин, проціджують, п'ють по третині склянки тричі на день.

Сік з медом готують у співвідношенні 1:1, приймають по 1 чайній ложці тричі на день.

Зовнішньо. При грипі потерту цибулю кладуть у клаптик марлі, зав'язують і вкладають у ніздрі на 15 хвилин тричі на день.

Спечену цибулину прикладають до фурункулів 2 рази на день.

Цикорій дикий (Петрові батоги). Цикорій дикий.
Cichorium intybus L.

Родина Compositae - Складноцвіті. Сложноцветные (табл.23)

Багаторічна трав'яниста рослина заввишки 50-80 см. Стебло пряме, малорозгалужене, покрите, як і листки, волосками. Прикореневі листки утворюють розетку, стеблові листки ланцетні, гострозубчасті з широкою основою, верхівкові листки цілокраї. Квітки блакитні, зібрані в кошики. Кошики поодинокі або зібрані пучками. Плоди – сім'янки, голі, 3-5 –гранні. Цвіте в другій половині літа до осені.

Зустрічається по сухих луках, біля доріг, як бур'янова рослина по всій Україні.

Органи, що використовуються. Корінь.

Містить гірку речовину інтибін, фруктозу, холін, інулін, вітамін С, вітаміни групи В.

Застосування. Коріння цикорію підвищує апетит і покращує травлення, має м'яку проносну, сечогінну дію, підвищує обмін речовин. Застосовується настій з двох чайних ложок подрібненого коріння на склянку окропу (добова доза). Застосовується при захворюваннях печінки, при збільшенні селезінки; як жовчогінний засіб при камінні в жовчному міхурі і при захворюваннях нирок, а зовнішньо - при шкіряних висипах, фурункулах.

Сухе, смажене і розмолоте коріння цикорію вживається як кава або як добавка до кави (інулін при розкладі утворює оксиметіл-фурфурол, аромат якого нагадує запах смаженої кави).

У народній медицині коріння цикорію застосовують у вигляді відвару як засіб для збудження функції травної системи, проти малярії, хвороб печінки, виразки шлунку, як пом'якшувальний засіб при ангіні, запаленні дихальних органів, при важкому сечовиділенні, а зовнішньо - для лікування чиряків і набряків, готуючи для цього кашку.

Цмин пісковий (безсмертник пісковий). Цмин песчаный.

Helichrysum arenarium L.

Родина Compositae - Складноцвіті. Сложноцветные (табл.24)

Народні назви: безсмертник пісковий, жовті котики, жовті котячі лапки, жовтий цмин, жовта горлянка, сухоцвіт, золотосонячник, нечуй-вітер, сухарики, мороз-трава.

Багаторічна трав'яниста рослина (до 30 см заввишки). Стебло пряме, просте, білуватоопушене. Листки почергові, нижні лопатоподібні, верхні ланцетовидні, загострені. Кошики дрібні з обгорткою із сухих, блискучих, лимонно-жовтих листочків. Квітки дрібні, зібрані в кулясті кошики до 10 мм у діаметрі.

Росте на піщаних ґрунтах у соснових і змішаних лісах майже по всій Україні. Цвіте липень – вересень.

Органи, що використовуються. Кошики.

Містить смолянисті і танінові речовини, ефірну олію, фітостерин.

Застосування. Препарати цмину рекомендуються при запаленні і камінні в жовчному міхурі, при запаленні нирок і сечового міхура, що супроводжується болем при сечовипусканні. Має виражену жовчогінну дію.

Застосовується настій із 10 г подрібнених квіток цмину на 1 склянку холодної води, витримується протягом 8 годин, приймати по 2 столові ложки 3 рази на день до їжі (2 – 3 тижні).

Часник городній. Чеснок посевной. Allium sativum L.

Родина Liliaceae – Лілійні. Лилейные (табл.24)

Трав'яниста (зі складною цибулиною) культивована рослина. Квітконосна стрілка виростає заввишки 70-160 см; суцвіття на ній – головкоподібний зонтик. Культивований у нас часник насіння не дає, а в суцвітті замість нього – багато зубочків. Вага підземної головки часнику буває 20-40г.

Органи, що використовуються. Свіжі зубочки складної цибулини.

В цибулині часнику є ефірна олія, глікозид амін, фітостерини, вітамін С, РР, вітаміни групи В, вуглеводи, інулін, органічні кислоти.

Застосування. Часник городній застосовується внутрішньо при відсутності апетиту, порушенні травлення, поносі, підвищеному тиску крові, атеросклерозі. Як „кровоочисний” засіб його вживають при фурункулах і висипках на шкірі, для пригнічення гниття і бродіння в кишечнику.

Часник протипоказаний при хворобах нирок.

При зовнішньому застосуванні часник використовують для лікування корости, екземи, гнійних ран, грибкових захворювань, себореї голови, для інгаляцій з метою профілактики грипу, для вигання гостриків (вводять з водою або молоком в клізмах).

Внутрішньо. Настій: 1 чайну ложку потовченого часнику заливають двома склянками холодної кип'яченої води, настоюють 1 годину, проціджують, п'ють по півсклянки тричі на день до їжі. Людині необхідно вживати 2-3 зубка часнику на день.

Зовнішньо. Потовчений часник вводять у ніздрі з ватним тампоном при грипі.

Клізми: 3 столові ложки соку часнику на півсклянки молока – застосовують проти гостриків.

Чебрець звичайний. Тим'ян обыкновенный. Thymus vulgaris L.

Родина Labiatae - Губоцвіті. Губоцвітніе (табл.24)

Дрібний розгалужений напівчагарник, висотою 20 см. Гілочки попередніх років здерев'янілі; квітконосні пагони покриті волосками. Листки супротивні, короткочерешкові, зверху гладенькі, знизу сіруватоопушені. Квітки зібрані в пазухах верхівкових листків на розгалуженнях стебла, утворюючи головчасте суцвіття. Чашечка дзвоникovidна з короткими волосками. Листки, чашечка і віночок покриті залозистими волосками, які виділяють ефірну олію. Цвіте від червня до вересня.

Росте у сухих, хвойних і мішаних лісах, на узліссях, галявинах, схилах.

Органи, що використовуються. Надземна частина рослини.

Чебрець звичайний містить ефірну олію, до складу якої входять: тимол, карвакрол і інші терпеноїди. Головною складовою частиною є тимол.

Застосування. Препарати чебрецю звичайного (настій, рідкий екстракт, ефірна олія і тимол) широко застосовуються в медичній практиці як антисептичні і дезинфікуючі засоби при запаленнях слизових оболонок порожнини рота, як засіб проти кашлю при бронхітах і ін. Настій готують із 20 г трави на 1 склянку окропу, приймають по 1 столовій ложці 4 рази на день.

Настій чебрецю є добрим засобом для лікування простуди та кашлю у дітей.

Чебрець повзучий (трава богородська). Тимьян ползучий.

Thymus serpyllum L.

Родина Labiatae - Губоцвіті. Губоцвітніе (табл.24)

Народні назви - чепчик, чебрик.

Дрібна, 10-30 см висотою, багаторічна трав'яниста рослина. Стебло біля основи злегка здерев'яніле. Стебла чотиригранні, розгалужуються від самої основи. Листки дрібні, супротивні, лінійні або еліптичні, коротко черешкові або сидячі. Квітки зібрані в пазухах верхніх листків. Віночок рожевий або червоний.

Чебрець повзучий поширений на сухих, скелястих і сонячних місцях, по пасовищах, на луках.

Органи, що використовуються. Надземна частина з квітками.

Трава чебрецю повзучого містить ефірну олію, до складу якої входить тимол, карвакрол, цимол, а також гірку речовину, флавоноїди, мінеральні солі, дубильні речовини.

Застосування. Чебрець – добрий заспокійливий засіб при сухому і спастичному кашлі, особливо при коклюші, хронічному бронхіті, бронхіальній, астмі, при запаленні легень із слизовою мокротою, при хворобах шлунку і кишечника, заспокійливо діє на центральну нервову

систему. Препарати чебрецю протипоказані при вагітності, хворобах печінки і нирок.

Внутрішньо. Настій трави чебрецю: 2 столові ложки сировини заливають двома склянками окропу, настоюють 2 години, п'ють по півсклянки 4 рази на день до їжі.

Трава чебрецю застосовується також *зовнішньо* для ванн при нервових захворюваннях, ревматизмі і шкіряних висипах. Настій для ванн готують з 100 г трави чебрецю на 2 л окропу, настоюють півгодини в теплому місці і проціджений настій додають до води для ванни. Такий же настій застосовують для полоскання порожнини рота при запаленнях слизової оболонки, при ангіні.

Чистотіл великий. Чистотел большой. Chelidonium majus L.
Родина Papaveraceae - Макові. Маковые (табл.25)

Народні назви: жовтило, молочай жовтий, бородавник.

Трав'яниста багаторічна рослина, що досягає до 50-60 см висоти. Стебло розгалужене у верхній частині. Нижні листки з довшими або коротшими черешками, стеблові - сидячі, почергові, голі, з ліровидною пластинкою, зверху зелені, знизу синювато-сірі. До складу квітки входять чашечка з двох жовто-зелених опадаючих чашолистиків, незрощених, яскраво-жовтих, багато тичинок, маточка з двох плодолистиків з верхньою зав'яззю. Плід - стручкоподібна коробочка, що розкривається двома стулками. Уся рослина містить оранжево-жовтий молочний сік. Цвіте з другої половини квітня до вересня.

Зустрічається всюди по вологих і тінистих місцях по всій Україні.

Органи, що використовуються. Надземна частина рослини.

Містить алкалоїди і інші азотовмісні сполуки, хелідонін, органічні кислоти, ефірну олію, вітамін С, каротин.

Застосування. Хелідонін відрізняється слабкою, наче морфіною дією - болезаспокійливою і заспокійливою, однак не має наркотичного ефекту морфіну.

Чистотіл добре діє як болезаспокійливий засіб при захворюваннях печінки і жовчного міхура, при катарі шлунку, кишечника, проносах, при порушеннях травлення.

Рекомендується застосовувати водні настої, або спиртові настоянки зі свіжої рослини. Слід приймати тільки за призначенням лікаря, не перевищуючи допустимих доз, бо рослина відноситься до отруйних.

У народній медицині молочний сік чистотілу застосовується при бронхіальній астмі, псоріазі, раку шкіри, золотусі, малярії, хворобах печінки. Молочний сік свіжої рослини роз'їдає шкіру, і тому рекомендується як ефективний засіб для видалення бородавок, мозолів.

Внутрішньо. Настій трави: 1 чайна ложка трави на 200 мл окропу, приймати по третині склянки 3 рази на день.

Чорниця звичайна. Черника обыкновенная. *Vaccinium myrtillus L.*
Родина *Vacciniaceae* - Брусничні. Брусничные (табл.25)

Кущик 30-60 см заввишки. Стебла висхідні, розгалужені, із зелено-коричневою корою. Молоді гілочки зелені з гострими ребрами. Листочки чергові, коротко черешкові, яйцеподібні, краї пластинки дрібно-зарубчастопильчасті. Квітки правильні, поникаючі. Тичинок 10, маточка одна, зав'язь нижня. Плід – чорна ягода з сизуватим нальотом, насіння багато. Цвіте в травні-червні, ягоди досягають в липні-серпні.

Чорниця широко розповсюджена в соснових лісах, гірській місцевості, на Поліссі, Карпатах, рідше у північному Лісостепу.

Органи, що використовуються. Ягоди, листки.

Ягоди містять дубильні речовини (до 20%), органічні кислоти, цукор (до 30%), каротин, вітаміни, фарбувальні речовини, сполуки марганцю,

заліза, листки – дубильні речовини, ефірну олію, органічні кислоти, вітамін С, мікроелементи: марганець, залізо, хром, мідь і ін.

Застосування. Ягоди чорниці вживають у свіжому, сушеному та консервованому вигляді (компоти, соки, варення, джем). Свіжими ягоди споживають перетертими з цукром у суміші з молоком або вершками.

Свіжі ягоди чорниці підвищують гостроту зору, назначаються при малокрів'ї, гіпертонічній хворобі, атеросклерозі, жовчнокам'яній і сечокам'яній хворобах, екземах, псоріазі, подагрі.

Свіжий сік або густий відвар ягід використовують для лікування опіків, гнійних ран, мокнучих екзем. Для цього роблять примочки, компреси. Свіжий сік або відвар чи настій ягід використовується також для полоскань порожнини рота при ангінах, стоматитах, простудних захворюваннях.

Сушені ягоди застосовуються при гострих і хронічних проносах, особливо у дітей. З цією метою вживають сушені ягоди у вигляді настоїв або киселів.

Настій з листя чорниці застосовується при легких формах цукрового діабету, при болях у шлунку, кишечнику, жовчнокам'яній і сечокам'яній хворобах.

Внутрішньо. Настій сушених ягід готують з 2 столових ложок ягід на 2 склянки окропу, настоюють 4-5 годин, проціджують, п'ють по 50 г 5-6 разів на день.

Настій листя готують з 2 столових ложок подрібненого листя на 2 склянки окропу, настоюють 2 години, проціджують, приймають по півсклянки 4 рази на день до їжі.

Зовнішньо. Настій сушених ягід для полоскання готують з 2 чайних ложок ягід на склянку окропу, настоюють 15 хвилин, проціджують.

Чорнушка посівна. Чернушка посевная. *Nigella sativa* L.
Родина Ranunculaceae - Жовтецеві. Лютиковіе (табл.25)

Однорічна трав'яниста рослина висотою до 40 см. Листки перисторозсічені, почергові. Квітки одинокі, розташовані на верхівках розгалужень стебла, пелюстки голубі. Оцвітина подвійна, складається з 5 листочків. Тичинок багато. Насіння ребристе. Цвіте влітку.

Ця рослина поширена по всій території України, її вирощують як декоративну рослину. У дикому стані росте на полях, на пасовищах, біля доріг та лісосмуг.

Органи, що використовуються. Насіння.

Насіння чорнушки містить стероїди, сапоніни, алкалоїд нігелін, ефірну, жирну олію.

Застосування. Насіння чорнушки діє як загальнозміцнюючий засіб, має глистогінні, жовчогінні та сечогінні властивості, сприяє збільшенню молока у жінок, що годують груддю.

Крім того, насіння чорнушки вживають як пряність при квашенні огірків, капусти, кавунів.

Внутрішньо. Чай з чорнушки (0,5 г насіння на день) п'ють по 1 склянці 3 рази на день. Відвар насіння (3 г насіння на 300 мл окропу) п'ють по півсклянки 4 рази на день.

Шавлія лікарська. Шалфей лекарственный. *Salvia officinalis* L.
Родина Labiatae - Губоцвіті. Губоцвітніе (табл.25)

Багаторічна трав'яниста рослина 50 - 80 см висотою. Стебло прямостояче, чотиригранне. Листки довгасто-ланцетні, звужені біля основи в черешки, дрібногородчасті, зморшкуваті. Квітки синьо-фіолетові, розташовані по 6-12 в мутовках на верхівках стебел. Плід – горішок. Цвіте влітку.

Росте в мішаних лісах, на узліссях, луках, лучних степах.

Сім'янки довгасті, жовтого кольору. Цвіте в травні – червні, плоди досягають у серпні-вересні.

Шипшина в нашій країні поширена всюди по узбіччях доріг, в рідколіссі, на пасовищах.

Органи, що використовуються. Плоди, які збирають у стадії повної стиглості.

Містять вітамін С (до 17% на суху речовину), вітамін В₁, В₂, РР, К, каротин, пантотенову кислоту, флавоноїди, цукри, органічні кислоти, солі заліза, кальцію, магнію, марганцю.

Застосування. Плоди шипшини виявляють протицинготну, протизапальну, антисклеротичну дію, сприятливо впливають на вуглеводний обмін, посилюють секрецію жовчі.

Плоди шипшини використовують для лікування гіповітамінозів С і Р, при інфекційних захворюваннях, атеросклерозі, кровотечах. При захворюваннях кишечника, печінки, нирок. При хворобах печінки призначають сироп з воднозгущеного екстракту плодів шипшини – по 1 чайній ложці тричі на день.

Настій плодів: 2 столові ложки плодів заливають двома склянками окропу, настоюють в термосі 8-10 годин, п'ють по півсклянки 3 рази на день.

Щавель кислий. Щавель кислий. Rumex acetosa L.
Родина Polygonaceae – Гречкові. Гречковые (табл.26)

Багаторічна трав'яниста рослина. Стебло висотою до 1 м. Корінь стержневий, м'ясистий. Листки почергові, нижні черешкові, верхні майже сидячі, соковиті, стрілоподібні. Біля основи черешка кожного листка є пливчасті розтруби. Суцвіття - волоть. Квітки одностатеві, зеленуватого кольору. Плід – тригранний горішок. Цвіте з травня по липень.

Росте на луках, головним чином у вологих місцях по всій Україні, культивують як овочеву культуру.

Органи, що використовуються. Свіжі листки.

Містяться органічні кислоти: щавлева, яблучна; фенольні сполуки, вітамін С, каротин, білки, солі заліза і калію.

Застосування. Щавель має протизапальні, протисклеротичні, капілярозміцнюючі властивості. Його використовують як джерело вітамінів у вигляді борщів, юшок, для поліпшення діяльності печінки і жовчотворення, для лікування запалення ясен, ангіни та захворювань шкіри і як проти проносний засіб.

Внутрішньо. Настій листя (20 г подрібненого листя на склянку окропу) приймати по 1 столовій ложці тричі на день як проти проносний засіб.

Цим настоем користуються і для полоскань, компресів, примочок.

Щитник чоловічий, чоловіча папороть.

Щитовник мужской. *Dryopteris filix mas L.*

Родина *Aspidiaceae* - Щитникові. Щитовниковые (табл.26)

Народні назви: папороть чоловіча, папоротник чорний, чортова борода, сорокозуб, глисник.

Багаторічна трав'яниста рослина. Розвивається в двох, пов'язаних між собою, поколіннях: статеве - заросток, який не використовується, і безстатеве - справжня папороть, кореневище якої використовується як глистогінний засіб. З потужного кореневища розвивається багато довгих листків. Знизу листка утворюються спорангії, згруповані у соруси, покриті індузіями. Спори дозрівають влітку.

Рослина отруйна. Поширена головним чином в лісах, серед чагарників у вологих місцезростаннях.

Органи, що використовуються. Кореневище.

Містить танінові, гіркі речовини, ефірну олію, зелений фарбник, крохмаль. Для фармакології важливими складовими частинами є похідні флороглюцину, флаваспидова та філіксонова кислоти, флавоноїди.

Застосування. Флороглюцинові складові частини кореневища папороті чоловічої надають сильну глистогінну дію - філіцин паралізує м'язи плоских червів і вбиває їх.

Застосовується ефірний екстракт кореневища. Препарати папороті чоловічої отруйні, тому їх слід застосовувати під контролем лікаря.

Препарати щитника чоловічого використовують для вигання стьожкових глистів. У домашніх умовах беруть 5 мл відвару (10 г кореневища на склянку окропу, упарюють до половини), змішують з медом і ділять на 10 пілюль, які замішують на борошні. Приймають після спеціальної підготовки хворого під наглядом лікаря.

Ячмінь звичайний. Ячмень обыкновенный. Hordeum vulgare L.

Родина Gramineae - Злакові. Злаковые (табл.26)

Культурний ячмінь - однорічна трав'яниста рослина. Стебло – порожня соломка. Листки лінійні, кріпляться піхвою до стебла. Суцвіття - складний колос. Кожен колосок несе по одній розвиненій квітці. Тичинок 3; маточка з двома стовпчиками і перистими приймочками. Плід - зернівка, зрощена з верхньою плівкою. Цвіте в травні - червні. В Україні культивують різні сорти. У дикому стані ячмінь невідомий. Вирощують як фуражну і продовольчу рослину.

Застосування. З лікувальною метою використовують зерно, яке містить білки, жири, вуглеводи, ферменти, вітаміни, клітковину. Препарати з ячменю мають протизапальні, обволікаючі властивості і застосовуються при захворюваннях шлунково-кишкового тракту, сильному кашлі, екземі, псоріазі.

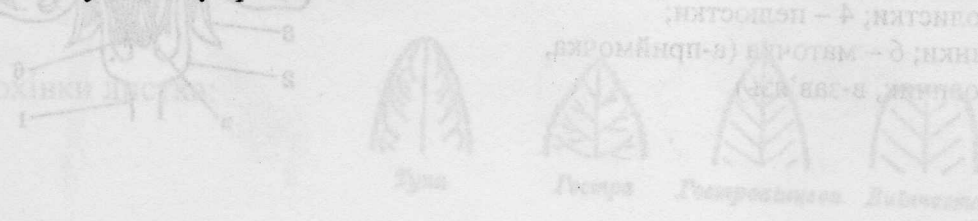
З ячменю роблять відвар зернівок або настій ячмінного солоду.

Відвар насіння: 10 г насіння заливають 200 г води і настоюють протягом 4 - 5 годин, потім варять 10 хвилин, проціджують. Приймають по 1 столовій ложці 4 рази на день.

Щоб одержати ячмінний солод, насіння ячменю пророщують, сушать і розмелюють на борошно.

Настій із солодового борошна: 2 столові ложки солодового борошна настоюють 4 години на 1 л окропу, приймають по півсклянки, 4-5 раз на день, підсолоджуючи цукром або медом.

За формою верхівки листка



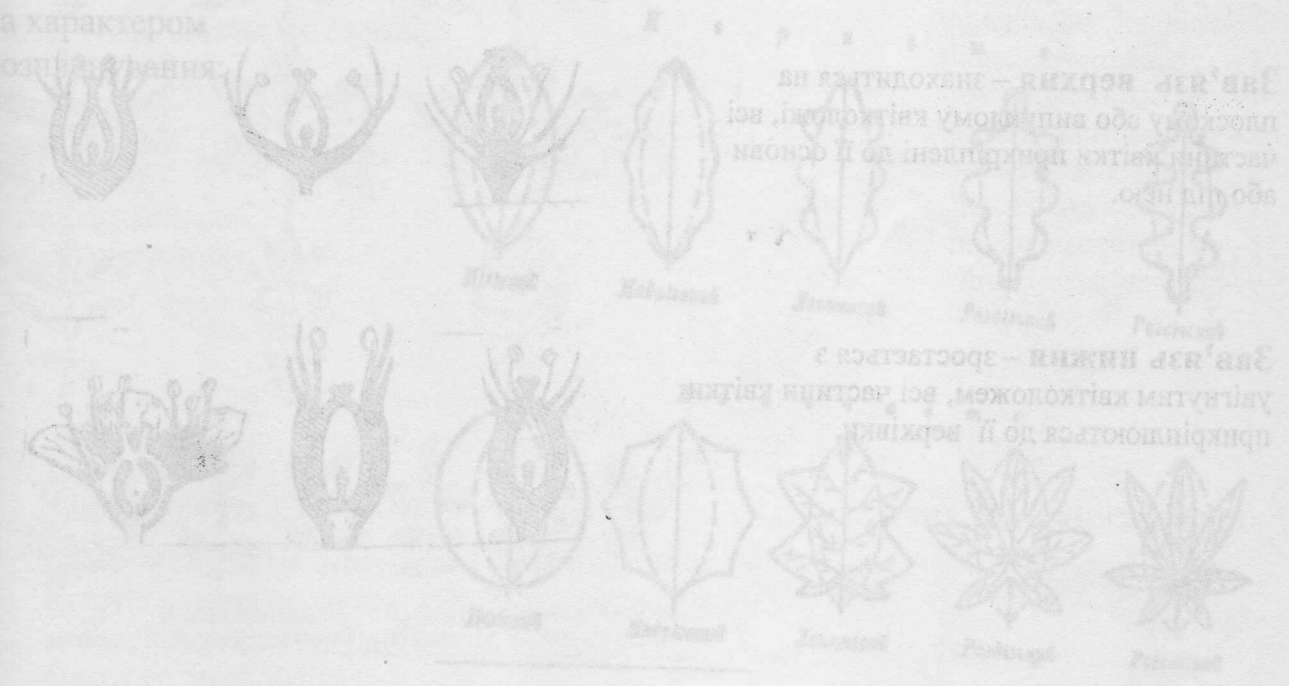
За формою квітків



За характером квітки



За характером розквітавання



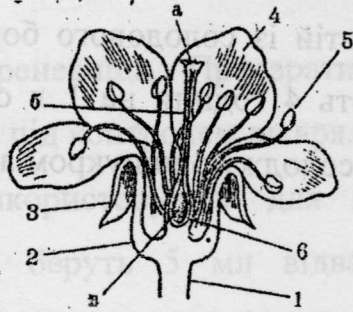
2. Довідкова частина

Ботаніко-морфологічні відомості окремих органів рослин

Квітка

Морфологія квітки:

- 1 – квітконіжка; 2 – квітколоже;
 3 – чашолистки; 4 – пелюстки;
 5 – тичинки; 6 – маточка (а-приймочка,
 б-стовпчик, в-зав'язь)

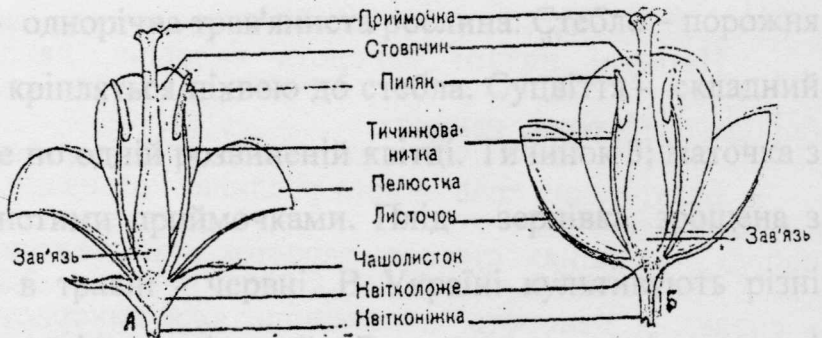


- 1 – квітка правильна, роздільнопелюсткова;
 2 – квітка правильна, зрослопелюсткова;
 3 – квітка неправильна;
 4 – квітка без оцвітини.



Будова квіток:

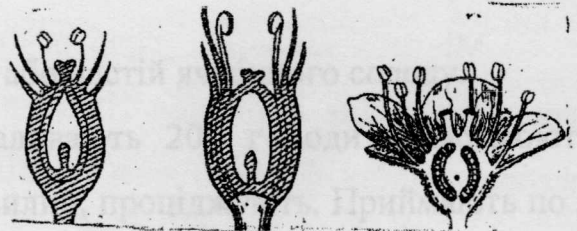
- А – подвійна оцвітина,
 Б – проста оцвітина.



Зав'язь верхня – знаходиться на плоскому або випуклому квітколожі, всі частини квітки прикріплені до її основи або під нею.

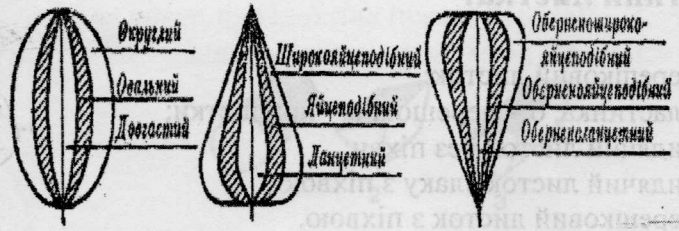


Зав'язь нижня – зростається з увігнутим квітколожем, всі частини квітки прикріплюються до її верхівки.



Листок

За формою листової пластинки бувають:



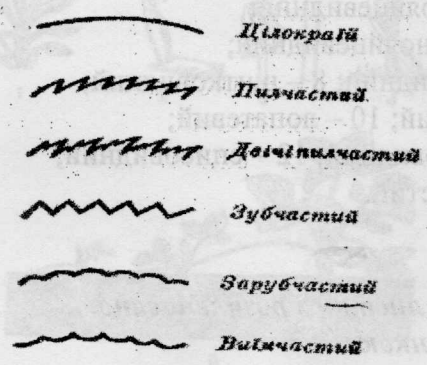
За формою верхівки листка:



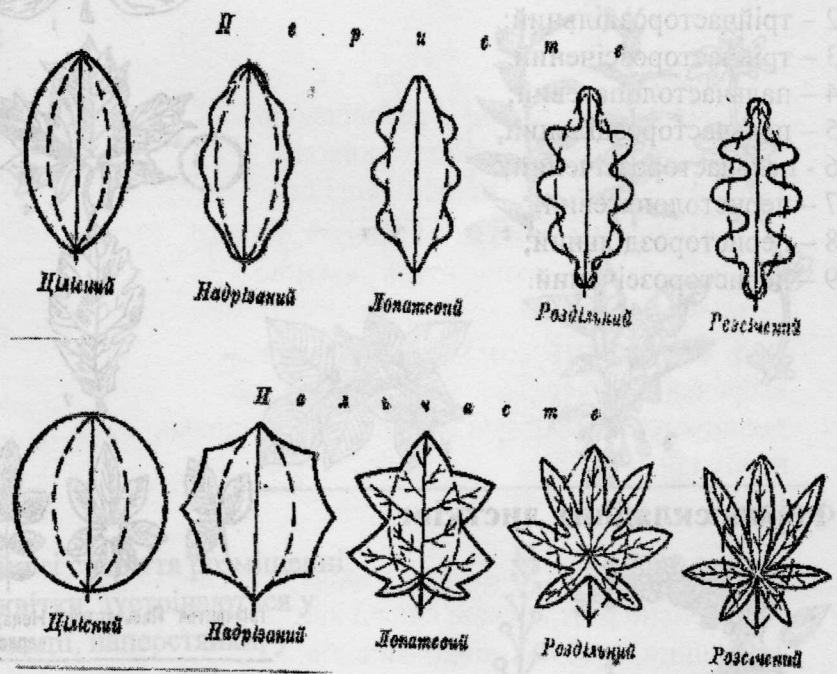
За формою основи листка:



За характером краю листка:

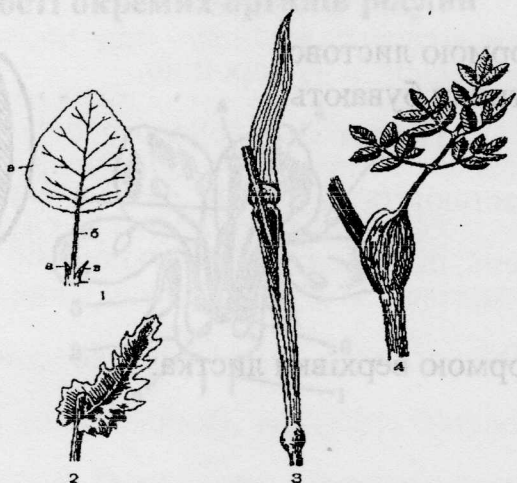


За характером розчленування:



Частини листка:

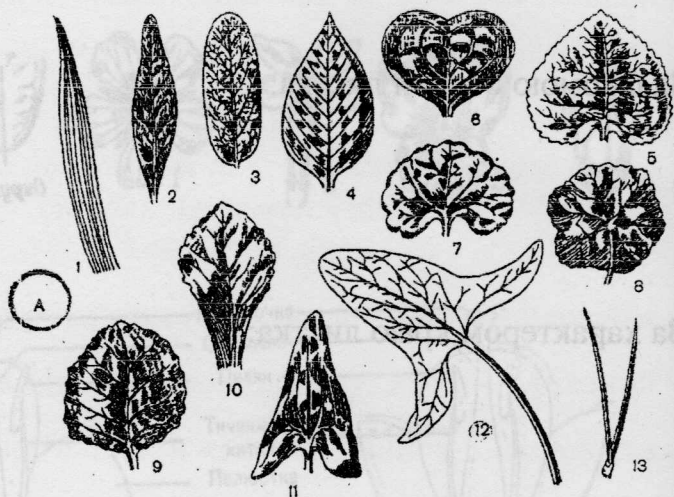
- 1 – черешковий листок;
- а – пластинка, б – черешок, в – прилистки;
- 2 – сидячий листок без піхви;
- 3 – сидячий листок злаку з піхвою;
- 4 – черешковий листок з піхвою.



Форми простих листків:

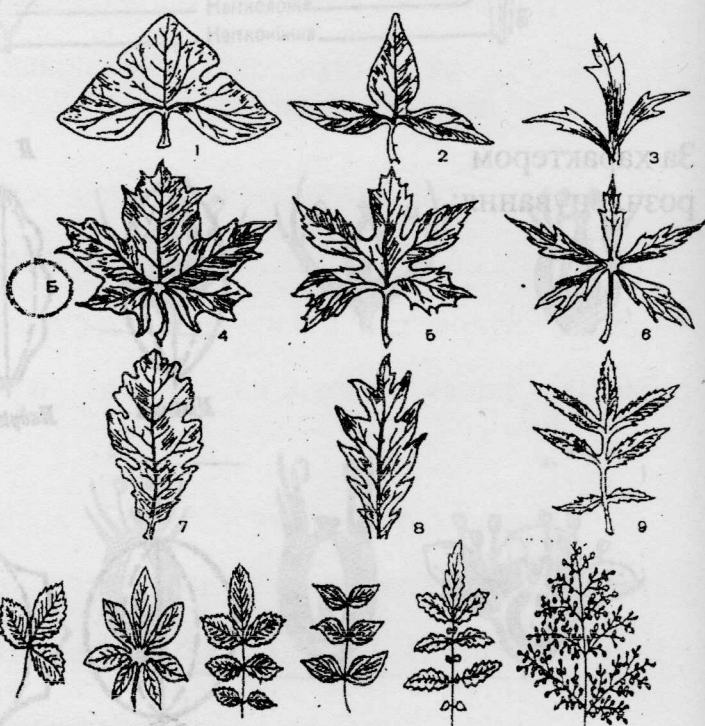
А. Прості листки з нерозчленованою пластинкою:

- 1 – лінійний; 2 – ланцетний;
- 3 – еліптичний; 4 – яйцевидний;
- 5 – широкояйцевидний;
- 6 – оберненояйцевидний;
- 7 – нирковидний; 8 – щитковидний;
- 9 – округлий; 10 – лопатевий;
- 11 – стріловидний; 12 – списовидний;
- 13 – голчастий.



Б. Прості листки з розчленованою пластинкою:

- 1 – трійчастолопатевий;
- 2 – трійчатороздільний;
- 3 – трійчаторозсічений;
- 4 – пальчастолопатевий;
- 5 – пальчатороздільний;
- 6 – пальчаторозсічений;
- 7 – перистолопатевий;
- 8 – перистороздільний;
- 9 – перисторозсічений.



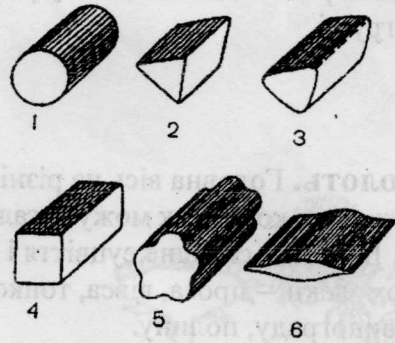
Форми складних листків:

- Трійчастий
- Пальчастий
- Непарно-перистий
- Парно-перистий
- Переривчато-перистий
- Тричі-перистий

Морфологія стебла:

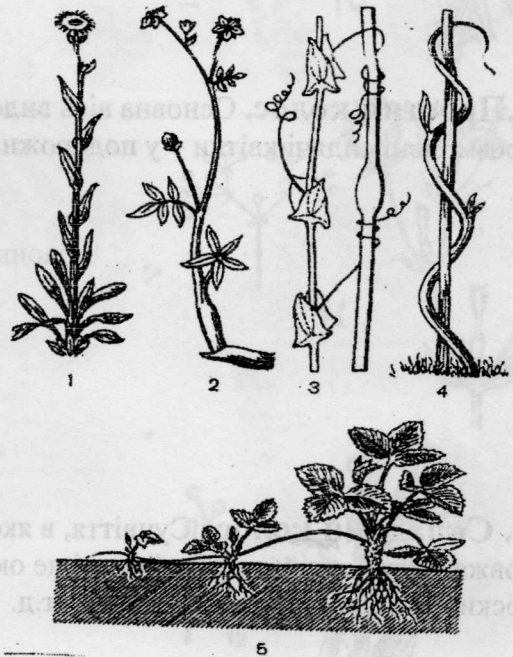
Форми стебла на поперечному розрізі:

- 1 – циліндрична; 2-3 – тригранна;
- 4 – чотиригранна; 5 – жолобчаста;
- 6 – сплюснута-крилата.



Типи пагонів за напрямком росту:

- 1 – прямостояче;
- 2 – висхідне;
- 3 – чіпке;
- 4 – витке;
- 5 – повзуче.



Листкорозміщення на стеблі:

- 1 – чергове;
- 2 – супротивне;
- 3 – кільчасте;
- 4 – листкова мозаїка;
- 5 – листкова розетка.

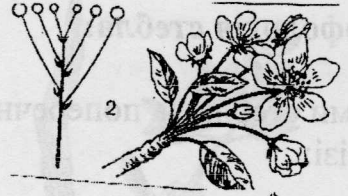


Типи суцвіть

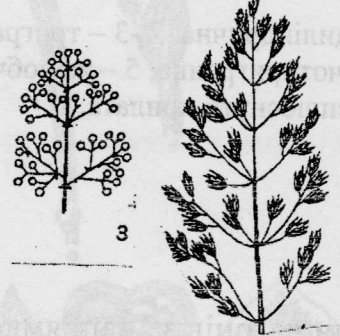
1. **Китиця.** На основній осі суцвіття розміщені на квітконіжках поодинокі квітки, зустрічаються у смородини, черемхи, білої акації, наперстянки, у більшості хрестоцвітних.



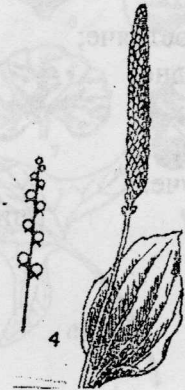
2. Щиток. Нижні квітконіжки довші за верхні і всі квітки розміщені на одному рівні – у яблуні, сливи, груші.



3. Волоть. Головна вісь на різній висоті дає відгалуження, котрі теж можуть галузитись, утворюючи китиці. Волоть – складне суцвіття і зустрічається у багатьох злаків – проса, вівса, тонконогу, стоколосу, бузку, винограду, полину.



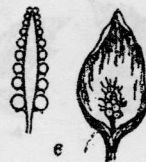
4. Простий колос. Основна вісь видовжена, а на ній розміщені сидячі квітки – у подорожника, вербени.



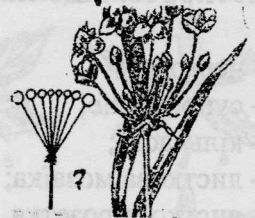
5. Складний колос. Суцвіття, в якому на видовженій головній осі розміщені не окремі квітки, а колоски – у пшениці, жита, ячменю і т.д.



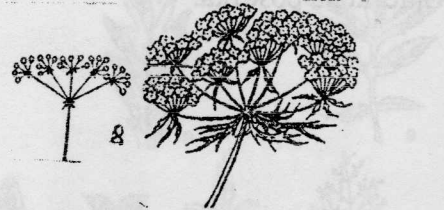
6. Початок. Колос із потовщеною м'ясистою частиною, що густо вкрита квітками – у кукурудзи, образків і ін.



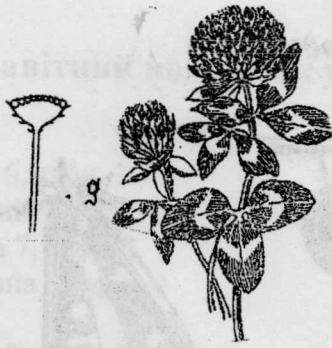
7. Простий зонтик. Суцвіття, у якого кожна бічна вісь закінчується окремою квіткою – у сусака.



8. Складний зонтик. Основна вісь вкорочена, а з верхівки відходять осі, що закінчуються простими зонтиками – у моркви, кропу і ін.



9. Головка. Основна вісь вкорочена, на котрій тісно розташовані сидячі квітки – у конюшини, скабіози, миколайчиків.



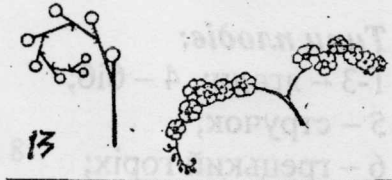
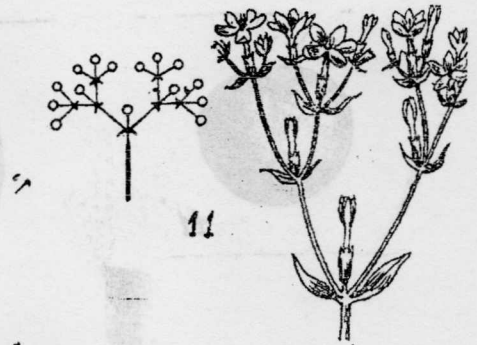
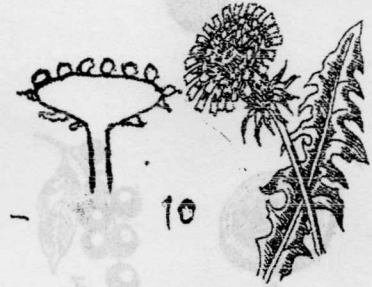
10. Кошик. Головна вісь дуже розширена, утворюючи спільне квітколоже, на якому знаходяться велика кількість квіток. По краю квітколожа розміщені листочки, що утворюють обгортку – у соняшника, кульбаби і ін.

11. Складний дихазій. Головна вісь закінчується одинокою квіткою і під нею утворюється розвилка бокових гілок, котрі продовжують таку ж систему, формуючи одинокі квітки – у родини гвоздикових і ін.

12. Звивина. Бічні одно квіткові гілки відходять послідовно в дві протилежні сторони - у гравілату, гладіолуса.

13. Завійка. Однобічне суцвіття, яке до розпускання квіток закручене верхівкою всередину. Поширені у родини шорстколистих, живокосту, синяка.

14. Сережка. Тонка вісь, що звисає, після цвітіння, все суцвіття опадає разом. Це тичинкові квіти грецького горіха, верби, ліщини і ін.



Плоди



Типи плодів:

- 1-3 – ягоди; 4 – біб;
- 5 – стручок;
- 6 – грецький горіх;
- 7 – черемха;
- 8 – багатонасінна кістянка глоду;
- 9 – горіх ліщини;
- 10 – сім'янка;
- 11 – помідор;
- 12 – гарбуз;
- 13 – огірок; 14 – коробочка маку;
- 15 – коробочка блекоти;
- 16 – складна кістянка малини;
- 17 – супліддя шовковиці.

3. Алфавітний покажчик українських назв рослин

А

- Аір звичайний 6, табл. 1
- Аконіт дібровний 7, табл. 1
- Алтея лікарська 7, табл. 1
- Анемона дібровна 8, табл. 1

Б

- Багно звичайне 9, табл. 2
- Береза бородавчаста 10, табл. 2
- Березка польова 11, табл. 2
- Блекота чорна 12, табл. 2
- Бузина чорна 13, табл. 3
- Бузок звичайний 14, табл. 3
- Буркун лікарський 15, табл. 3

В

- Валеріана лікарська 16, табл. 3
- Вербена лікарська 17, табл. 4
- Верес звичайний 18, табл. 4
- Вероніка лікарська 18, табл. 4
- Волошка синя 19, табл. 4

Г

- Галега лікарська 20, табл. 5
- Гарбуз звичайний 21, табл. 5
- Гірчак перцевий (водяний перець) 22, табл. 5
- Гірчиця чорна 23, табл. 5
- Гледичія колюча 24, табл. 6
- Глід колючий 25, табл. 6
- Горицвіт весняний 26, табл. 6
- Горіх волоський 26, табл. 6
- Горлянка повзуча 28, табл. 7
- Горобина звичайна 29, табл. 7
- Гравілат міський 30, табл. 7
- Грицики звичайні 30, табл. 7

Д

- Деревій звичайний 31, табл. 8
- Дуб звичайний 32, табл. 8
- Дурман звичайний (Дурман смердючий) 33, табл. 8
- Дягель лікарський 34, табл. 8

Ж

- Живокіст лікарський 35, табл. 9

З

- Звіробій звичайний 36, табл. 9
- Злинка канадська 37, табл. 9

К

- Калина звичайна 38, табл. 9
- Картопля 40, табл. 10
- Каштан кінський 41, табл. 10
- Квасоля звичайна 42, табл. 10
- Конвалія травнева 43, табл. 10
- Кріп пахучий 44, табл. 11

Кропива дводомна 44, табл. 11
Кукурудза звичайна 45, табл. 11
Кульбаба лікарська 46, табл. 11
Купина лікарська 47, табл. 12

Л

Лаванда колоскова 48, табл. 12
Липа серцелиста 49, табл. 12
Ліщина звичайна 50, табл. 12
Ломиніс виноградолистий 51, табл. 13
Любисток лікарський 52, табл. 13

М

Малина звичайна 53, табл. 13
Материнка звичайна 54, табл. 13
Меліса лікарська 55, табл. 14
Мильнянка лікарська 56, табл. 14
Морква дика 57, табл. 14
Морква посівна 57, табл. 14
М'ята водяна 59, табл. 15
М'ята перцева (холодна м'ята) 59, табл. 15

Н

Нагідки лікарські (Календула лікарська) 60, табл. 15

О

Обліпиха крушиновидна 61, табл. 15
Овес посівний 62, табл. 16
Оман високий (оман лікарський) 64, табл. 16
Очиток їдкий 65, табл. 16

П

Парило звичайне 66, табл. 16
Паслін солодко-гіркий 67, табл. 17
Паслін чорний 68, табл. 17
Перець стручковий 68, табл. 17
Перстач гусячий 69, табл. 17
Перстач прямостоячий 70, табл. 18
Пижмо звичайне 71, табл. 18
Пирій повзучий 72, табл. 18
Підбіл звичайний (мати-й-мачуха звичайна) 77, табл. 18
Підмаренник чіпкий 74, табл. 19
Подорожник великий 75, табл. 19
Подорожник ланцетолистий 75, табл. 19

Р

Робінія звичайна (акація біла) 77, табл. 19
Розторопша плямиста 78, табл. 20
Розхідник плющовидний 78, табл. 20
Ромашка аптечна (ромашка лікарська) 79, табл. 20
Рутка лікарська 81, табл. 20
Ряст порожнистий 81, табл. 21

С

Собача кропива серцева 82, табл. 21
Сокирки польові 83, табл. 21
Сон чорніючий 84, табл. 21
Сосна лісова (сосна звичайна) 84, табл. 22
Стокротки багаторічні 86, табл. 22

Суниці лісові 87, табл. 22

Т

Терен звичайний 88, табл. 22

Х

Хвощ польовий 89, табл. 23

Хміль звичайний 90, табл. 23

Ц

Цибуля ріпчаста 92, табл. 23

Цикорій дикий (Петрові батоги) 93, табл. 23

Цмин пісковий (безсмертник пісковий) 94, табл. 24

Ч

Часник городній 94, табл. 24

Чебрець звичайний 95, табл. 24

Чебрець повзучий (трава богородська) 96, табл. 24

Чистотіл великий 97, табл. 25

Чорниця звичайна 98, табл. 25

Чорнушка посівна 100 табл. 25

Ш

Шавлія лікарська 100, табл. 25

Шипшина звичайна (собача) 101, табл. 26

Щ

Щавель кислий 102, табл. 26

Щитник чоловічий, чоловіча папороть 103, табл. 26

Я

Ячмінь звичайний 104, табл. 26

4. Алфавітний покажчик російських назв рослин

А

Аир тростниковый 6, табл.1

Аконит (Борец) дубравный 7, табл.1

Алтей лекарственный 7, табл.1

Б

Багульник болотный 9, табл.2

Белена черная 12, табл.2

Береза бородавчатая 10, табл.2

Боярышник колючий 25, табл.6

Будра плющевидная 78, табл.20

Бузина черная 13, табл.3

В

Валериана лекарственная 16, табл.3

Василек синий 19, табл.4

Вербена лекарственная 17, табл.4

Вереск обыкновенный 18, табл.4

Вероника лекарственная 18, табл.4

Ветреница дубравная 8, табл.1

Вьюнок полевой 11, табл.2

Г

Галега лекарственная 20, табл.5

Гледичия обыкновенная 24, табл.6

Горец перечный (водяной перец) 22, табл.5

Горицвет весенний 26, табл.5

Горчица черная 23, табл.5

Гравилат городской 30, табл.7

Д

Девясил высокий 44, табл.16

Донник лекарственный 15, табл.3

Дуб обыкновенный 32, табл.8

Дурман обыкновенный 33, табл.8

Душица обыкновенная 54, табл.13

Дымянка лекарственная 81, табл.20

Дягиль лекарственный 34, табл.8

Ж

Живучка ползучая 28, табл.7

З

Зверобой продырявленный 36, табл.9

Земляника лесная 87, табл.22

К

Калина обыкновенная 39, табл.9

Картофель 40, табл.10

Каштан конский 41, табл.10

Крапива двудомная 44, табл.11

Кукуруза обыкновенная 45, табл.11

Купена лекарственная 47, табл.12

Л

Лаванда колосковая 48, табл.12

Ландыш майский 43, табл.10

Лапчатка гусиная 69, табл.17

Лапчатка прямостоячая 70, табл.18

Лещина обыкновенная 50, табл. 12

Липа сердцевидная 49, табл. 12

Ломонос виноградолистный 51, табл. 13

Лук репчатый 92, табл.23

Любисток лекарственный 52, табл.13

М

Малина обыкновенная 53, табл. 13

Маргаритка многолетняя 86, табл. 22

Мать-и-мачеха обыкновенная 73, табл.18

Мелисса лекарственная 55, табл.14

Мелколепестник канадский 37, табл. 9

Морковь дикая 57, табл.14

Морковь посевная 57, табл.14

Мыльнянка лекарственная 56, табл. 14

Мята водяная 59, табл. 15

Мята перечная (холодная мята) 59, табл. 15

Н

Ноготки лекарственные (Календула лекарственная) 60, табл. 15

О

Облепиха крушиновидная 61, табл.15

Овес посевной 62, табл.16

Одуванчик лекарственный 46, табл.11

Окопник лекарственный 35, табл.9

Орех грецкий 26, табл.6

Очиток едкий 65, табл.16

П

Паслен сладко-горький 67, табл.17

Паслен черный 68, табл.17

Пастушья сумка 30, табл.7

Перец стручковый 68, табл.17

Пижма обыкновенная 71, табл.18

Подмаренник цепкий 74, табл.19

Подорожник большой 75, табл.19

Подорожник ланцетолистный 75, табл.19

Прострел чернеющий 84, табл.21

Пустырник сердечный 82, табл.21

Пырей ползучий 72, табл.18

Р

Расторопша пятнистая 78, табл.20

Репейничек обыкновенный 66, табл.16

Робиния лжеакация (белая акация) 77, табл.19

Ромашка аптечная (ромашка лекарственная) 79, табл.20

Рябина обыкновенная 29, табл.7

С

Сирень обыкновенная 14, табл.3

Сокирки полевые 83, табл.21

Сосна лесная (сосна обыкновенная) 84, табл.22

Т

Терн колючий 88, табл.22

Тимьян обыкновенный 95, табл.24

Тимьян ползучий 96, табл.24

Тыква обыкновенная 21, табл.5

Тысячелистник обыкновенный 31, табл.8

У

Укроп пахучий 44, табл.11

Ф

Фасоль обыкновенная 42, табл.10

Х

Хвощ полевой 89, табл.23

Хмель обыкновенный 90, табл.23

Хохлатка полая 81, табл.21

Ц

Цикорий дикий 93, табл.23

Цмин песчаный 94, табл.24

Ч

Черника обыкновенная 98, табл.25

Чернушка посевная 100, табл.25

Чеснок посевной 94, табл.24

Чистотел большой 97, табл.25

Ш

Шалфей лекарственный 100, табл.25

Шиповник обыкновенный (роза собачья) 101, табл.26

Щавель кислый 102, табл.26

Щитовник мужской 103, табл.26

Я

Ячмень обыкновенный 104, табл.26

5. Алфавітний покажчик латинських назв рослин

А

Achillea millefolium L. 31, табл.8
Aconitum nemorosum. 7, табл.1
Acorus calamus L. 6, табл.1
Adonis vernalis L. 26, табл.6
Aesculus hippocastanum L. 41, табл.10
Agrimonia eupatoria L. 66, табл.16
Agropyrum repens L. 72, табл.18
Ajuga reptans L. 28, табл.7
Allium cepa L. 92, табл.23
Althaea officinalis L. 7, табл.1
Allium sativum L. 94, табл.24
Anemone nemorosa L. 8, табл.1
Anethum graveolens L. 44, табл.11
Archangelica officinalis Hoffm. 34, табл.8
Avena sativa L. 62, табл.16

В

Bellis perennis L. 86, табл.22
Betula pendula Roth. 10, табл.2
Brassica nigra L. 23, табл.5

С

Calendula officinalis L. 60, табл.15
Calluna vulgaris L. 18, табл.4
Capsella bursa pastoris L.30, табл.7
Capsicum annuum L. 68, табл.17
Centaurea cyanus L. 19, табл.4
Chelidonium majus L. 97, табл.25
Cichorium intybus L. 93, табл.23
Clematis vitalba L. 51, табл.13
Consolida regalis S. F. Gray. 83, табл.21
Convallaria majalis L. 43, табл.10
Convolvulus arvensis L. 11, табл.8
Corydalis cava L. 81, табл.21
Corylus avellana L. 50, табл.12
Crataegus oxyacanta L. 25, табл.6
Cucurbita pepo L. 21, табл.5

Д

Datura stramonium L. 33, табл.8
Daucus carota L. 57, табл.14
Daucus sativus Hoffm. 57, табл.14
Dryopteris filix mas L. 103, табл.26

Е

Equisetum arvense L. 89, табл.23
Erigeron canadensis L. 37, табл.9
Fragaria vesca L. 87, табл.22
Fumaria officinalis L. 81, табл.20

Г

Galega officinalis L. 20, табл.5
Galium aparine L. 74, табл.19

Geum urbanum L. 30, табл.7

Glechoma hederacea L. 78, табл.20

Gleditsia triacanthos L. 24, табл.6

H

Helichrysum arenarium L. 94, табл.24

Hippophae rhamnoides L. 61, табл.15

Hordeum vulgare L. 104, табл.26

Humulus lupulus L. 90, табл.23

Hypericum perforatum L. 36, табл.9

Hyoscyamus niger L. 12, табл.2

I

Inula helenium L. 64, табл.16

J

Juglans regia L. 26, табл.6

L

Lavandula officinalis L. 48, табл.12

Ledum palustre L. 9, табл.2

Leonurus cardiaca L. 82, табл.21

Levisticum officinale Koch. 52, табл.13

M

Matricaria chamomilla L. 79, табл.20

Melilotus officinalis L. 15, табл.3

Melissa officinalis L. 55, табл.4

Mentha aquatica L. 59, табл.15

Mentha piperita L. 59, табл.15

N

Nigella sativa L. 100, табл.25

O

Origanum vulgare L. 54, табл.13

P

Phaseolus vulgaris L.42, табл.10

Pinus sylvestris L. 84, табл.22

Plantago lanceolata L. 75, табл.19

Plantago major L. 75, табл.19

Polygonatum officinale All. 47, табл.12

Polygonum hydropiper L. [*Persicaria hydropiper* L.] 22, табл.5

Potentilla anserina L. 69, табл.17

Potentilla erecta L. (*P. silvestris* Necker, *P. tormentilla* Necker) 70, табл.18

Prunus spinosa L. 88, табл.22

Pulsatilla nigricans L. 84, табл.21

Q

Quercus robur L. 32, табл.8

R

Robinia pseudoacacia L. 77, табл.19

Rosa canina L. 101, табл.26

Rubus idaeus L. 53, табл.19

Rumex acetosa L. 102, табл.26

S

Salvia officinalis L. 100, табл.25

Sambucus nigra L. 13, табл.3

Saponaria officinalis L. 56, табл.14

Sedum acre L. 65, табл.16

Silybum marianum L. Gaerth. 78, табл.20
Solanum dulcamara L. 67, табл.17
Solanum nigrum L. 68, табл.17
Solanum tuberosum L. 40, табл.10
Sorbus aucuparia L. 29, табл.7
Symphytum officinale L. 35, табл. 9
Syringa vulgaris L. 14, табл.3

T

Tanacetum vulgare L. 71, табл.18
Taraxacum officinale Web. 46, табл.11
Thymus serpyllum L. 96, табл.24
Thymus vulgaris L. 95, табл.24
Tilia cordata Mill. 49, табл.12
Tussilago farfara L. 73, табл.18

U

Urtica dioica L. 44, табл.11

V

Vaccinium myrtillus L. 98, табл.25
Valeriana officinalis L. 16, табл.3
Verbena officinalis L. 17, табл.4
Veronica officinalis L. 18, табл.4
Viburnum opulus L. 38, табл.9

Z

Zea mays L. 45, табл.11

9. Зазорукі Б.В. У світі рослин. – К.: Урожай, 1980. – 166 с.
10. Комельдар В.І. Лікарські рослини Карпат. – Ужгород: Карпати, 1972. – 246 с.
11. Лекарственные растения в их применении. – Минск: Наука и техника, 1974. – 351 с.
12. Макур Ф.І. Довідник з фітотерапії – К.: Здоров'я, 1984. – 264 с.
13. Носаль М.А., Носаль І.М. Лікарські рослини і способи їх застосування в народі. – К.: Здоров'я, 1962. – 299 с.
14. Попов О.П. Лікарські рослини в народній медицині. 2-в вид., випр. і доп. – К.: Здоров'я, 1971. – 314 с.
15. Хирченко М.С., Сігін В.І., Володарський Л.П. Лікарські рослини і їх застосування в народній медицині. – К.: Здоров'я, 1971. – 336 с.

Список рекомендованої літератури

1. Атлас ареалов и ресурсов лекарственных растений. – М.: Просвещение, 1976. – 340 с.
2. Визначник рослин України. – К.: Урожай, 1965. – 877 с.
3. Визначник рослин Українських Карпат. – К.: Наукова думка, 1977. – 434 с.
4. Гаммерман А.Ф., Гром И.И. Дикорастущие лекарственные растения СССР. – М.: Медицина, 1976. – 288 с.
5. Глухов М.М. Медоносные растения. – М.: Колос, 1974. – 304 с.
6. Гром И.И., Шупинская М.Д. Дары природы. – М.: Медицина, 1971. – 78с.
7. Дары наших лесов. – Минск: Полымя, 1984. – 254 с.
8. Єлін Ю.Я. Рослини наших лісів. – К.: Рад. школа, 1983. – 181 с.
9. Заверуха Б.В. У світі рослин. – К.: Урожай, 1980. – 166 с.
10. Комендар В.І. Лікарські рослини Карпат. – Ужгород: Карпати, 1972. – 246 с.
11. Лекарственные растения и их применение. – Минск: Наука и техника, 1974. – 351 с.
12. Мамур Ф.І. Довідник з фітотерапії – К.: Здоров'я, 1984. – 264 с.
13. Носаль М.А., Носаль І.М. Лікарські рослини і способи їх застосування в народі. – К.: Здоров'я, 1962. – 299 с.
14. Попов О.П. Лікарські рослини в народній медицині. 2-е вид., випр. і доп. – К.: Здоров'я, 1971. – 314 с.
15. Харченко М.С., Сила В.І., Володарський Л.П. Лікарські рослини і їх застосування в народній медицині. – К.: Здоров'я, 1971. – 336 с.



ДОДАТОК

АТЛАС

ЛІКАРСЬКИХ РОСЛИН



Таблиця 1. 1 - Адріанівська 2 - Аполонія 3 - Анжонська 4 - Анжонська
5 - Анжонська



1



2



3



4

Таблиця 1. 1- Аїр звичайний. 2 – Аконіт дібровний. 3 – Анемона дібровна.
4 – Алтея лікарська.



1



2

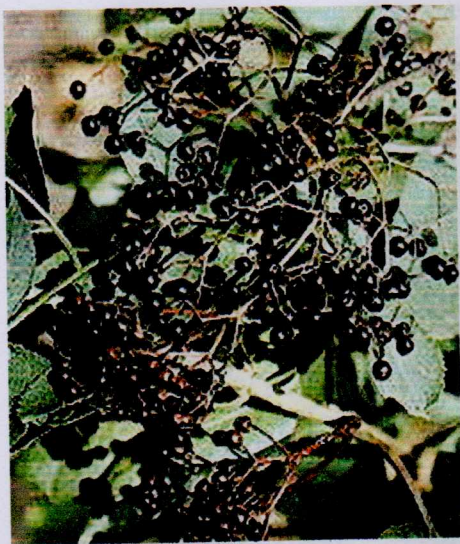


3

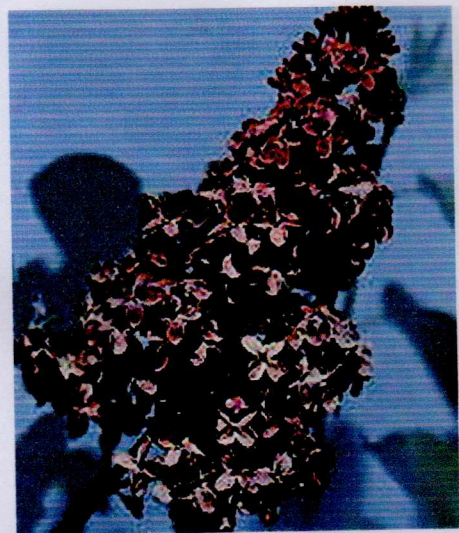


4

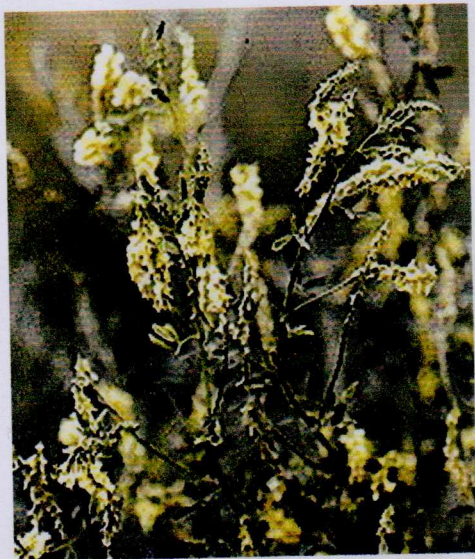
Таблиця 2. 1 - Bagno звичайне. 2 - Березка польова. 3 - Береза бородавчата.
4 - Блекота чорна.



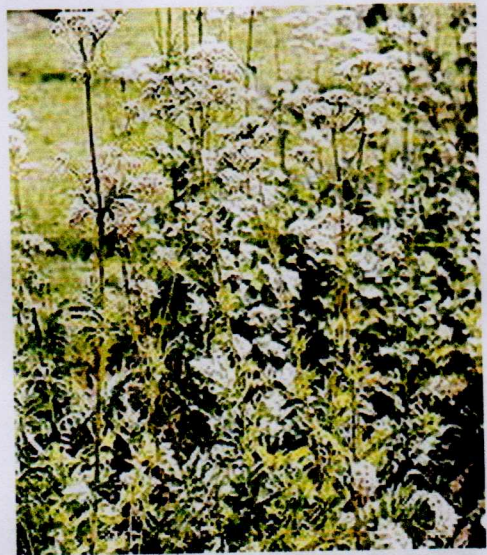
1



2



3

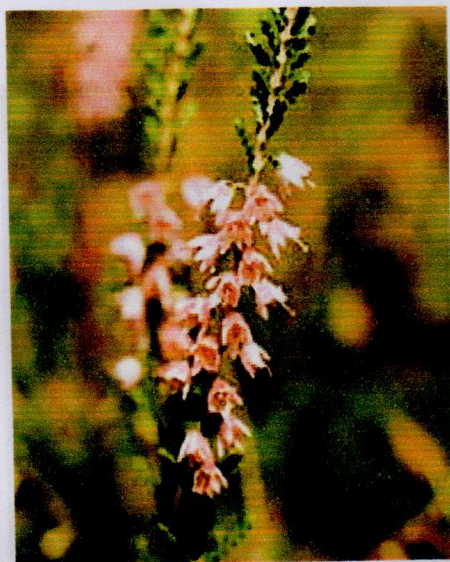


4

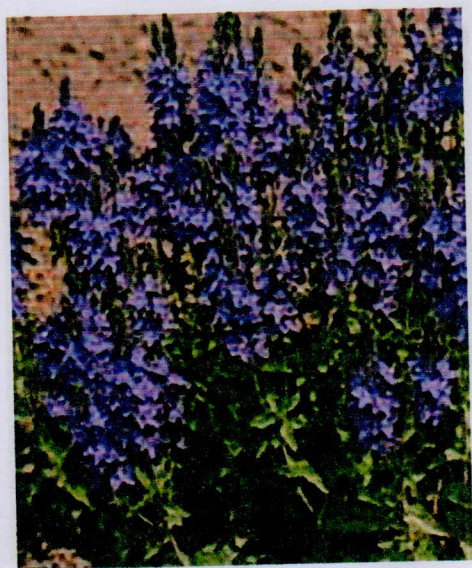
Таблиця 3. 1 – Бузина чорна. 2 – Бузок звичайний. 3 – Буркун лікарський.
4 – Валеріана лікарська.



1



2

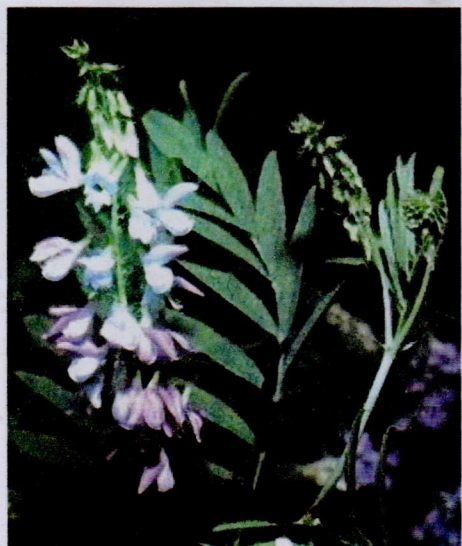


3

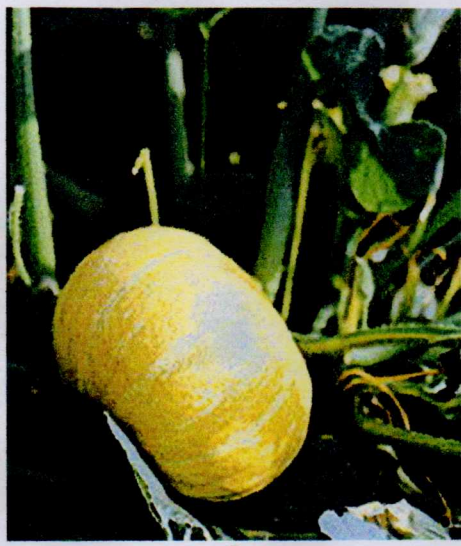


4

Таблиця 4. 1- Вербена лікарська. 2 – Верес звичайний. 3 – Вероніка лікарська. 4 – Волошка синя.



1



2



3



4

Таблиця 5. 1 – Галега лікарська. 2- Гарбуз звичайний. 3 – Гірчак перцевий.
4 – Гірчиця чорна.



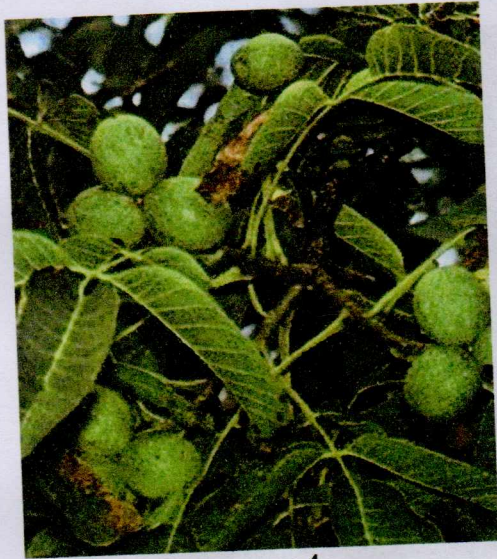
1



2



3



4

Таблиця 6. 1. Гледичія колюча. 2- Глід колючий. 3 - Горіцвіт весняний.
4 - Горіх волоський.



1



2



3



4

Таблиця 7. 1 – Горлянка повзуча. 2 – Горобина звичайна. 3 – Гравілат міський. 4 – Грицики звичайні.



1



2



3



4

Таблиця 8. 1 – Деревій звичайний. 2 – Дуб звичайний. 3 – Дурман звичайний. 4 – Дягель лікарський.



1



2



3



4

Таблиця 9. 1 – Живокіст лікарський. 2 – Звіробій звичайний. 3 – Злінка канадська. 4 – Калина звичайна.

Таблиця 10. 1 – Квасоля звичайна.
4 – Копалія травнева.



1



2



3



4

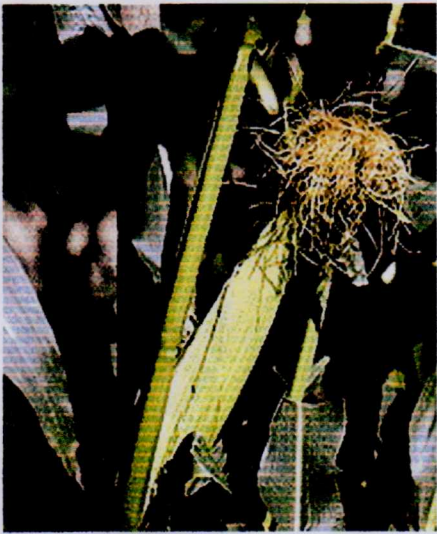
Таблиця 10. 1 - Картопля. 2 – Каштан кінський. 3 – Квасоля звичайна.
4 – Конвалія травнева.



1



2



3



4

Таблиця 11. 1 – Кріп пахучий. 2 – Крoпивa двoдoмнa. 3 – Кукурудзa звичайнa. 4 – Кульбaбa лікарськa.



1



2



3



4

Таблиця 11. 1 – Ломиніс виноградолюбий. 2 – Любисток лікарський.
3 – Малина звичайна. 4 – Материнка звичайна.

Таблиця 12. 1 – Купина лікарська. 2 – Лаванда колоскова. 3 – Ліщина звичайна. 4 – Липа серцелиста.



1



2



3



4

Таблиця 13. 1 – Ломиніс виноградолистий. 2 – Любисток лікарський.
3 – Малина звичайна. 4 – Материнка звичайна.

Таблиця 14. 1 – Меліса лікарська. 2 – Митлянка лікарська. 3 – Морква дика. 4 – Морква посівна.



1



2



3



4

Таблиця 14. 1 – Меліса лікарська. 2 – Мильнянка лікарська. 3 – Морква дика. 4 – Морква посівна.



1



2



3



4

Таблиця 15. 1 – М'ята водяна. 2 – М'ята перцева. 3 – Нагідки лікарські.
4 – Обліпіха крушиновидна.



1



2



3



4

Таблиця 16. 1 – Овес посівний. 2 – Оман високий. 3 – Очиток їдкий.
4 – Парило звичайне.



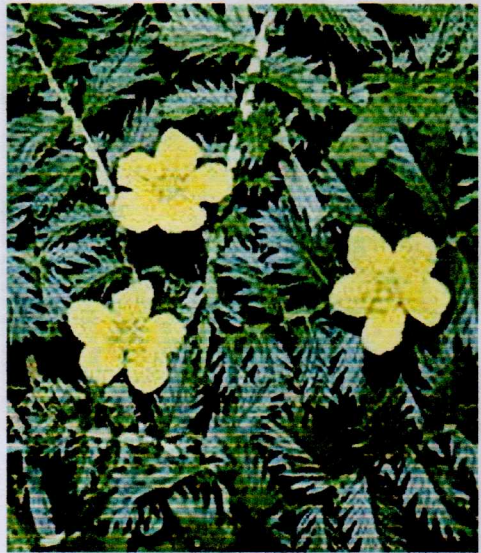
1



2



3



4

Таблиця 18. 1 – Перстач прямостоячий. 2 – Листю змичайне. 3 – Парій
вожучий. 4 – Підбіл звичайний.

Таблиця 17. 1 – Паслін солодко-гіркий. 2 – Паслін чорний. 3 – Перець
стручковий. 4 - Перстач гусячий.



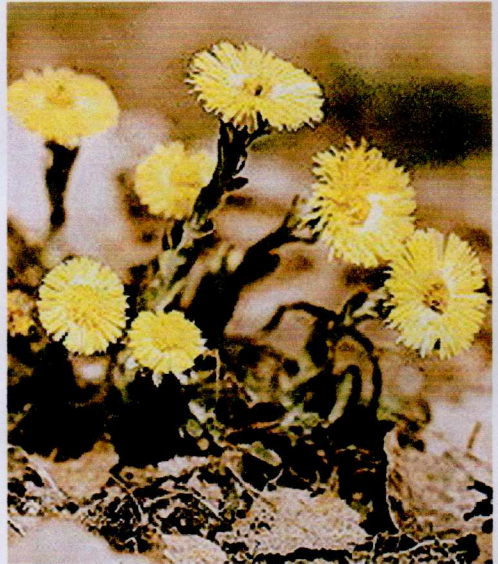
1



2



3



4

Таблиця 18. 1 – Перстач прямостоячий. 2 – Пижмо звичайне. 3 – Пирій повзучий. 4 – Підбіл звичайний.

Таблиця 19. 1 - Підмаренник цілий. 2 - Подорожник листочковий.
3 - Подорожник великий. 4 - Робінія звичайна.



1



2



3



4

Таблиця 19. 1 - Підмаренник чіпкий. 2 – Подорожник ланцетолистий.
3 – Подорожник великий. 4 – Робінія звичайна.



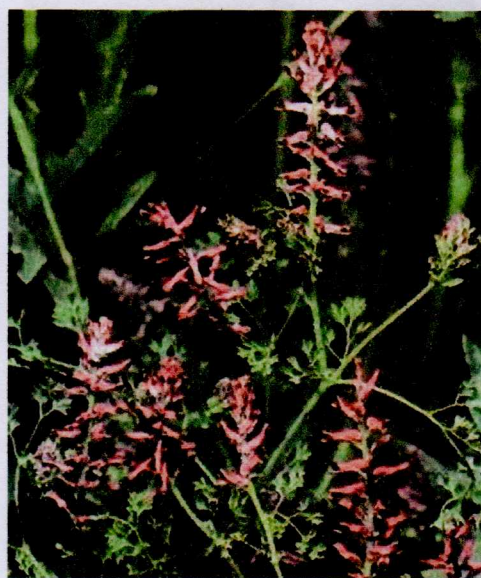
1



2



3



4

Таблиця 20. 1 – Розторопша плямиста. 2 – Розхідник плющовидний.
3 – Ромашка аптечна. 4 – Рутка лікарська.



1



2

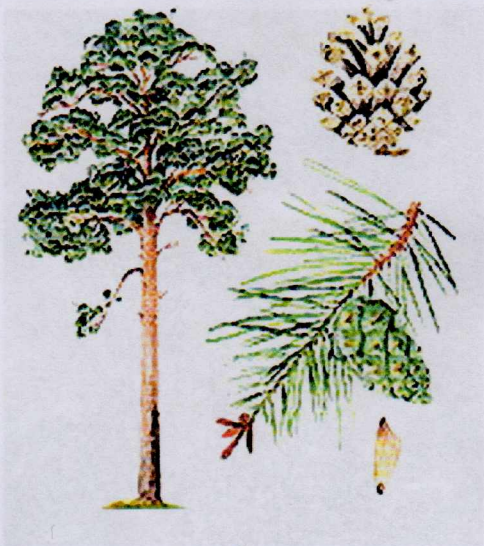


3



4

Таблиця 21. 1 – Ряст порожнистий. 2 – Собача кропива серцева. 3 – Сокирки польові. 4 – Сон чорніючий.



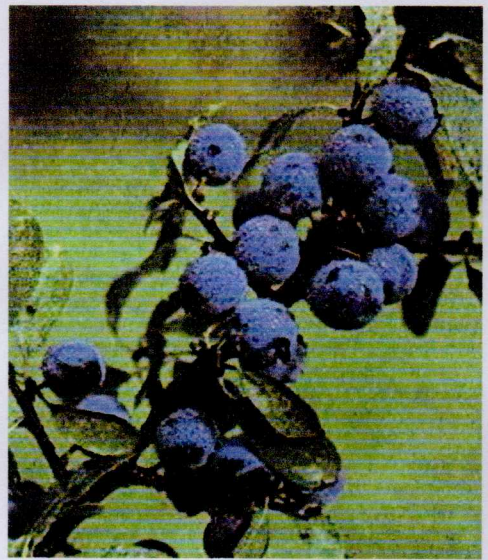
1



2



3

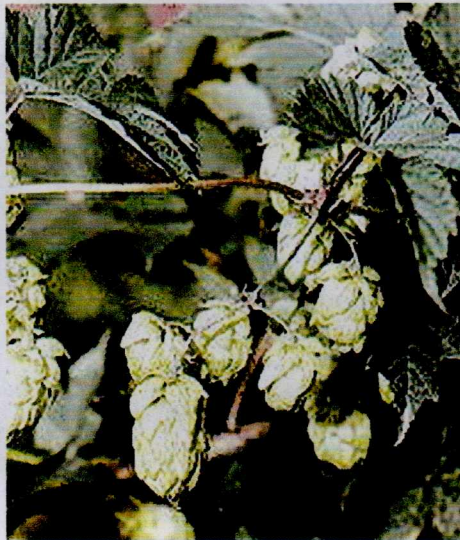


4

Таблиця 22. 1 – Сосна лісова(сосна звичайна). 2 – Стокrotки багаторічні.
3 – Суниці лісові. 4 – Терен звичайний.



1



2



3



4

Таблиця 23. 1 – Хвощ польовий. 2 – Хміль звичайний. 3 – Цибуля ріпчаста. 4 – Цикорій дикий.



1



2



3

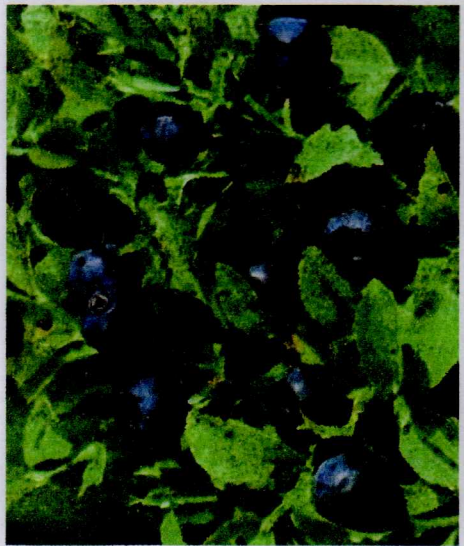


4

Таблиця 24. 1 – Цмин пісковий. 2 – Часник городній. 3 – Чебрець звичайний. 4 – Чебрець повзучий.



1



2



3



4

Таблиця 26. 1 – Шипшинка звичайна. 2 – Щавель кислий.
3 – Шитник чоловічий. 4 – Ячмінь звичайний.

Таблиця 25. 1 – Чистотіл великий. 2 – Чорниця звичайна. 3 – Чорнушка посівна. 4 – Шавлія лікарська.



1



2



3



4

Таблиця 26. 1 – Шипшина звичайна. 2 – Щавель кислий.
3 – Щитник чоловічий. 4 – Ячмінь звичайний.

ЗМІСТ

Передмова.....	3
1. Ботанічна характеристика лікарських рослин та рекомендації щодо їх застосування.....	5
2. Довідкова частина.....	106
Квітка.....	106
Листок.....	107
Частини листка.....	108
Форми простих листків.....	108
Морфологія стебла.....	109
Типи суцвіть.....	110
Плоди.....	112
3. Алфавітний покажчик українських назв рослин.....	113
4. Алфавітний покажчик російських назв рослин.....	115
5. Алфавітний покажчик латинських назв рослин.....	118
Список рекомендованої літератури.....	121
Атлас лікарських рослин.....	122