

Н.И. ДАНИКОВ

Врач-фитотерапевт



ЦЕЛЕБНАЯ ОБЛЕПИХА



МОСКВА
2019

УДК 615.89
ББК 53.59
Д18

В оформлении обложки использована фотография
zoryan chik / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com

Даников, Николай Илларионович.

Д18 Целебная облепиха / Н. И. Даников. — Москва : Эксмо, 2019. — 256 с. — (Я привлекаю здоровье).

ISBN 978-5-699-71966-2

Не всегда химические препараты становятся лучшим решением при заболеваниях, с которыми мы сталкиваемся каждый день, ведь часто побочные действия сводят на нет весь эффект от лечения. Поэтому издавна человек обращается за помощью к средствам народной медицины, среди которых облепиха занимает одно из ведущих мест.

Целебные свойства облепихи открыли еще наши предки, начав использовать плоды этого растения в лечебных целях. Облепиха и лекарства из нее оказывают положительное влияние на иммунитет, снижают плохой холестерин, а особенно ценится ее польза при лечении болезней глаз, сердечно-сосудистых заболеваний, и заболеваний желудочно-кишечного тракта.

Внимание! Информация, содержащаяся в книге, не может служить заменой консультации врача. Перед совершением любых рекомендуемых действий необходимо проконсультироваться со специалистом.

УДК 615.89
ББК 53.59

ISBN 978-5-699-71966-2

© Даников Н.И., 2014

© Оформление.

ООО «Издательство «Эксмо», 2019

Содержание

ОТ АВТОРА	4
ОБЛЕПИХА КРУШИНОВИДНАЯ	5
Макро- и микроэлементы в облепихе	40
Использование целебных свойств облепихи при различных заболеваниях	55
ОБЛЕПИХОВОЕ МАСЛО ПРИ РАЗЛИЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ	69
Лекарственные масла с добавлением облепихового	72
ОБЛЕПИХОВЫЙ СОК ПРИ РАЗЛИЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ	128
ПРИМЕНЕНИЕ ОБЛЕПИХИ В КОСМЕТОЛОГИИ	153
Облепиховое масло	155
ПРИМЕНЕНИЕ ОБЛЕПИХИ В КУЛИНАРИИ	160
Сырые заготовки	160
Сухие заготовки	163
Пироги, вареники из облепихи	163
Кремы, пастила, пюре, мармелад, джемы, варенье из облепихи	168
Соленья и маринады	180
Холодные закуски и салаты	181
Супы	191
Вторые блюда	194
Соусы	197
Десерты	201
Соки и напитки	206
Чай	239
УКАЗАТЕЛЬ	251

*С глубокой благодарностью
моему сыну Дмитрию,
который помогает мне в работе,
посвящаю*

От автора

Здоровья себе желает каждый, и, если оно утрачено, мы стараемся как можно быстрее его восстановить, ибо счастье человека, а более всего жизнь зависит от состояния его здоровья. Чтобы вернуть потерянное здоровье, человек использует любые средства, рекомендуемые врачом. Известно, что химические препараты занимают среди них значительное место — ведь с их помощью можно быстро облегчить страдания.

Приносит ли это подлинное здоровье? В последнее время этот вопрос возникает регулярно, и только в редких случаях на него можно ответить утвердительно. На своем опыте многие убедились, что симптоматическое лечение многих заболеваний химическими препаратами помогает порой сиюминутно, вызывая при этом многочисленные побочные действия. Длительный прием таких препаратов снижает сопротивляемость организма, разрушает его защитные свойства.

Поэтому все чаще и чаще человек обращается к природным лечебным средствам. Среди таких средств облепиха занимает одно из ведущих мест. Влияние и полезные действия на организм человека облепихи, препаратов из нее значительно возрастают, когда человек вооружен знаниями, содержащими перечень целебных свойств облепихи. Хорошим подспорьем и надежным путеводителем в этом станет для вас эта книга.

В ней представлены многочисленные сведения об опыте применения народной и традиционной медицины облепихи для лечения и профилактики многочисленных заболеваний человеческого организма, показана та великая целебная сила облепихи, которая помогает человеку сохранить здоровье, продлить жизнь. А кто не хочет этого!

Эта книга — для здоровых и больных, малых и старых. Выполнять ее советы нетрудно и по силам каждому. А результаты, что называется, — налицо в прямом и переносном смысле. Потому что все окружающие сразу заметят изменения к лучшему в вашем здоровье, а следовательно, в вашей внешности. А о других положительных результатах вы расскажете своим друзьям, родным, знакомым сами — ведь так приятно поделиться своей радостью выздоровления. Автору это чувство знакомо — в результате его профессиональной практики немало людей вновь обрели бодрость, здоровье и прекрасное настроение.

Облепиха крушиновидная

Hippophae rhamnoides L.

Семейство лоховые — *Elaeagnaceae*

Кустарник высотой 0,5–3,5 м, реже дерево до 10 м с поверхностной корневой системой, дающей корневые отпрыски. На корнях формируются клубеньки, усваивающие атмосферный азот из почвы. Побеги двух типов (ростовые и обрастающие) заканчиваются колючкой. Молодые побеги серебристые от покрывающих их чешуек; многолетние ветви от желто- до темно-бурых.

Листья очередные, простые, без прилистников, линейные, длиной 2–8 см, шириной около 0,5 см, на верхушке туповатые, реже слегка заостренные, короткочерешковые, сверху серовато-темно-зеленые, снизу — серебристо-белые от покрывающих их белых и буроватых чешуек, а также звездчатых волосков.

Растение двудомное, ветроопыляемое. Цветки правильные, безлепестные, с простым чашечковидным околоцветником; развиваются в пазухах кроющих листьев. Тычиночные цветки с двураздельным зеленовато-бурым околоцветником шириной 3–4 мм и 4 свободными тычинками с почти сидячими пыльниками без нектарников, собраны в короткие соцветия-колосья. Пестичные цветки с одним пестиком, на очень коротких цветоножках; с трубчатым, продолговато-обратно-яйцевидным двухлопастным околоцветником, длиной 2,5 мм, шириной 1,5 мм. Завязь верхняя, одногнездная, столбик короткий, рыльце удлинненное, желтоватое, выдающееся из околоцветника.

Плоды — сочные, гладкие, блестящие, оранжевые, красные или желтые шарообразные ложные семянки длиной 0,5–1,5 см, шириной 0,3–1,2 см со своеобразным вкусом и ароматом. Масса 100 плодов дикорастущей облепихи — 25–60 г, сортовой — 40–65 г. Семена продолговато-яйцевидные, длиной 4–7 мм, темно-коричневые, иногда почти черные, блестящие, с продольной бороздкой. Масса 1000 семян — 11,8–19,0 г.

Диплоидный набор хромосом 12, 24.

В условиях естественного произрастания выявлено несколько форм облепихи с различными морфологическими и биохимическими признаками и свойствами.

Цветет в апреле-мае, до распускания листьев или одновременно с ним. Плоды созревают в конце августа — сентябре; плодоносит ежегодно и обильно, начиная с 4–5-летнего возраста.

Ареал. Облепиха — евроазиатский вид. В России ареал облепихи прерывистый (дизъюнктивный). Она встречается почти во всех горных районах, в Туве, Восточных Саянах, Бурятии. Растет преимущественно по долинам рек, от предгорий до значительных высот. Местами спускается на равнины, особенно по долинам рек (например, по Оби). Отдельными островами, изолированными от остальной части ареала, облепиха встречается также в Калининградской области.

В Калининградской области облепиха растет по береговой полосе Балтийского моря, вблизи населенных пунктов: Светлый, Балтийск, Светлогорск, Пионерский, Зеленоградск. Образует сплошные заросли по отработанному карьере у пос. Янтарный; куртины и лентовидные заросли облепихи известны на Балтийской и Куршской косах, вдоль железных и автомобильных дорог по всей северо-западной части Калининградской области. На Северном Кавказе облепиха распространена в Краснодарском и Ставропольском краях — в бассейне верхнего течения Кубани и ее притоков (Уруп, Большой Тегиль, Чалмыч, Большой и Малый Зеленчук, Лаба, Белая, Пшиш, Маруха), а также по Большому и Малому Подкумку (бассейн Кумы). В Кабардино-Балкарии, Северной Осетии, Чечне и Ингушетии растет в долинах Терека и его притоков: Баксан, Черек, Чегем, Малка, Нальчик, Ардон, Армхи, Аргун, Асса. В Дагестане облепиха встречается в долинах Самура и его притока Кураха, а также в нижнем течении Терека.

В Сибири облепиха широко распространена в пределах Алтайского края, по рекам Катунь, Башкаус, Кудырга, Чульшман, Тете, Чуя, Шавли, Аргут, Юстыд, Кош-Тал, Карасу, Куздяки, Ак-Кем, Чага-узун. В Западной и Центральной Туве основные массивы облепихи находятся в степной части по долине Хемчика и его притоков (Ак-Суг, Барлык, Алаш, Альба, Устю-Ишкин, Чадан), а также на притоках Утуг-Хема (Торгалык и Элегест). В Южной Туве облепиха обильна в низовьях Тес-Хема, Орахин-Гола и Кош-Терека. В Иркутской области она растет по Китою и Белой, в Бурятии — по Иркуту, Селенге и ее притокам — Чикою, Джиде, Темнику, Цаган-Голу и Яган-Голу. Указания о на-

личи зарослей дикорастущей облепихи в Читинской области ошибочны.

Экология. В связи с широким и дизъюнктивным ареалом облепихи в разных почвенно-климатических зонах сформировались следующие ее климатипы: прибалтийский, кавказский, среднеазиатский и сибирский. В свою очередь, каждый из этих климатипов состоит из популяций, отличающихся габитусом, морфологией вегетативных и генеративных органов, химическим составом плодов, зимостойкостью, устойчивостью к неблагоприятным условиям среды, болезням, вредителям и др. Наиболее зимостойкий климатип — сибирский; в этом отношении ему уступают среднеазиатский и кавказский. Климатипы облепихи, сформировавшиеся в условиях континентального климата, без перепадов температуры в зимнее время в районах с небольшим снежным покровом или при его отсутствии, при разведении в условиях мягкого климата со значительным снежным покровом плохо переносят зимовку. Особенно резко это проявляется в мягкие многоснежные зимы, когда под рыхлым снегом почва не промерзает и в зоне корневой системы наблюдается положительная температура (1–2 °С). Длительное пребывание корневой системы под мощным снежным покровом в талой почве ведет к усиленному расходу запасных питательных веществ на дыхание. В таких условиях корневая система выпревает или у корневой шейки отслаивается кора.

Облепиха — светолюбивая порода, что заметно уже с первого года ее жизни. У плодоносящих растений ежегодно усыхают нижние ветви и веточки в мутовках, вследствие чего крона становится изреженной, а плодоносящая зона смещается к периферии. Фотопериодизм, связанный с влиянием продолжительности дня и ночи, у облепихи отсутствует. Эта способность облегчает введение облепихи в культуру в разных регионах России. Для природных местообитаний этого растения характерны интенсивное освещение и сухость воздуха. Однако корневая система облепихи лучше развивается в увлажненных местообитаниях (долины горных рек и морских побережий). Поэтому облепиха способна переносить избыточное увлажнение и даже длительные периоды паводкового затопления, что обусловило преимущественное распространение этого растения в прирусловой части горных рек.

В естественных условиях облепиха растет на легких, песчано-илистых и галечниковых отложениях по берегам рек и других водоемов. Для этих местообитаний характерны нейтральная ре-

акция почвы, ее благоприятный водно-воздушный режим и достаточно высокий уровень плодородия. В горных районах заросли облепихи образуют узкие полосы или небольшие, разобщенные между собой куртины. Облепиха активно заселяет наносные отложения, возникающие после паводков. Местами за счет корневых отпрысков она образует обширные, почти чистые заросли.

В долинах рек куртины облепихи перемежаются с другими древесно-кустарниковыми породами, а также с не покрытыми растительностью галечниками и луговинами. Сомкнутость полога с куртинами облепихи высокая, часто близкая к единице. Число стволиков на 1 га варьирует от 0,5 до 40 тыс. Наибольшая плотность обычна в молодых зарослях, активно размножающихся корневыми отпрысками. Кусты живут до 25-30 лет, однако плодоношение и способность размножаться корневыми отпрысками уменьшаются после 15-18 лет.

Облепиха не переносит заболачивания, она типичный гигромезофит. Растет на участках с высоким уровнем грунтовых вод и проточным увлажнением. Устойчива к низким зимним (до -50°C) и высоким летним (до $+40^{\circ}\text{C}$) температурам, что обеспечивает ей хорошее выживание в континентальных условиях Сибири, Центральной и Средней Азии. В Западном Памире облепиха поднимается на высоту до 3800 м над уровнем моря. Более продуктивные заросли облепихи относятся к крапивным, кипрейным и приречному типам леса I, II, а иногда и III бонитета. Худшие условия обитания для облепихи в злаково-полынных и осоково-злаковых типах леса.

Ресурсы. Поскольку потребность в плодах облепихи растет с каждым годом и заготовка ее плодов все время увеличивается, возникла острая производственная необходимость в окультуривании дикорастущих массивов облепихи и создании ее промышленных плантаций. Удовлетворение спроса на плоды облепихи в настоящее время составляет лишь около 10%.

Учет естественных зарослей облепихи и определение их урожайности показывают, что общая площадь естественных зарослей облепихи в России составляет 14 тыс. га. При пересчете на «плотные заросли» это составит около 5 тыс. га. Искусственные насаждения облепихи занимают площадь около 3,5 тыс. га, с общим запасом плодов 2,2 тыс. т.

Урожайность облепихи изменчива в климатипах, зарослях, у отдельных особей, что связано с условиями местообитания, бонитетом зарослей, генотипом особей. Бонитет зарослей прежде всего

определяется их возрастной структурой и санитарным состоянием. Последнее в значительной степени зависит от антропогенного развития, и прежде всего — от способа сбора плодов облепихи, а также от погодных условий текущего года и предыдущих лет. Отмечены значительные колебания густоты природных зарослей облепихи и большая разновозрастность внутри самих куртин. В частности, это связано с расселением облепихи корневыми отпрысками. Ориентировочная величина биологического запаса сырья на 1 га природных зарослей облепихи по отдельным регионам следующая: Ангарский регион (низкорослые популяции по Иркуту и Китою) — до 1 т и более, Западный (Калининградская область) — до 2 т, Тувинский — до 2 т и более, Среднеазиатский, Алтайский, Забайкальский — до 3–5 т и более.

Эксплуатационный запас сырья облепихи условно принят равным половине биологического запаса, но фактически от 10 до 70% его величины. Он определяется с учетом возрастной структуры природных зарослей или искусственных насаждений облепихи, их компактности (полноты), состояния, наличия колочек, высоты кустов, величины плодов, типа плодоношения, доступности зарослей, а также других факторов, определяющих возможности сбора. Даже такие специализированные хозяйства, как «Облепиховый» (Бурятия), «Флора», «Сибирский», Бийский лесхозтехникум (Алтайский край), Кызылский лесхоз (Тува), на промышленных плантациях собирают лишь до 70% имеющегося биологического запаса.

Площади естественных зарослей облепихи уменьшаются. Это происходит вследствие хищнической заготовки плодов, сопровождаемой рубкой ее ветвей (Сибирь, Калининградская обл.). Массовое усыхание облепихи объясняется также изменением гидрологического режима многих рек, связанным с регулированием их стока и большим расходом воды для полива сельскохозяйственных культур, приводящим к снижению уровня грунтовых вод. В Туве за 10 лет площадь зарослей облепихи уменьшилась более чем в 3 раза, а за 60 лет — в 5 раз. Поэтому рациональное использование зарослей облепихи, их восстановление и охрана могут способствовать увеличению ее природных ресурсов. Один из путей к этому — создание облепиховых заказников (закрепленных территорий).

Поставки плодов облепихи хозяйства выполняют лишь в отдельные урожайные годы, поэтому недостаток препаратов из плодов облепихи весьма ощутим, хотя среднегодовая заготовка

плодов облепихи растет. Однако он вызван не малой изученностью или ограниченностью сырьевой базы облепихи, а большой трудоемкостью ее сбора. Кожица плодов облепихи очень нежная, а плодоножки очень прочные, и потому при уборке урожая кожица часто разрывается раньше, чем отрывается плодоножка. Это основная причина невозможности механизированного сбора плодов облепихи.

Примерно только половину используемого в медицине сырья выращивают на промышленных плантациях из сортовой облепихи. Поэтому необходимо поднять продуктивность существующих дикорастущих зарослей облепихи, прежде всего обеспечить их необходимое санитарное состояние. Это достигается в результате проведения рубок ухода, дополнения и окультуривания зарослей, установления оптимального соотношения в них особей по полу и возрасту, реконструкции старых зарослей облепихи, осуществления защитно-охранных работ и др.

Плоды облепихи собирают по достижении ими полной технической спелости, когда они приобретут свойственные данному сорту (популяции) размер и окраску и накопят наибольшее количество масла и других биологически активных веществ.

Их собирают путем общипывания, «ошмыгивания», стряхивания, срезания плодоносящих ветвей и с помощью разных приспособлений и устройств, околачивание плодов облепихи проводят в местах с устойчивыми морозами. Собранные плоды очищают от веточек, листьев и других примесей. Затраты на уборку урожая облепихи достигают 90% общих затрат труда по ее выращиванию. Поэтому вопрос рационализации сбора плодов облепихи очень актуален.

В настоящее время почти все хозяйства, заложившие плантации районированными сортами или отборными формами облепихи, перешли на летне-осенний сбор плодов. Это связано с тем, что в сортовой облепихе больше сахаров, чем в дикорастущей, и птицы поедают их в первую очередь. Кроме того, при сборе плодов методом околачивания обламывается много веточек с генеративными почками, на стволах возникают царапины, заселяемые весной вредителями и служащие воротами для инфекции. Поэтому даже в малоснежных районах с устойчивым понижением температуры в последние годы избегают зимнего сбора плодов как на плантациях, так и на природных зарослях.

Пока нет еще способов или устройств, решающих проблему полной механизации сбора плодов облепихи и отделения от них

примесей. Возможный путь решения этого вопроса — создание новых сортов, приспособленных к механизированной уборке.

Природные ресурсы облепихи используют не полностью. Для медицинских целей ее заготовки проводят в основном на Алтае, в Бурятии и Туве. В других регионах России плоды облепихи заготавливают лишь для производства соков и различных напитков. Жом плодов при этом для получения облепихового масла не используют, он идет лишь на корм скоту и птице или его выбрасывают.

Использование облепихи из разных районов России, удаленных от перерабатывающих заводов, возможно лишь после разработки документации на жом и сухие плоды облепихи и практического освоения заводами технологии получения из них облепихового масла.

Возделывание. Создание устойчивой сырьевой базы облепихи основано, прежде всего, на ее промышленном выращивании. На плантациях используют высокопродуктивные сорта, применяют рациональные агротехнические приемы, соответствующие биологическим особенностям этого растения, с учетом специфики почвенно-климатических условий районов его возделывания. Капитальные затраты на закладку плантаций облепихи и по уходу за ними до вступления в плодоношение окупаются в течение 2—4 лет их эксплуатации.

При подборе участков под плантации облепихи необходимо учитывать, что она отрицательно реагирует на почвы с тяжелым механическим составом и на близкое стояние грунтовых вод. В районах недостаточного увлажнения целесообразно закладывать плантации облепихи только в тех местах, где возможно их орошение. Перед посадкой необходимо спланировать участок, провести эффективные меры борьбы с сорняками и внести достаточное количество органоминеральных удобрений и извести. Для большинства районированных сортов облепихи при создании промышленных плантаций наиболее оптимально размещение кустов облепихи по схеме: 4 м между рядами и через 2 м в ряду. При этом необходимо обеспечить равномерное размещение опылителей (мужских особей) среди женских растений: два ряда женских растений сортовой облепихи должны чередоваться с одним комбинированным рядом, в котором каждое 5-е растение — мужское. Число опылителей составляет 7—8% от общего числа растений.

В Сибири облепиху сажают весной, в европейской части России — осенью и весной. Посадки проводят ручную или механи-

зированно, по заранее намеченным бороздкам, заглубляя корневую шейку примерно на 3–5 см. После посадки борозды обильно поливают и мульчируют. Уход за насаждениями облепихи заключается в механической обработке почвы культиватором или плоскорезами на глубину до 10 см в междурядье и до 4 см в ряду. Крону формируют в виде многоствольного или одноствольного низкоштамбового куста, что позволяет лучше использовать площадь питания растений, получить большой урожай и облегчить его сбор. Засохшие, сломанные, заболевшие, сильно наклонившиеся ветви и веточки вырезают.

Значительный урон урожаю наносят вредители и болезни. Сильные повреждения вызывают облепиховая муха, облепиховая моль, тля, галловый клещ. Инфекционные грибковые заболевания более опасны, чем вредители. Наиболее часты сердцевинная и смешанная гнили стволов, черный рак, кольцевой некроз и цитоспороз ветвей, эндомироз, парша, фузариозное и вертицилезное увядания, бурая пятнистость листьев и др. Массовое распространение вредителей и болезней нередко ведет не только к потере урожая, но и к гибели растений. После созревания плоды облепихи, в особенности десертных сортов, в массовых количествах поедают птицы.

Разработанные методы борьбы с вредителями и болезнями дают эффект лишь на промышленных насаждениях, на дикорастущих зарослях он почти не заметен.

При хорошем уходе за насаждениями и своевременной борьбе с вредителями и болезнями получают 25–50 ц свежих плодов облепихи с 1 га. В передовых хозяйствах получают 100–120 ц и более, в то время как с дикорастущих облепиховых зарослей собирают лишь 2–3 ц/га.

Размножают облепиху семенным и вегетативным путем: корнеотпрысками, одревесневшими и зелеными черенками. Для сохранения в потомстве хозяйственно ценных признаков используют вегетативные корнесобственные способы размножения. Наиболее массовый, эффективный способ размножения облепихи — с помощью зеленых и одревесневших черенков. Из-за поверхностного расположения корневой системы при обработке почвы корни облепихи часто повреждаются, и растения гибнут. Поэтому один из эффективных способов содержания почвы под облепихой — ее задернение низкопокрывными злаковыми травами с систематическим увлажнением плантации и внесением в нее удобрений.

Один из путей интенсификации производства плодов облепихи — внедрение ее низкорослых, высокопродуктивных популяций и сортов, устойчивых к неблагоприятным экологическим факторам. Создание плантации из низкорослых кустов позволяет значительно увеличить производство плодов с единицы площади, повысить производительность труда на обрезке и формировании кроны, при борьбе с вредителями и болезнями и особенно при уборке урожая.

Методом отбора из семян от свободного опыления в ВИЛАРе созданы сорта облепихи ВИЛ 5 и Ватугинская универсального использования. Урожайность плодов составляет 22–28 ц/га, содержание сахара — 3,2%, витамина С — 118 мг%, масла — 4,5–5,8%. Дегустационная оценка плодов — 4,8. Сорта среднепозднего срока созревания устойчивы к низким температурам и болезням.

Сырье. Качество сырья плодов облепихи свежих регламентируется ВФС 42-1741-87 «Плод облепихи свежий» и включает следующие числовые показатели: содержание суммы каротиноидов в пересчете на абсолютно сухие плоды — не менее 90 мг%; влажность — не более 87%; недозрелых плодов — не более 1%; плодов, поврежденных вредителями, — не более 2%; сухих веществ в соке — не менее 8,5%; веток и других частей растения — не более 1,0%; минеральной примеси — не более 0,5%. Не допускается присутствие посторонней воды и сброженности плодов.

Качество сырья плодов облепихи свежих регламентируется ТУ 64-4-87-89 «Плод облепихи свежий» и включает следующие числовые показатели: влажность — не более 87%; содержание недозрелых плодов — не более 1%; содержание плодов, поврежденных вредителями, — не более 2%; содержание веток и других частей растения — не более 1%; содержание минеральной примеси — не более 0,5%; содержание суммы каротиноидов — не менее 90 мг%; содержание сухих веществ в соке — не менее 8,5%; наличие посторонней воды — не допускается; наличие признаков сброженности плодов — не допускается.

Качество сырья плодов облепихи отжатых сухих регламентируется ТУ 64-5-47-79 «Плоды облепихи отжатые сухие» и включает следующие числовые показатели: содержание влаги — не более 7%; содержание ферромагнитных примесей — не допускается; содержание веток и других частей растений — не более 5%; содержание минеральных примесей — не более 0,5%; зола общая — не более 3%; содержание масла — не менее 20%; содержание суммы каротиноидов — не менее 120 мг%.

Качество сырья плодов облепихи сухих регламентируется ТУ 64-4-72-88 «Плод облепихи сухой» и включает следующие числовые показатели: влажность — не более 10%; зола общая — не более 3%; содержание посторонних примесей: содержание веток и других частей растения — не более 9%; содержание подгоревших плодов облепихи — не более 5%; содержание органической примеси (части других неядовитых растений) — не более 1%; содержание минеральной примеси (земля, песок, камешки) — не более 0,5%; содержание суммы каротиноидов — не менее 40 мг%; содержание жирного масла — не менее 15%.

Качество сырья листьев облепихи регламентируется ТУ 64-4-117-94 «Листья облепихи» и включает следующие числовые показатели: содержание танинов в пересчете на казуаринин — не менее 15,0%; влажность — не более 12,0%; содержание золы общей — не более 8,0%; содержание других частей растения (веток, мужских плодовых почек) — не более 12,0%; содержание плодов — не более 1,0%; содержание посторонних примесей: органической — не более 1,5%; минеральной — не более 1,0%.

Облепиха обладает огромной исцеляющей силой при лечении и профилактике многочисленных заболеваний человеческого организма.

Использование облепихи в той или иной лекарственной форме преследует цель как можно полнее реализовать ее целебные свойства. Согласно современным представлениям медицины, облепиха оказывает на организм человека следующие действия: антиоксидантное, антисептическое, бактерицидное, болеутоляющее, возбуждающее, вяжущее, гепатопротекторное, гипотензивное (снижающее кровяное давление), дезинфицирующее, желчегонное, иммуностимулирующее, кровоостанавливающее, кровоочистительное, потогонное, противовирусное, противовоспалительное, противогрибковое, противозудное, противомикробное, противоопухолевое, противосклеротическое, противосудорожное, противочинготное, ранозаживляющее, седативное (успокаивающее), спазмолитическое, тонизирующее.

Облепиха снижает рефлекторную возбудимость, усиливает деятельность сердца и замедляет сердечный ритм, является хорошим радиопротектором, влияет на кровеносные сосуды, повышает обезвреживающую функцию печени и стимулирует секреторную функцию желудка.

Облепиху применяют при заболеваниях:

- желудочно-кишечного тракта;
- женских половых органов;
- кожи и слизистых оболочек;
- нервной системы;
- онкологических заболеваний различной локализации;
- органов дыхания;
- селезенки;
- печени, почек;
- сердечно-сосудистых органов;
- эндокринных органов и органов обмена веществ.

Какой универсальный набор возможностей облепихи! А ведь мы перечислили только то, что известно. Без всякого сомнения, в скором времени перечень показаний к применению облепихи значительно расширится.

Чем же объясняется такое уникальное многообразие целебных возможностей облепихи?

Современные научные исследования облепихи дают ответ на этот вопрос: уникальным содержанием в облепихе целебных биологически активных веществ.

Химический состав. Плоды облепихи — это природный концентрат биологически активных веществ. По сумме полезных свойств плоды облепихи занимают ведущее положение среди дикорастущих и культурных плодовых растений. Только перечисление химических веществ, обнаруженных в плодах облепихи, заняло бы несколько страниц, поэтому ограничимся характеристикой основных биологически активных соединений из них.

Облепиха содержит 10–19% сухих веществ, в том числе 7,3–11,3% растворимых сахаров — 2,5–3,6% (сахароза, глюкоза, фруктоза). Наиболее высокую кислотность имеют желтоплодные сорта, менее кислы оранжевоплодные сорта. Общая кислотность ягод — 1,1–3,0% у культурных сортов и до 4,2% — у дикорастущей облепихи. В составе кислот преобладают яблочная и хинная. Янтарная кислота, содержащаяся в облепихе, полезна при лечении и профилактике атеросклероза, сосудов сердца и мозга, рассеянного склероза. Пектиновых веществ в плодах облепихи 0,3–1,2%, при созревании количество пектина значительно снижается. Желирующая способность облепихового пектина невысокая.

Плоды облепихи богаты азотистыми веществами. Содержание общего азота в мякоти плодов достигает 0,13–0,26%. В белке, выделенном из семян облепихи, обнаружено 13 аминокислот, в мякоти плодов и соке — 18. Среди них имеются все незамени-