

Г. В. Крылов

Травы жизни и их искатели

**Москва
«Книга по Требованию»**

УДК 57
ББК 28
Г11

Г11 **Г. В. Крылов**
Травы жизни и их искатели / Г. В. Крылов – М.: Книга по Требованию, 2013. –
288 с.

ISBN 978-5-458-44119-3

ISBN 978-5-458-44119-3

© Издание на русском языке, оформление
«YOYO Media», 2013

© Издание на русском языке, оцифровка,
«Книга по Требованию», 2013

Эта книга является репринтом оригинала, который мы создали специально для Вас, используя запатентованные технологии производства репринтных книг и печати по требованию.

Сначала мы отсканировали каждую страницу оригинала этой редкой книги на профессиональном оборудовании. Затем с помощью специально разработанных программ мы произвели очистку изображения от пятен, клякс, перегибов и попытались отбелить и выровнять каждую страницу книги. К сожалению, некоторые страницы нельзя вернуть в изначальное состояние, и если их было трудно читать в оригинале, то даже при цифровой реставрации их невозможно улучшить.

Разумеется, автоматизированная программная обработка репринтных книг – не самое лучшее решение для восстановления текста в его первозданном виде, однако, наша цель – вернуть читателю точную копию книги, которой может быть несколько веков.

Поэтому мы предупреждаем о возможных погрешностях восстановленного репринтного издания. В издании могут отсутствовать одна или несколько страниц текста, могут встретиться невыводимые пятна и кляксы, надписи на полях или подчеркивания в тексте, нечитаемые фрагменты текста или загибы страниц. Покупать или не покупать подобные издания – решать Вам, мы же делаем все возможное, чтобы редкие и ценные книги, еще недавно утраченные и несправедливо забытые, вновь стали доступными для всех читателей.



Серия Книжный Ренессанс

www.samizday.ru/reprint

Введение

Огромные пространства Сибири и Дальнего Востока заняты разнообразным растительным покровом из представителей дикой флоры. На Крайнем Севере распространены полярные пустыни с редкими и стелющимися от холодных ветров травами, мхами и лишайничками. Затем тянутся зоны тундры и лесотундры, где растения чуть повыше и растут поплотнее, где появляются кустарники и кривые деревца.

Огромные пространства занимают зоны тайги и подтаежных районов. Широкие красочные лесостепи и степи тянутся от Урала до Оби непрерывной полосой, а затем, восточнее Енисея, потесненные лесной растительностью, образуют как бы острова между равнинной тайгой и горными, часто кедровыми, лесами. И везде, во всех зонах и районах, встречаются полезные растения — лекарственные, пищевые, витаминоносные, ароматические, технические и др.

Флористический состав растительности Сибири богат и разнообразен. Из 17,5 тыс. видов высших растений, учтенных во «Флоре СССР», в этой части страны встречается не менее одной трети. Хотя весь состав флоры еще не изучен, в значительной мере он используется в практической деятельности человека. Большинство территории занято дикими тасжными и лесостепными растениями, среди которых имеется более 1000 видов лекарственных (из них изучено научной медициной около 200), свыше 200 пищевых и витаминных (витаминоносных), около 500 кормовых и медоносных и более 400 технических (среди последних много эфиромасличных, дубильных, красильных и т. д.).

На долю растений культурной флоры — зерновых,

овошных, крахмаленосных, масличных, волокнистых, бахчевых, кормовых и плодово-ягодных в Сибири приходится не более 60 видов, занимающих менее 2% общей территории.

Практическая ценность растений в жизни человека огромна. Они обеспечивают нас хлебом, растительными жирами, крахмалом, сахаром белками, витаминами и фитонцидами, кислотами, смолами и дубильными веществами, лекарствами, медом и воском. Благодаря кормовым растениям человек получает мясо, молоко, животные жиры, сыр, яйца, шерсть, кожи и многие препараты для медицины и легкой промышленности. Значительная роль технических растений, без которых трудно представить современную жизнь человеческого общества и выработку тысяч необходимых предметов повседневного обихода — бумаги, шелка, хлопчатобумажных и льняных тканей, строительных и отделочных материалов, мебели, лака, красок. Растения — это подлинные «травы жизни» (хотя здесь есть деревья и кустарники, травянистые многолетники и однолетники, мхи и лишайники, водоросли и грибы) и спутники человека, без которых немыслимо его существование на земле. В процессе эволюционного развития человечество находится в тесной связи с растениями, при этом многие из них являются носителями биологически активных веществ, способствующих улучшению самочувствия человека, усиливающих его сопротивление к неблагоприятным условиям среды, влияющих на сердечно-сосудистую, мозговую, нервную, пищеварительную и выделительную деятельность органов человека.

Жизнь человека немыслима без растительной пищи, без воздействия растительных веществ на организм здорового и больного человека. Несмотря на значительные успехи химии и синтеза (создания) лекарств и на достижения в лечении антибиотиками, около 40% лечебных препаратов изготовляют из растений. Для лечения многих тяжелых болезней — сердечных и сердечно-сосудистых, печени, почек, желудочно-кишечных, болезней половой сферы и других — растительные лекарства играют большое значение.

Растительное сырье, своевременно и правильно заготовленное и сохраненное, используют в виде порошков и отваров, настоек и экстрактов, так называемых галеновых и новогаленовых препаратов.

Из растений на заводах выделяют химические природные соединения — алкалоиды, гликозиды, кумарины и фурукумарины, флавоноиды, органические кислоты, дубильные и пектиновые вещества, смолы, эфирные масла, камеди, терпеновые соединения, витамины, микроэлементы, различные масла и слизи, пигменты, минеральные соли и антибиотики. Недалеко время, когда биохимики и технологи научатся выделять из растений нужные фитонциды и другие жизненно важные биологически активные растительные соединения.

Человек, живя среди растений (даже если он живет в городе), питаясь, одеваясь, согреваясь и лечась ими, в значительной мере зависит от той среды (количество кислорода, озона, отрицательных ионов, фитонцидов и зооцидов), которую создает окружающая растительность.

Его долголетие, работоспособность, настроение и интеллектуальные эмоции зависят от количества и качества тех зеленых и незеленых растений, которые создают окружающий ландшафт, — пусть это парк, лес, сад, река или озеро с водными растениями, цветник или горшечные цветы, размещенные у окон в комнате.

Поэтому издавна человек охотно лечится растениями, любит их, любителю ими, черпает в природе жизнерадостность и творческое вдохновение.

Знать растения, полезные и вредные, уметь с ними обращаться в быту и повседневной жизни, бережно охранять и разумно использовать — элементарная задача каждого взрослого человека, каждого школьника.

Охране здоровья советских людей в нашей стране уделяется большое внимание. Коммунистической партией и Советским правительством поставлена задача обеспечить в Советском Союзе самый высокий жизненный уровень, иметь самое здоровое население. Чтобы выполнить эту задачу, необходимо не только развивать и совершенствовать сельскохозяйственное производство, но и улучшать использование природных растительных богатств. На службу советскому человеку должно быть поставлено все разнообразие природного мира, все достижения человеческого опыта и открытия науки, результаты селекции и улучшения растений и животных на основе научного вмешательства. Каждый человек, в зависимости от знаний растений, их свойств, биологии развития, характера распространения и особенностей воздействия, может сяо-

способствовать достижению поставленных задач по улучшению здоровья населения.

Особенно большое значение в жизни людей, живущих в Сибири и на Дальнем Востоке, имеют растения, содержащие ценные соединения и в первую очередь различные витамины, флавоны, танины, фитонциды и другие биологически активные вещества.

Учитывая возрастающее значение фитотерапии, а также широкий интерес к растительным средствам народной медицины, автор, используя накопленный опыт и научную литературу, приводит характеристику наиболее важных и перспективных 300 диких и культурных растений.

Описания растений расположены в порядке алфавита их русских названий. Говоря о целебных свойствах лекарственных растений, как допущенных научной медициной и включенных в Фармакопею IX издания, так и применяемых в народной медицине и бытовой практике, важно подчеркнуть, что *успешное лечение травами возможно только по назначению врача и при соблюдении врачебного контроля.*

При подготовке книги к печати автору помогали профессор Л. П. Сергиевская и А. С. Саратиков. Рукопись книги научно отредактирована заслуженным деятелем науки РСФСР профессором В. В. Ревердатто. Всем им автор выражает сердечную благодарность.

Глава I

История поиска и использования лекарственных растений

Узнавание в природе и использование полезных и в первую очередь съедобных и лекарственных растений основано на практическом опыте, накопленном в течение многих тысячелетий. В пище первобытного человека значительное место занимали клубни, луковицы, корни, листья и плоды окружающих его растений. Помимо знаний, передаваемых из поколения в поколение, некоторые полезные растения человек узнавал, наблюдая за поведением диких зверей — медведей, оленей, зубров, лосей, а затем и домашних животных — кошек, собак и т. д. Так, известно, что обитающий в горах Алтая медведь питается десятками видов разных растений. Лось употребляет в пищу более 200 видов.

Недавно введенное в научную медицину лекарственное растение левзея, или маралий корень, было вначале испытано на себе алтайскими охотниками, заметившими, что маралы отыскивают и съедают корни этого растения в период гона. Известное всем сердечное средство валериану первоначально находили при помощи домашних кошек. В средние века валериану называли «кошачьим корнем» или «мауном». Выкапывали ее обычно ночью, поиски растения сопровождалось рядом заклинаний и колдовских приемов знахаря.

Древний человек, не зная химического состава и особенностей биологии растения, нередко создавал целые легенды о чудесных травах — мандрагоре, цветах папо-

ротника, «человеке-корне» — женьшене, «дереве смерти» — анчаре, «царе зелья» — куроне и т. д.

Археологические исследования подтверждают, что уже 5000 лет назад на юге Сибири использовали целебные травы. На Алтае в курганах вождей и военачальников встречаются лечебные растения: конопля, кориандр, полынь и другие, а также специальная посуда для растирания и варки лекарственных трав.

В древнеславянском городище Бискупин, существовавшем почти 2500 лет назад, обнаружено около 20 лекарственных растений: валериана, водяной перец, первоцвет, репешок, зверобой, белена, можжевельник, лобазник вязолистный, паслен сладко-горький, спорыш, крапива, фиалка трехцветная, льнянка, коровяк, шишки ольхи, почки сосны, дубовая кора и т. д. Еще больше лекарственных растений найдено в памятниках культуры Ассирии, Вавилона, Египта, Греции, Рима, Индии и Китая.

Описания действия многих растений встречаются в трудах древнегреческих ученых — Гиппократ, Пифагора, Теофраста, Аристотеля, Diosкорида. Великий греческий врач Гиппократ, живший более чем за 300 лет до нашей эры, знал свыше 200 видов лекарственных растений. Ученик Аристотеля Теофраст систематизировал накопленные сведения о 500 видах растений, подразделив их на деревья, кустарники и травы, и дал довольно подробное для того времени их описание и характеристику действия. Поэтому нередко Теофраста называют «отцом ботаники». Последователем Теофраста был врач Diosкорид, который составил наиболее полное описание 600 видов лекарственных растений. Сочинение Diosкорида «Материя medica», или «О лекарственных средствах», в течение ряда столетий было настольным руководством для врачей и фармакологов ряда стран.

Римские ученые Плиний Старший, Асклепиад, Цельс и особенно Гален обобщили в своих трудах многолетний опыт применения лекарственных растений. Гален (131—201 гг. нашей эры) знал свыше 300 лекарственных растений, 80 животных объектов и 60 минералов. В своей медицинской практике Гален установил весовые и объемные соотношения при изготовлении настоек, экстрактов, отваров из целебных растений. В честь него до сих пор многие фармацевтические препараты, получаемые из рас-

тительного сырья путем механической обработки, носят названия галеновых. Гален высказал мысль, что в растениях, наряду с полезными веществами, которые нужно извлекать и использовать, есть вредные и балластные, от которых необходимо избавляться. Эту мысль развил и обосновал известный немецкий естествоиспытатель Парацельс (1493—1541), широко практиковавший изготовление лекарств на основе использования их действующих начал. Под влиянием Парацельса и дальнейшего развития химии природных соединений возникла практика изготовления другого типа лекарственных препаратов — новогаленовых. В них включают освобожденные от балластных веществ извлечения из растений, содержащие сумму лечебно действующих соединений, консервированные (спиртом и другими веществами) для длительного хранения и биологически стандартизованные. Так, в настоящее время широко применяют новогаленовый препарат коргликон, представляющий собой сумму сердечных гликозидов, извлеченных из ландыша майского, и галеновый препарат — настойку ландыша майского.

Много лекарственных растений было известно древним народам Юго-Восточной, Центральной и Северной Азии. Народы и племена Дальнего Востока самобытно использовали десятки целебных растений, среди них — плоды и листья лимонника, корни женьшеня, плоды актинидий, лотос, листья подорожника и многие другие.

Народности Южной Сибири в лечебных целях широко применяли луковицы даурской и кудреватой лилий (саранки), кандыка, зопника, отвары ивовой коры, желтой акации (гороховика), корней шиповника, пеоны, бадана, гвоздики, стебли и листья черемши, листовенничную губку. Интересно, что о лечебных свойствах последней имеются указания в древнегреческой и римской литературе (у Диоскорида, Плиния, Галена). В средневековой Западной Европе листовенничная губка «из Агарии» считалась важнейшей составной частью «элексира жизни».

В древней Руси обычными лекарственными средствами были: полынь, крапива, хрен, подорожник, листья мяты, можжевельные ягоды, рябина, кора дуба и ясеня, листья и сок березы, чемерица, редька, чеснок, лук и т. д.

Помимо местных растений, на Руси употребляли и некоторые иноземные, привозимые из Греции, Индии и других стран. После принятия христианства в Киевскую

Русь стали поступать и византийские рукописи, содержавшие ценные сведения о полезных растениях.

Особенно интересна сельскохозяйственная энциклопедия X в. «Геопоники», посвященная византийскому императору Константину VII Багрянородному (издана в 1960 г. АН СССР на русском языке). Она содержит много любопытных ботанических, медицинских и историографических сведений. Наряду с разнообразными данными по садоводству, земледелию и животноводству, в ней дается характеристика лечебного действия многих растений. Среди них называются различные овощные, а также дикорастущие растения — бессмертник, боярышник, вяз, девясил, дельфиниум, ива, крапива, лилия, люпин, лютик, мальва, мандрагора, Melissa, можжевельник, молочай, мята, нарцисс, ольха, осока, полынь, сосна, спаржа, сусак, тимьян, тмин, фиалка, цикорий, цикута, чемерица, щавель и др. Среди овощных много внимания уделено лечебному действию капусты, редьки, тыквы, огурцов, чеснока, укропа, кориандра, пастернака, свеклы, салата, спаржи и т. д. Привожу выдержку из части характеристики о лечебных свойствах капусты, которой приписывали большое значение: «Если отварить капусту, растереть ее, положить опять в ту воду, в которой она варилась, и, остудив, смазать этим раны, свежие и старые, а также опухоли, то боль проходит. Подагру и артрит лечат отваром из капусты: в него кладут ячной муки, кориандра, руты, немного соли и прикладывают это к больному месту... Капуста так питательна, что дети, которые едят ее, скорее растут... Отваренная и съеденная в чистом виде перед едой капуста прочищает голос и бронхи. Если съесть ее в сыром виде, то она прекращает бессонницу и страшных снов не будет...» («Геопоники», 1960, стр. 222).

В древнерусском «Изборнике» великого князя Святослава Ярославовича, переведенном для него с греческого языка в 1073 г., перечислена по месяцам здоровая пища и в ее числе — репа, капуста. Среди лекарств упоминаются полынь, белена, болиголов и т. д.

Из знатоков лекарственных растений в те времена пользовалась большой известностью внучка Владимира Мономаха Евпраксия Мстиславна (1108—1180), прозванная Добродеей. Живя в Киеве, она собирала и изучала различные травы и корни, лечила ими больных. Выйдя замуж за сына византийского императора (и приняв имя

Зои), она написала медицинское руководство «Алимма» (мази), в котором описала способы изготовления лекарств из растений. Врачеватели обменивались иноземными травами и получали их от купцов. Так, первый русский путешественник, посетивший Индию, тверской купец Афанасий Никитин (XV в.) описавший свои странствия в книге «Хождение за три моря», приводит сведения об индийских пряностях и лекарствах — перце, гвоздике, кардамоне, имбире. Многие лекарственные и пищевые растения упоминает крупный арабский путешественник Ибн-Батута, посетивший Индию, Китай и южную часть Руси.

Наиболее важные сведения о лекарственных растениях, применяемых в древней Индии, имеются в медицинской книге «Яджур-веда» («Наука о жизни»). В дошедших до нас разъяснениях и переработках этого труда, выполненных индийским врачом Чарака (I в. н. э.), упоминается 500 лекарственных растений. В дополнениях, сделанных в VII—VIII вв., приведено около тысячи видов, из которых многие получили широкую известность в средние века в Европе как пряности (гвоздика, сenna, корица, кротон, куркума, кардамон, кемферия, мускатный орех, ороксил, черный перец, сахарный тростник), продовольственные культуры (рис, батат), тропические плоды и овощи и сильнодействующие лекарственные яды (чили буха, или стрихниновый орех). С индийской медициной связано применение знаменитой раувольфии, препараты которой (например, резерпин) широко применяются во всех странах мира в наше время.

Много сведений о лекарственных растениях и их применении в сложных рецептах накоплено китайской традиционной медициной. В XVI в. в Китае был издан знаменитый травник Ли Ши-чжэня, в котором приведено около 2000 лекарственных рецептов. Многие из лекарственных растений, применявшихся в Китае, получили широкую известность в России и ряде стран Европы. Этому способствовали сообщения венецианского путешественника Марко Поло (XIII в.) и, особенно, русского историка Н. Я. Бичурина и великого русского путешественника Н. М. Пржевальского. С китайской традиционной медициной связано применение ревеня, чая, женьшеня, лимонника, мускуса, имбиря, камфары, апельсина, манго, съедобного бамбука, ликвидамбра, гинго и многих других

лекарственных растений. Сведения о китайских растениях, используемых в современной китайской и тибетской медицине, можно найти в книге Ф. И. Ибрагимова и В. С. Ибрагимовой¹

Тибетская медицина, тесно связанная с китайскими и индийскими традиционными медицинскими представлениями, содержит значительное количество самобытных рецептов и наставлений, большинство которых (свыше 500) уже упоминаются в древнем тибетском труде «Джуд-ши», что значит «Сущность целебного». Сведения о тибетских лекарственных веществах содержатся в работах русского путешественника Г. Н. Потанина, врача П. В. Кириллова, монголиста А. М. Поздеева, тибетского врача П. А. Бадмаева, фармаколога и врача М. Н. Варлакова и, наконец, в книге видного советского ученого — профессора А. Ф. Гаммерман, занимавшейся расшифровкой тибетских рецептов². В результате обработки экспедиционных и музейных материалов А. Ф. Гаммерман выявила 736 видов лекарственных растений, из них 200 были подвергнуты химическому анализу на фитонцидную активность (фитонциды — губители микробов — открыты в Томске в 30-х годах XX в. Б. П. Токиным).

Изучением лекарственных растений, распространенных в Бурятии и в Читинской области и применяемых в современной тибетской медицине, занимаются и томские ученые — профессора Л. П. Сергиевская и В. В. Ревердатто, сотрудники ВИЛАР В. Б. Куваев и А. И. Шретер, ленинградский ученый К. Ф. Блинова и другие. Интересную и весьма полезную статью о лекарственных растениях тибетской медицины опубликовала А. П. Гусева³. В ней приведены характеристики 112 видов растений, дающих хороший лечебный эффект.

Обширные сведения о лекарственных растениях, употребляемых разными народами, имеются в трудах врачей средневекового арабского государства. Среди них наи-

¹ Ф. И. Ибрагимов, В. С. Ибрагимова. Основные лекарственные средства китайской медицины М., Медгиз 1960.

² А. Ф. Гаммерман. История тибетской медицины и степень ее изученности. Сб.: «Элеутерококк и другие адаптогены из дальневосточных растений». Владивосток, Дальневосточное книж. изд., 1966.

³ А. П. Гусева. Применение важнейших лекарственных растений тибетской медицины по рецептам врача П. А. Бадмаева. Сб.: «Элеутерококк и другие адаптогены из дальневосточных растений», Владивосток, Дальневосточное книж. изд., 1966.