

1
(199)

КВІТИ УКРАЇНИ

КВІТНИК, КІМНАТНІ РОСЛИНИ, ДЕРЕВА ТА КУЩІ, ЛАНДШАФТНИЙ ДИЗАЙН, ФЛОРИСТИКА, САДИ І ПАРКИ

**65 РОКІВ ОДЕРЖАННЯ ПРОТИПУХЛИННОГО,
ПРОТИВІРУСНОГО ТА ІМУНОРЕГУЛЮЮЧОГО
ПРЕПАРАТУ А.І. ПОТОПАЛЬСЬКОГО «АМІТОЗИН»**

А.І. Потопальський, О.І. Василенко

УКВІТЧАНІ МЕДОНОСИ - ЦІЛИТЕЛІ (II частина)

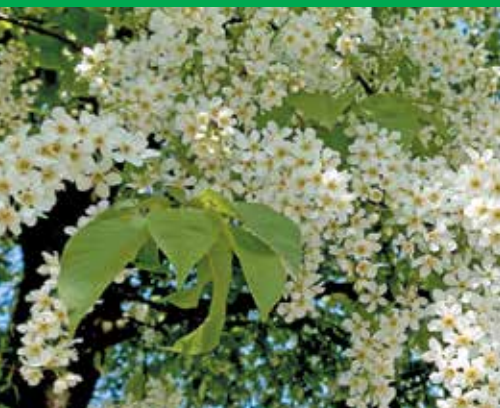




Цвіте калюжниця



*«Килим» барвінку в дендропарку
«Перемога» с. Ходаки
(авторський сорт з лабораторії
А.І. Потопальського)*



Черемха звичайна весною в дендропарку «Перемога» с. Ходаки

*На фото знизу:
Квітує медунка лікарська*



*Черемха звичайна восени
перед збором ягід*

Цвіте яглиця звичайна (червень)



*Оздоровимо Відроджену Націю,
Відродимо Довкілля – ОВН ВЕДЕ*

Випуск 2

**65 РОКІВ ОДЕРЖАННЯ ПРОТИПУХЛИННОГО,
ПРОТИВІРУСНОГО ТА ІМУНОРЕГУЛЮЮЧОГО
ПРЕПАРАТУ А.І. ПОТОПАЛЬСЬКОГО «АМІТОЗИН»**

А.І. Потопальський, О.І. Василенко

УКВІТЧАНІ МЕДОНОСИ – ЦІЛИТЕЛІ

(II частина)

*Девіз: «Боголюбива і Згуртована
Українська нація буде Щасливою і
Прославленою у віках»
(А.І. Потопальський, 2025 р.)*

ПРО АВТОРА ПРОТИПУХЛИННОГО ПРЕПАРАТУ «АМІТОЗИН»

Анатолій Іванович ПОТОПАЛЬСЬКИЙ (народився 25 березня 1938 року, Бар, Вінницька область) – старший науковий співробітник Інституту молекулярної біології і генетики Національної Академії наук України, заслужений винахідник України, кандидат медичних наук, доцент, професор Європейської академії проблем людини, директор Інституту оздоровлення і відродження народів України, директор благодійного фонду «Небодарний цілитель», засновник громадських об'єднань «БОГУ-Радість» і «БОГУ-ДАР», керівник «Центру духовного відродження та оздоровлення людини і довкілля» на базі Національного університету біоресурсів і природокористування України (НУБіП).

Народився у сім'ї військового. Дитинство провів у селі Ходаки (Костенський район). У 1956 році закінчив Житомирське медичне училище № 1, працював фельдшером, через рік поступив на лікувальний факультет Івано-Франківського медичного інституту. Після закінчення навчання у 1963 році був призначений асистентом кафедри патофізіології Станіславського (Івано-Франківського) медінституту. У 1970 році очолив створену за постановою Кабінету Міністрів СРСР проблемну лабораторію корегуючої терапії злоякісних пухлин і гемобластозів при Львівському медичному інституті.

У лютому 1977 р. А.І. Потопальський був переведений Постановою Ради Міністрів із системи МОЗ України в систему Національної академії наук в Інститут молекулярної біології і генетики (ІМБіГ) НАН України старшим науковим співробітником лабораторії інструментальних досліджень. 3 січня 1978 р. очолив відділ модифікації структури біологічно активних речовин (МСБАР), після реорганізації у 1998 р. ІМБіГ очолив лабораторію модифікації структури біологічно активних речовин. В останні роки після низки реорганізацій і скорочень працює провідним науковим співробітником, керівником групи модифікації структури біологічно активних речовин у відділі білкової інженерії і біоінформатики. Дослідження цих років стали основою для створення нового наукового напрямку – духовного і молекулярно-генетичного оздоровлення людини і довкілля.

У 1996 році за результатами конкурсу Міжнародної Асоціації «Допомога родинам Чорнобиля» на кращий фармацевтичний препарат, лікувальний засіб, продукт харчування, що сприяє виведенню радіонуклідів з організму людини і її оздоровленню, **кавбуз** і лікувально-профілактичні вироби з нього нагороджено Знаком Благодійства «За допомогу родинам Чорнобиля SOS-86». За заслуги перед Україною А.І. Потопальський нагороджений Орденом Святого Архистратига Михаїла (2003 р.).

У 2004 році був висунутий іноземними спеціалістами на здобуття Нобелівської премії, у 1996 році Анатолій Потопальський визнаний «людиною року» за версією приватної організації Американський біо-

графічний інститут, а його біографію включено до видання «500 лідерів впливу» (США, 1994), яке регулярно видається цією організацією.

У 2005 році на базі Інституту молекулярної біології та генетики з ініціативи Анатолія Потопальського відбувся Міжнародний науково-практичний форум «Основи молекулярно-генетичного оздоровлення людини і довкілля», присвячений новому науковому напрямку модифікації молекулярної структури біологічно активних речовин, який високо оцінений як на Батьківщині, так і за кордоном: у 1985 році А.І. Потопальський був нагороджений срібною медаллю за препарат «Ізатізон» (автори А.І. Потопальський, Л.В. Лозюк) на Міжнародній виставці досягнень у сільському господарстві (Будапешт, Угорщина), у 1987–1990 рр. – срібними медалями на Всесоюзній і республіканській виставках досягнень народного господарства за препарат «Ізатізон» і технологію боротьби з агробактеріальним раком рослин.

У 2010 році Номінаційним Комітетом Європейської Бізнес Асамблеї (м. Оксфорд, Велика Британія) спільно зі Вченою радою Міжнародного університету м. Відня (Австрія) за внесок у зміцнення міжнародних відносин у сфері науки, освіти й бізнесу А.І. Потопальський представлений до звання «Почесний професор Міжнародного університету м. Відня». Одночасно рада експертів Європейської Бізнес Асамблеї висунула очолюваний ним Інститут оздоровлення і відродження народів України на здобуття Міжнародної нагороди «Європейська якість». 3 квітня 2018 року відповідно до рекомендації Наукової ради МАНВО і на підставі рішення Президії Академії №7134 від 22.03.2018р. Міжнародна академія наук і вищої освіти (Лондон) нагородила А.І. Потопальського медаллю «Науковий прогрес» I ступеня. Указом Президента України №194/2021 від 17 травня 2021 року А.І. Потопальському призначено довічну державну стипендію як видатному діячу науки.

Науковими дослідженнями А.І. Потопальський почав займатися на першому курсі Івано-Франківського (Станіславського) медичного інституту, за два роки отримав на основі чистотілу препарат **«Амітозин»** (у 1959 році), який перешкоджав поділу клітин злоякісних пухлин і викликав їх старіння, та запатентував його вже під час роботи керівником проблемної лабораторії корегуючої терапії злоякісних пухлин і гемобластозів у Центральній науково-дослідній лабораторії Львівського медичного інституту з групою хіміків, які допомагали удосконалити цей препарат. Клінічні випробування, що проводилися у 1999–2001 рр. Інститутом онкології АНМУ, підтвердили ефективність препарату «Амітозин», але він не був зареєстрований МОЗ України. «Амітозин» показав свою ефективність навіть при III і IV стадіях. Важливі дослідження амітозину були проведені разом із доктором С.О. Чернюком та іншими колегами у Франції та США. Результати були опубліковані у фахових журналах.

У 1973 році разом із Л.В. Лозюк (канд. біол. наук, ст. наук. співробітник, вірусолог, дисертантка і співробітниця, на жаль, померла) розробив ще один препарат – **«Ізатізон»**, який успішно використовується для

попередження і лікування вірусних та мікробно-вірусних хвороб і пухлин у ветеринарії і медицині, ефективний імунomodulatory.

На VIII Всеукраїнському фестивалі науки у 2014 році «Амітозин» і «Ізатізон» були представлені як інноваційні розробки, готові до впровадження у виробництво. А.І. Потопальський запатентував понад 60 нових препаратів з протипухлинною, противірусною та імунomodельною дією, розробив 15 оригінальних фіточаїв на основі чистотілу, створив понад 20 нових форм, сортів і видів лікарських і сільськогосподарських рослин, 6 із яких затверджені Держсортінспекцією України й рекомендовані для широкого використання як нові сорти з високою продуктивністю і вмістом діючих речовин.

Одинадцять із вказаних фіточаїв з чистотілом і десятками інших рослин, випускав до 2013 року Житомирський завод «Ліктрави» під брендом «Доктора А.І. Потопальського» (Свідоцтво на знак для товарів і послуг №109425): Ангіотуморосан, Артроуросан, Гастросан, Дермосан, Ентеросан, Імуносан, Пневмосан, Туморосан, Уросан, Холеуросан, Кардіосан. З рослин власної селекції: ехінацеї «Поліська красуня», синюхи блакитної «Поліська блакить», гарбуза «Кавбуз Здоров'яга» рекомендовані такі харчові добавки, як «Спокій», «Бадьорість», «Будьмо здорові», «Кавбузол», «Кавбусорб» та їхні похідні.

Учений розробив низку сучасних біотехнологій: цілеспрямованого поліпшення спадкової інформації біологічних об'єктів; очищення довілля за допомогою рослин, здатних засвоювати атмосферний азот замість дорогих хімічних добрив; отримання високих врожаїв на засоленних ґрунтах; підвищення продуктивності корисних комах, риб, птахів, тварин; боротьби з агробактеріальним раком рослин.

А.І. Потопальському присвоєно звання „Почесний громадянин міста Коростень” (Житомирщина).

У 1979 році для створення насіннево-селекційної бази він заклав **дендропарк «Перемога»** на майже 40 га неугідь у с.Ходаки Коростенського району Житомирської області. Завдяки розробленому за його керівництва способу зміни структури молекул-носіїв спадкової інформації ДНК і РНК – створено технологію одержання нових форм рослин з програмованими господарськими цінними ознаками. Їх широке використання дає значний економічний і соціальний ефект, зокрема в оздоровленні довілля, збиранні високих врожаїв на засоленних і збіднених азотом ґрунтах, а також під час гідропонного вирощування з використанням морської води без її опріснення.

У доробку А.І. Потопальського – 18 монографій, понад 400 публікацій і понад 100 авторських свідоцтв і патентів.

Джерело:

«Вікіпедія»: https://uk.wikipedia.org/wiki/Потопальський_Анатолій_Іванович,
сайт Інституту оздоровлення і відродження народів України:

<http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/index.html>,

Google Академія (фармакологія, генетика, онкологія):
<https://scholar.google.com.ua/citations?user=AckT0nwAAAAJ&hl=uk>,

Google Академія (біологія, медицина):
https://scholar.google.com.ua/citations?user=0O5Nw_kAAAAJ&hl=uk

УКВІТЧАНІ МЕДОНОСИ – ЦІЛИТЕЛІ З ДЕНДРОПАРКУ ДОКТОРА А.І. ПОТОПАЛЬСЬКОГО «ПЕРЕМОГА»

Шановні читачі!

З цього видання ви дізнаєтеся про чудові медоносні рослини та їхні цілющі властивості.

А якщо ви маєте пасіку, то радимо вам на своїх земельних ділянках виростити «килим пасічника» з медоносів – трав, кущів, ліан і дерев, які квітнуть у різні терміни упродовж пасічницького сезону та можуть забезпечити бджіл кормами. Адже добрий медозбір залежить від багатоті кормової бази з різноманітних природних і культивованих медоносів.

При наявності інтересу до знань і їх реалізацію автор пропонує ознайомитися на сайті Інституту оздоровлення і відродження народів України з авторськими розробками, 400 публікаціями, монографіями і популярними виданнями.

КРАСУНЯ НЕЗРІВНЯННА – ЧЕРЕМХА

Всюди буйно
квітне черемшина,
Мов до шлюбу
вбралася калина.
Вівчара в садочку,
В тихому куточку,
Жде дівчина, жде.

(Пісня «Черемшина»
Слова: Миколи Юрійчука,
Музика: Василя Михайлюка)



Любить наш пісенний народ черемху. У віршах і піснях оспівує її. У передмові ми згадали одну з найбільш популярних пісень України – «Черемшина». Слов'янські казки і легенди розповідають про цю улюблену рослину українців. І найчастіше черемха має в них образ нареченої у весільному вбранні, ніжної дівочої душі. Про черемху є цікава оповідь, яку ми знайшли у казкарки С. Кремневої для наших читачів.

Дуже давно жила незвичайна красуня, струнка, роботяща, та ще

й майстриня, за тонкими і чарівними мереживами якої стояла велика черга охочих. Звали її Черемшиною. Всім була добра дівчина, а жениха знайти все не могла. І ось одного разу в її містечко заїхали купці багаті. Якого тільки добра не завезли на продаж. Серед них один був купець-молодець на ім'я Сіверко з далекої північної країни, в скринях якого все каміння коштовне та перли, та мережива тканині, подібні на візерунки з морозом прикрашених вікон. З першого погляду закохалися один в одного Черемшина і Сіверко, взяли благословення батьків красуні на весілля в день, коли ластівки прилітають. Поїхали купці в свій далекий край, з ними і Сіверко, а Черемшина стала до весілля готуватися, вбрання весільне в'язати-вишивати та посаг готувати. Весна прийшла, а у майстрині нареченої все вже давно до весілля готово, та ще й яке гарне, що такого ніхто ніколи не бачив і уявити не міг: полотно найтонше, як ніжна біла хмаринка, а мережива нав'язала краси небаченої – тонкі, ажурні, все з квіточок біленьких в китиці об'єднаних, да так багато, як піни морської. Вже і ластівки прилетіли, а наречений не їде. «Знати забув він про мене», – горює Черемшина. І звістки немає, що в цей час він б'ється з підступним ворогом, який напав на його країну. Та ще й сусідський синок приставати став: «Забув про тебе заїжджий. Виходь за мене, а якщо ні, тоді силою візьму!». Зажурилася дівчина, туга нестямна охопила її, вранці побігла на лісову галявину, простягнула руки до північної зірки і попросила: «Допоможі мені!» і в ту ж саму мить обернулася в гарне кучеряве дерево з ажурними мереживами білих ніжних квіточок. А Сіверко вижив на полі бою, повернувся до своєї коханої, але спізнився – тільки побачив дерево-красуню Черемшину з незрівняними мереживами духмяних квітів, так все і зрозумів. В ту ж саму хвилину обернувся він вітром холодним північним, налетів на квітучу Черемшину і обійняв її. Затремтіла вона в обіймах весільних. З тих пір так і повелося, як зацвітає навесні черемшина, так прилітає північний наречений-вітер, щоб зіграти весілля, і настають у нас холоди, як Черемшина цвіте.

Ще є одна давня легенда, про наречену Черемшину, в день весілля якої, злий чаклун, до нестями закоханий в неї, перетворив свого суперника, її нареченого на джмеля. Біля нареченої в день весілля замість коханого в повітря піднявся джміль, а дівчина у відчаї звернулася до Всевишнього з мольбою, щоб не розлучав її з ним. В ту ж саму мить, де вона стояла, з'явився розкішний куш з пухнастими білими духмяними квітами. Джміль став облітати їх і ніжно цілувати кожну. З тих пір так продовжується кожну весну, коли зацвітає черемшина.

Так ми згадали ті миті, коли нас несло на хвилях казок і всі війни країн і наші особисті були десь далеко-далеко від нас. Казка нас лікувала, загойдувала своєю чарівністю. Ми знали, що все в ній закінчиться обов'язково добре. Психологи і зараз у важкі періоди життя, в моменти психологічних травм, радять іноді відкривати книжки з чарів-

ними улюбленими казками, щоб підлікувати поранену душу. Пораних тілом і душею зараз багато через війну між Україною і її північними сусідами, тому такі легенди і пісні, які рятували наш народ тисячоліттями від ворогів і ненаситних зайд, рятують і зараз. Бо в пам'яті народу залишилися сліди незабутніх віків, а вічна пам'ять гартує.

В давнину слов'яни використовували черемху (черемшину) для фарбування тканин в буро-червоний колір та зелений. Відомо, що з гілок черемхи майстри плели кошики, меблі, короби тощо, а з деревини робили столярні вироби. В народній медицині черемха теж відома здавна. Її використовували для лікування набряків, невралгій, серцевих нападів, як сечогінний та антибактеріальний засіб. Також відомо, що наші предки використовували плоди черемхи при отруєннях завдяки великому вмісту пектинів, «оскільки пектинові речовини слугують середовищем для розмноження корисної мікрофлори кишечника. Також пектинові речовини дезактивують та зв'язують токсини, радіонукліди та солі важких металів» [1].

Черемха звичайна (*Padys avium* Mill.) – високий красивий кущ або дерево з родини Розові (Rosaceae), який зустрічається по всій території України. Досягає висоти 12 м. В різних регіонах України її називають по-різному: черемха, черемшина, маївка, калакалуша, колечка, борошник, голотуха, черемаха та ін. Листя черемхи еліптичні, з загостреною верхівкою, зубчасті. Квітки пахучі, білі (**див. кольорове фото на стор. 2 обкладинки**) на китицях, мають багато тичинок. «Аромат квіток зумовлений наявністю летючого глікозиду пруназину, який використовується при складанні парфумерних композицій»[1]. Духмяні пахощі черемхи навесні розливаються і очищають далеко навкруги простір і її білі мережива квітів приваблюють хороводи бджіл і джмелів. Під час цвітіння черемха виділяє леткі фітонциди, які знищують віруси, мікроби і, навіть, деякі види комарів, мошки, кліщів і дрібних гризунів. Наприклад, «якщо розтерти бруньки черемхи в кашку і нанести на кліща, то він гине через 10–15 хв. від синильної кислоти» [1]. Розповідають старі люди, що особливо під час цвітіння достатньо постояти в тіні черемхи і хвороба пройде. Часто хочеться зробити букет з квітучих гілочок додому, але в закритому приміщенні букет черемхи може викликати нездужання, слабкість, запаморочення, сильний головний біль, астматичні і алергічні прояви через насиченість фітонцидами. В таких випадках найкращими ліками буде свіже повітря, і зібрані квіти для лікувальних цілей бажано не викидати, а висушити в окремому провітрюваному приміщенні. Черемха діє, як біологічний «пилосос», який дезінфікує повітря від хвороботворних бактерій.

Черемха – ранній медонос. Цвіте вона від 3 до 14 діб в період з квітня по червень в залежності від місця зростання. В жарку погоду термін цвітіння найкоротший 3–4 дні. Добре відвідується бджолами та джмелями, які збирають з неї нектар і пилок. Її медопродуктивність –

25–35 кг/га. Таким чином, суцільні зарослі черемхи забезпечують підтримуючий медозбір. Пилок черемхи світло-жовтий.

Плоди – кістянки достигають у серпні-вересні з одною кісточкою всередині, маленькі. Кісточка гірка на смак, містить амігдалін (попередник синильної кислоти). Не зовсім стиглі плоди терпкуваті, в'язкі на смак, хоча й солодкі, але краще збирати їх восени, коли вони повністю досягнуть, терпкість майже зникне і стануть солодшими. Черемха світлолюбна, швидкоросла, зимостійка, вологолюбна рослина. Легко переносить морози до -45°C . Декоративна – зовнішньо виглядає з весни до зими красунею, приносить користь людині своїми лікувальними властивостями і красою, що милує око.

В дендропарку «Перемога» с. Ходаки серед кущів місцевої флори (верболози, вільха, бересклет бородавчатий та європейський, жарнівець волотистий, ліщина, жостір (крушина), ожина, малина, калина та інші) в низинних місцевостях і на піщаних пагорбах, росте красуня черемха. Ці насадження представлені поодинокими кущами і суцільними зарослями, які виросли з пересаджених нами кущів та вирощені з насіння різних регіонів, від Карпат до Дону, а також представлені цілими масивами із пташиного самосіву черемхи...

Хімічний склад. Плоди черемхи звичайної мають в складі дубильні речовини; флавоноїди (антоціани, рутин); органічні кислоти (яблучна і лимонна); цукри; аскорбінову кислоту; мінеральні речовини (залізо, марганець, цинк, мідь, магній, кальцій, калій, алюміній, нікель, хром, бор [4]), ефірну олію. Ядро кісточки містить жирну олію, глікозиди (амігдалін, прулауразин, пруназин). У квітах знайдені флавоноїди, стероїди, тритерпени, вуглеводи, гірка ефірна олія, амігдалін. В листі дубильні речовини, флавоноїди, фенол-карбонові кислоти, вітаміни (С, Е, Р), каротин, амігдалін, гірка ефірна олія. У корі – вуглеводи, амігдалін, дубильні речовини.

Збір і зберігання. З лікувальною метою використовують квітки, зелені гілки з листями, кору і плоди черемхи звичайної. Квіти збирають під час цвітіння навесні, листя навесні і на початку літа, кору – теж навесні з молодих гілок. Підсушують в тіні, в добре вентиляованих приміщеннях, для сушіння сировину розкладають тонким шаром. Плоди збирають з серпня по вересень, частіше восени. Розсипають тонким шаром на повітрі під сонцем, або сушать в сушарках при температурі $40\text{--}50^{\circ}\text{C}$.

Зберігають в сухому і провітрюваному приміщенні. Термін зберігання плодів – 5 років, сухих квіток – 1 рік, кори – 5 років.

Лікувальні властивості. Черемха володіє вираженими бактерицидними (особливо по відношенню до збудників кишкових хвороб), протизапальними, фітонцидними, кровоочисними, протизапідними, жарознижжувачими, потогінними, спазмолітичними, відхаркувальними, сечогінними, антисклеротичними, загальнозміцнюючими, ранозагою-

вальними, імунорегулюючими, в'язучими, протипроносними, протиблювотними, протидіабетичними, фунгіцидними властивостями.

В народній медицині використовується невинувадно мало.

Фітотерапевти закликають ширше використовувати ягоди і квіти черемхи для покращання пам'яті в боротьбі проти атеросклерозу і старіння. Всі частини рослини лікують анемію і запалення слизової оболонки рота.

Плоди використовуються як антицинготний засіб.

«Препарати на основі кори мають сечогінні властивості та посилюють потовиділення. Квіти та листя згубно діють на хвороботворні організми, знімають запалення та стимулюють регенерацію тканин» [1].

Відваром ягід зупиняють проноси неінфекційного характеру, запальні захворювання слизової оболонки очей і лікують грибки на ногах. Відваром кори тонізують і заспокоюють головний біль, захворювання серця і шлунку, використовують при венеричних захворюваннях, при білях і спазмах шлунку, при лихоманці і простудах, заспокоюють кашель. Настоям квітів ліквідують запальні процеси в підшлунковій залозі, знижують цукор в крові, лікують фурункульоз і імпотенцію, регулюють обмін речовин, лікують туберкульоз легень і гангрену кінцівок, зменшують прояви старості.

Черемха присутня в багатьох зборах для зовнішнього застосування (натирання, компреси). Використовують спиртові і димексидові екстракти кори і квітів черемхи.

Рецепти при шлунковій, кишкової та маткової кровотечах, при пародонтозі, хронічному кольіті, дизентерії:

1. Беруть 1 столову ложку плодів, заливають 1 склянкою води, кип'ятять 10 хв., проціджують і п'ють по 50–100 мл 3 рази на добу за 30 хв. до їжі [3].

2. Доцільніше поєднувати плоди черемхи звичайної з коренями та кореневищами родовика лікарського, коренями кропиви дводомної, медунки лікарської, плодами шипшини коричневої у співвідношенні 1:2:2:4:2. Беруть 2 столові ложки суміші, заливають 1 склянкою води, кип'ятять 10 хв., проціджують і п'ють по 50–100 мл [3].

Рецепт для лікування туберкульозу легень:

- 1 столову ложку суміші листя та квіток настоюють 6–8 годин у 200 мл окропу. П'ють гарячим як чай при туберкульозі легень [7].

- 1 столову ложку плодів черемхи залити склянкою окропу, закутати, 2 години настояти, процідити. Пити по 2 столові ложки 3–4 рази на день за 20–30 хвилин до їди [8].

Рецепт для лікування при хронічному кольпіті і білях: 20 г плодів залити 200 мл окропу. Настоявати 2 години, процідити і розвести перевареною водою до 1 л. Використовують для спринцювань (зранку і ввечері) при хронічному кольпіті та білях.

Черемха, як ми вже писали, містить в собі напрочуд сильні активні

фітонциди і завдяки цьому відвар її кори може допомогти в лікуванні педикульозу. Під час лихоліть завжди активізуються різнопланові захворювання, такі як ектопаразитні, бактеріальні і інфекційні. Тому відвар кори з черемхи вбиває вошу, яка здатна переносити епідемічний висипний і поворотний тиф. Зовнішньо використовують листя, кору, гілки і квіти черемхи від суглобового і м'язового ревматизму, при дерматозах, фурункульозі, трахомі. Потомствений знахар **Афанасій Михайлович Лук'янов** стверджує, що черемхою раніше лікували алергічні кон'юнктивіти, імпотенцію і жіночі хвороби.

Рецепт для лікування корости, зуду, педикульозу, дерматозу, ревматизму: Кілька зелених гілок з листям черемхи або 2 склянки перемеленої свіжої її кори залити 3 літрами води, кип'ятити в емальованій каструлі 30 хв. Вилити отриманий відвар у ванну.

Рецепт для лікування трахоми: Залити з вечора 1 столову ложку подрібнених листя і квітів черемхи 1 склянкою холодної кип'яченої води, дати настоятися до ранку. Вранці вмитися і промити очі настоєм. З настоєм зробити компреси на очі. Процедуру повторювати кожен день протягом 10 днів.

Рецепт для лікування кератиту і кон'юнктивіту: 1 чайну ложку квітів або листя настоювати 8 годин на склянці холодної води. Використовувати для примочок при кон'юнктивіті і кератиті [6].

Рецепт для лікування кон'юнктивіту, екземи, фурункульозу, гнійних ран і язв: Взяти 1 столову ложку сухих квітів, залити 1 склянкою окропу, настояти, закутавши, 30 хв. Цим настоєм промивати очі при кон'юнктивіті, орошати шкіру при її ураженнях (екзема, фурункульоз, гнійні рани і язви).

Травниця, хімік за фахом **В.В. Петренко** пише про черемху: «черемха отруйна, і багато їсти її не можна. За рахунок вмісту марганця, міді, цинку, алюмінію черемха є добрим антисептиком, який вбиває велику кількість вірусів» [4].

Фітотерапевт, хімік за фахом **О.М. Піон** черемху звичайну (плоди) відносить до рослин, які мають енергію ДЕН, що розшифровується як нейтральна, або середня (сонячно-місячна) і діють відповідно одночасно і як сонячна, і як місячна рослина. О.М. Піон вважає, що рослини з енергією ДЕН необхідно додавати в збори для лікування хронічних хвороб, так як вони лікують організм глибше і тонше, діють на весь організм, не залишаючи без уваги жодної клітини. «Препаратами з трав енергії ДЕН лікуються довше і призначають їх, коли організмом пішла ланцюгова реакція захворювань, або ж коли послабили одразу багато органів. І тут потрібно пам'ятати, що лікувати весь організм будуть краще трави чистої енергії ДЕН – одностатеві, досконалі» [5].

Рецепт для очищення організму після хіміко-променевої терапії, отруєнні солями важких металів, покращання обміну

речовин, активації імунної системи і для зниження залежності від нікотину: Залити 1 столову ложку плодів черемхи 1 склянкою окропу, прокип'ятити 20 хвилин, процідити. Вживати відвар по 1/4 склянки 3 рази на день.

Рецепт для лікування діареї, лихоманки, набряків, та для полоскання горла при ангінах та стоматитах: 3 чайні ложки сухої подрібненої кори залити 3 склянками води, кип'ятити на малому вогні 15 хв., процідити. Пити по 0,5 склянки 3 рази на день до їжі. Цим же відваром можна полоскати горло і рот.

Рецепти для лікування лихоманки, простуди, кашлю, циститу:

1. 10 г кори кип'ятять у 200 мл води, настоюють 2 години. П'ють по 1 чайній ложці перед їжею [7].

2. 5 г кори на 200 мл окропу. Вживати по 1 столовій ложці тричі на день як сечогінний, потогінний, та протигарячковий засіб [6].

Використання. Зрілі плоди черемхи звичайної використовують для виготовлення наливок, прохолодних напоїв, настоянок, варення, вина, соку. Вони також досить смачні і корисні свіжими. Соком з плодів підфарбовують кондитерські вироби, такі як мармелад, желе, тісто, помадку на тістечка і торти.

Для надання хлібу та булкам мигдального аромату порошок з сухих ягід черемхи додають до пшеничного або житнього борошна.

Фірма «Карпатський колорит» пише в анотації до сухих мелених на порошок ягід черемхи: «Черемха мелена не містить глютен, багата фітонцидами, а її калорійність в три рази нижче, ніж у пшеничного борошна....Використовується для випічки – тортів, пирогів, кексів, пісочного печива, тістечок, надаючи їм характерний шоколадний колір, смак і аромат рому і мигдалю. Також використовується для приготування запіканок, начинки для пирогів і млинців, кисілів і кондитерського крему. Щоб смак борошна розкрився найбільш яскраво, в страви додається жировий компонент, наприклад, вершкове або рослинне масло. Як «Суперфуд» черемхове борошно кладуть в смузі і каші. Гурмани додають її в чорну каву і насолоджуються мигдально-ромовими нотками напою.» До речі, «у сибірських селах до черемхового борошна додають цукор, розтирають й заварюють як турецьку каву, готують желе з молоком або водою, яке їдять з хлібом, а також готують тетерю» [2].

Тонізуючі напої. 1. Черемха протерта з цукром: Плоди повинні бути повністю дозрілі. Прибирають сторонні домішки, відділяють плодоніжки. Перебрані плоди миють, короткочасно бланширують протягом 1 хв. Так оброблені плоди легше перетираються. Далі протирають плоди через капронове чи пластикове сито, кісточки видаляють і готове пюре змішують з цукром в співвідношенні 1:1. Пюре, протерте з цукром, розкладають у підготовлені скляні банки, накривають криш-

ками і стерилізують протягом 10–20 хв. в залежності від ємності. Після стерилізації готові банки закупорюють, охолоджують і зберігають в коморах.

2. Кисіль: 250 г плодів залити 350 мл окропу, кип'ятити 25 хвилин. Розмішати і через сито відділити м'якоть від кісточок. Розвести 25 г цукру та 10 г крохмалю в 50 мл холодної води. Довести до кипіння воду з м'якоттю, влити в неї безперервно помішуючи, розведений у воді з цукром крохмаль, проварити 5–10 хвилин. Можна вживати замість настою [6].

3. Компот: 200 г свіжих плодів черемхи та 150 г свіжих яблук залити 1 л води, додати 60 г цукру і варити до готовності. Вживати замість настою.

4. Квас: Взяти 3 склянки свіжих плодів, залити 3 л теплої води, додати цукор 300 г і свіжих дріжджів 5 г. Все це залишити бродити на 10–12 год. Квас процідити перед вживанням.

ПРОТИПОКАЗАННЯ. У зв'язку з вмістом в ягодах великої кількості танінів, їх споживання різко обмежують для людей схильних до закріпів, що працюють в умовах сидячої роботи, і при самих закріпах, при геморої. **Препарати черемхи не застосовувати у молодих жінок, які хочуть мати продовження роду, і вагітним.** До протипоказань належить також і гіпотонія. Рослина вважається отруйною завдяки вмісту амігдаліну, тому важливо притримуватися рекомендованих доз.

Розмноження. В природі черемха розмножується порослю і насінням, також можна її розмножувати живцями і відводками.

Відводки. Пригинають нижні гілки до землі і присипають їх землею. Протягом вегетативного періоду поливають, а восени акуратно підрослий і добре розвинений відводок відділяють від материнської рослини. Якщо коріння утворилося слабке, садять в поживний ґрунт на дорощування. Рослину з добре розвинутим корінням садять на постійне місце.

Насіння. Під кронами дерев, які плодоносять, зазвичай багато самосіву, з яких проростає багато сіянців. Серед сіянців можна знайти найсильніші, які можна пересадити на постійне місце вже в дворічному віці.

Живці: Зелені живці нарізають під час сокоруху вранці, довжиною 10–15 см. Нижнє листя видаляють. Замочують по інструкції в стимуляторі коренеутворення. Далі висаджують під плівку у теплицю в суміш з торфу, перегною, річкового піску (верхній шар), в яку заглиблюють черенки на 3 см. Обов'язково 1 раз на день поливати, і бажано обприскувати всю рослину водою.

Поросль. Черемха часто утворює поросль, тому весною акуратно відгребти ґрунт від кореневої порослі і не виймаючи її з землі, відрізати в місті з'єднання з материнською рослиною. Потім зверху присипа-

ти землею. Коли у молодих рослин з'явиться своє коріння (приблизно весна, або осінь наступного року), пересадити на нове постійне місце.

Черемха абсолютно невимоглива до родючості ґрунту, але більше полюбає суглинистий ґрунт. Вона витримує посуху і легке підтоплення, тому поливають тільки молоді деревця черемхи в перший рік посадки, та під час сильної засухи. Саджанці висаджуємо восени та ранньою весною. Посадкову яму робимо такого розміру, щоб вільно розмістилося коріння. Готується для посадки поживний ґрунт з суміші верхнього шару садової землі, перегною, міңдобрива. Після посадки рослини, щедро поливаємо і робимо формуючу обрізку на висоті 50–60 см – на такому рівні черемха закладе перший ярус скелетних гілок. В подальшому проводиться тільки санітарна обрізка – видаляються сухі гілки та гілки, що загущають крону. Мульчують ґрунт торфом і тирсою. Під час вегетації рясно поливають. Якщо садять черемху звичайну, то необхідно витримувати відстань 4–5 м один від одного. Кореневу поросль бажано видаляти. Можна під час вегетації підкормити мінеральними добривами. Черемха при мінімальному догляді швидко росте і в плодоношення вступає на 3-й рік після посадки.

ПІСЛЯМОВА. Спостережлива людина може порахувати скільки аптек можна знайти на одній вулиці будь-якого міста. Іноді на деяких вулицях їх більше, ніж продовольчих магазинів, і переважна кількість людей постійно навідується до цих аптек. Знов таки, той хто спостережливий, може побачити, як швидко росте кількість нових синтетичних ліків, в яких важко орієнтуватися, і, в яких багато побічних ефектів. Щорічно спостерігають приріст на 12,5% автоімунних захворювань, і всі вони – це сотні несхожих діагнозів. Як відомо, автоімунні захворювання викликані тим, що імунна система помилково атакує власні тканини або органи, тому що розпізнає здорові клітини організму, як потенційно небезпечні. Причини аномальної поведінки організму часто невідомі. Прояви можуть бути несподіваними і найрізноманітнішими. Останнє модне захворювання людства, яке розпочалось у 2019 р., і яке на даний час постійно змінює свої штами, запустило ще більше автоімунних захворювань, яке вражає всі системи організму, а особливо нервову і серцево-судинну. Ще одна серйозна проблема в Україні: є близько 10 млн хворих на алергію і щорічно з'являються ще від 500 тис. до 1 млн нових хворих [9]. В світі за даними ВООЗ (дані 2019 р.) від алергії страждають від 20 до 40% людей – тобто приблизно кожен 3-й [10]. І знову повертаємось до новомодної хвороби 2019 року і специфічних побічних ефектів від споживання нових синтетичних ліків. З рахунку не скидаємо алергії на будь-які природні об'єкти від домашніх птахів, вовни тварин, карантинних рослин, зіпсованого навколишнього середовища, та на інше. Зазвичай хворому виписують антибіотики, антигістамінні, протівірусні, жарознижуючі, десенсибілізуючі та інші синтетичні препарати, які знімають симптоматику хвороби, але не

впливають на суть захворювання (етіопатогенез) та ще мають багато побічних ефектів. Тому знання тих рослинних ліків, які замість зняття симптомів хвороби, можуть зняти інтоксикації, алергічні прояви, запалення і лікувати весь організм, його органи і системи, а не тільки одну хворобу з конкретним місцем ураження, стає надалі найбільш актуальним. Ось тут незаміними лікарські рослини з всебічним оздоровлюючим ефектом організму, одна з яких черемха. Ще не дійшовши 200-300 м до черемхи ви відчуєте оздоровчий вплив її фітонцидів. Це ефективні і сильнодіючі природні ліки, основна дія яких проявляється через дихання з повітрям. А далі вже ефективно, цілеспрямоване застосування у спеціальних лікарських комплексах: багатокомпонентні чаї і напої, настоянки, аерозолі, екстракти, зовнішні ліки (розтирання, компреси, мазі, аерозолі), тощо.

Ще закликаю моїх читачів ознайомитися з історією початку і розвитку будь-яких епідемій і пандемій (чуми, холери, тифу, туберкульозу та інших) на планеті Земля. Відзначити для себе, що спричинило і завдяки чому відбулося розповсюдження «морових пошестей». До речі, якщо чума, холера, тиф, віспа на сьогодні переможені, то, наприклад, про туберкульоз такого не скажеш. А використанням препаратів черемхи, можна зменшити його поширення. Також варто пам'ятати про інсектицидні властивості черемхи, що може допомогти в боротьбі з небезпечними комахами і навіть гризунами – носіями збудників інфекцій. Будь-яка рослина має лікувальні властивості, тільки треба навчитися ними користуватися. Але мало прочитати в літературі про ту ж саму черемху звичайну. Важливо зараз набиратися досвіду, **по-троху, майже в гомеопатичній дозі, вводячи в свої чаї і їжу лікувальні рослини-вітаміноноси**, пам'ятаючи прислів'я: «Тихіше їдеш, далі будеш». А ми ще додамо: «Довше і цікавіше багатогранне життя проживеш». Закликаємо всіх читачів повідомити авторів і редакцію журналу про власний досвід застосування черемхи звичайної.

Використані джерела інформації:

1. Інформаційний інтернет ресурс: <https://www.facebook.com/nbg.kiev.ua/posts/черемха-звичайна-prunus-padus-зацвіла-в-ботанічному-саду-це-дерево-з-пахучими-кв/2411371072216259/>
2. Інформаційний інтернет ресурс: https://uk.wikipedia.org/wiki/Черемха_звичайна
3. Є.С. Товстуха «Фітотерапія» видання друге, перероблене і доповнене – К., Вид. «Здоров'я», 1993 р.
4. «О травах і траволікуванні»/ В.В. Петренко, Є.Є. Дерюгін – М., Вид. «Амрита-Русь», 2010 р.
5. О. Піон «Аптека бур'янів»/ серія «Золота бібліотека здоров'я» №1-2(2021) - К., Вид. ТОВ «Дитяча християнська література», 2021
6. Ф.А. Жогло, В.П. Попович, П.В. Олійник, Р.М. Шурін «Вітаміноносні лікарські рослини» - Львів, Вид. «Світ», 1992 р.
7. Г.М. Приймак «Фітотерапія. 250 лікарських рослин в народній меди-

чині» - К. Вид. «Альтерпрес», 2016 р.

8. Інформаційний інтернет ресурс: Зелена планета Земної - <https://www.zelena-planeta.ua/>

9. Інформаційний інтернет ресурс: <https://kiai.com.ua/ua/archive/2005/1%281%29/article-1/aktualni-problemi-alergologiyi-v-ukrayini>: Журнал Клінічна імунологія. Алергологія. Інфектологія № 1(1) 2005 - Б.М. Пухлик «Актуальні проблеми алергології в Україні»

10. Інформаційний інтернет ресурс: <https://khocz.com.ua/8-lipnja-2019-roku-vsesvitnij-den-borotbi-z-alergijeju/>

ВОНА МЕДУНКА – І ВСЕ ЦИМ СКАЗАНО

*«Квіти медунки – духмяні і гарні,
Тільки дзвіночки на ній різнобарвні.
Різні за віком в медунки всі квіти,
Ходять в новому щодня її діти.
Милі малята – в рожевих сорочках,
Юні дівчата – в бузкових віночках,
Пані вбираються в сині спідниці. –
Ось чому різні красуні-сестриці!»*

(автор Наталя Карпенко)

Сьогодні ми розглянемо цікаву і цілющу і надзвичайно перспективну рослину – медунку. Вона добре відома знахарям-цілителям, яким передаються знання з діда-прадіда. Тому це древня лікарська рослина стає загальноновизнаною.

Про неї існує така цікава легенда: колись, дуже-дуже давно, злюща мачуха вигнала сиріт з рідного дому вночі в ліс по дрова. Пішли сирітки в ліс, плачуть – голодні, заблукали, замерзають. Притулилися один до одного біля дерева, тремтять... І несподівано з-за дерева вийшла Весна, обійняла діток, зігріла материнським теплом і сонечком. А дітки перетворилися в ніжні весняні квіти-медунки з чарівними ніжними рожево-блакитними квіточками.

Медунка (*Pulmonária L.*) інші назви: пульмонарія, легенева трава, медуниця, дзвоники, свашки, баба і дідо, квітка дво-яко та ін. – багаторічна трав'яниста рослина родини шорстколистих. Латинська назва медунки утворилася від слова «pulmo», яке перекладається як «легені», і здавна пов'язана з вживанням рослин цього роду для лікування легеневих хвороб. Українська назва рослини «Медунка» дана цій рослині через її



чудові медоносні властивості. Медунка – це один з ранніх медоносів, що має важливе значення для розвитку бджолосімей. Квітки дрібні, запашні – білого, рожевого, бузкового, блакитного або синього кольору (**див. кольорове фото на стор. 2 обкладинки**), мають багато нектару і пилок. Цвіте з початку квітня до кінця травня. Добре відвідуються бджолами і джмелями. Одна квітка за добу виділяє 0,4–0,45 мг цукру в нектарі. Навіть дітлахи, буває, зривають квітки і відкусують у них білі основи квіток, щоб поласувати їх нектаром. Медопродуктивність становить 35–40 кг/га [1].

Медунка – ґрунтопокривна багаторічна рослина висотою від 10 до 30 см в залежності від виду і місця зростання. Листя вічнозелене довгасто-ланцетне, шершаве, не боїться морозу. Коріння повзуче, тонке, темно-коричневе з довгими шнуроподібними коренями. Популярна у садівників своєю декоративністю, довготривалим рясним цвітінням багатоколірними квітами, її можна назвати рослиною-хамелеоном, тому що квіти швидко змінюють свій колір, в залежності від стадії цвітіння. Багатоколірність пояснюється просто і дає нам підказку, як у вірші, що стоїть у вступі до статті. Перший колір рожевий – медунка тільки розцвіла, блакитний – з неї вже збирають або вже зібрали нектар. Більш інтенсивніший і темноблакитний, синій – перед закінченням цвітіння. Квіти-дзвіночки пониклі, правильні на коротких квітоніжках, зібрані у верхівкове суцвіття-завійку. Квіток у суцвітті небагато. Належить до лікарських рослин і нечисленної групи первоцвітів, які дотепер, на жаль, знищують так звані «любителі природи». Дуже красива в період цвітіння, коли її квітучий килим з безліччю блакитних і рожевих квіток-дзвіночків, над якими літають бджоли і джмелі, веселить око. І після цвітіння до середини літа її незвичні смарагдові листочки з світлими плямами розростаються і створюють ефект радості і свята. А який лікувальний ефект на психоемоційному рівні справляє на людину ця маленька різноколірна квітка?! «Навчися бачити довкола все живе і радіти йому – бадилині, дереву, птиці, тварині, землі, небу. Вдивляйся в них добрими очима і з уважним серцем – і відкриються тобі такі знання, які не знайдеш у книгах. І побачиш у них себе – упокореного і оновленого» – як важливі для нас у наш неспокійний вік швидкісних технологій і незрозумілих воєн, ці слова карпатського мудреця-знатника Андрія Ворона [2].

Медунка любить напівтінь і вологу (не застій води), не любить спекотну погоду і пряме сонячне проміння. В напівтіні її забарвлення стає найбільш яскравим і насиченим. Шкідників не боїться. Ростає в листяних, іноді в мішаних лісах, підлісах, на узліссі, частіше на піщаному ґрунті. Ареал поширення медунки темної – Полісся, Лісостеп, Степ і Карпати, медунки лікарської – у заростях, серед чагарників, у листяних лісах, на крайньому заході України. В Україні існує, навіть, свято «День Медунки» – 15 квітня. Але все менше і менше зустрічаються

суцільні галявини медунки, і бажано берегти цю рослину. Якщо брати в неї листя, то зірвати 2–3 вже сформованих листки, а не зовсім мілкі – це для рослини не буде відчутно.

Всі види медунки можна використовувати в лікувальних цілях. Але найкращим є медунка лікарська.

Розповідають, що в XII столітті німецька монахиня, пророчиця і цілителька Свята Гільдегарда Бінгенська однією з перших почала використовувати рослину **для лікування легеневих захворювань**.

Хімічний склад. Молоді листочки містять вітамін С, фенолкарбонові кислоти (ферулову, кавову), вищі жирні кислоти (пальмітинову, лінолеву, ліноленову та ін.), каротиноїди, флавоноїди (кемпферол, рутин, кверцетин), антоціани, йод, дубильні речовини, слиз, циклітол борнезит, алантоїн, сапоніни, цукри, органічні сполуки Si, половина з яких водорозчинні та інші мікро- і макроелементи (K, Ca, Fe, Cu, Fe, Mn, Ag, Si, Ni, V, Ti тощо).

Заготівля лікарської сировини. Для лікувальних цілей збирають коріння, листя і квіти медунки. Траву збирають під час цвітіння. Листя і коріння можна за весь період вегетації. Заготовлену сировину треба розкласти в один шар, швидко сушити в провітрюваних приміщеннях, часто перевертати, не припускати її потемніння. Добре висушене листя має темно-зелений колір. Висушену сировину зберігають в паперових пакетах, паперових коробках або в банках, які щільно закриваються.

При лікуванні онкології, лейкозів, анемії, гіпофункції щитовидної залози, деяких легеневих захворюваннях народні цілителі використовують горілчані настоянки соку медунки.

Лікувальні властивості. Завдяки багатому хімічному складу медунка одна з найбагатших трав на лікувальні властивості.

Настоями і відварами рослини лікують:

1. Органи дихання: запалення легень і верхніх дихальних шляхів, кашель будь-якої етіології, фарингіт, ларингіт, бронхіт, плеврит, осиплість голосу, бронхіальну астму, туберкульоз на ранніх стадіях тощо. В народній медицині вважається найкращим засобом при дитячому туберкульозі.

2. Сечовидільну систему: виводить камені, пісок, лікує аденому простати, хвороби нирок, сечового міхура і допомагає зняти запальні процеси з органів сечовидільної системи.

3. Система судин і серця: профілактика гіпертонічної хвороби, тахікардії і інфарктів. **Використовують для зупинки кровотеч:** маткової, носової, шлункової, при видаленні зубів, лікуванні кровоточивості ясен. Лікує систему кровотворення. Завдяки багатющому комплексу мікроелементів допомагає при анемії, лейкозі, тромбофлебії, зупиняє кровотечі і посилює утворення кров'яних тілець. Лист медунки, прикладений до порізу, сприяє його швидкому загоєнню, про-

являє антисептичні властивості і показує ще більшу ефективність, ніж при використанні подорожника або каланхоє (для зупинки кровотечі перетерте листя медунки накладають на рани).

4. В гінекології використовуються як профілактичний і лікувальний засіб при запальних захворюваннях, гормональних порушеннях менструального циклу, болю та різного виду виділень.

5. В дерматології допомагає впоратися з шкірними захворюваннями будь-якого походження, такими як: лишай, псоріаз, вітіліго, червоний плоский лишай, васкуліт, виразки, гнійничкові інфекції, геморагічний діатез, нариви, фурункульоз і карбункульоз. Використовують в лікуванні золотухи і краснухи.

6. Органи травлення: лікує і знімає больові і неприємні відчуття при виразках, гастриті, геморої, дизентерії і діареї, стимулює і регулює функцію залоз внутрішньої секреції, лікує хвороби печінки.

7. Нормалізує імунітет, підвищує захисні властивості організму

8. Також її використовують зовнішньо в складі лікувальних мазей, масок, примочок, компресів, промивань настоями медунки або зборами лікарських трав з медункою **для лікування випадіння волосся, шкіри**, тощо. Ванни з міцним наваром, або сумішшю трав, в склад якої входить медунка, використовують при золотусі.

9. Надземну частину у вигляді відварів і настоїв використовують **у лікуванні епілепсії, спазмів.**

Є відомості, що чай з листя допомагає в початковій стадії туберкульозу: звапнює уражені місця в легенях. Використовується також при кровотечах легенів, при сечокрів'ї й хворобах нирок. Далі будуть наведені кілька рецептів для лікування різних недуг. Але є самий простий дієвий рецепт настою: взяти 1 столову ложку трави на склянку окропу. Настояти від 10–15 хв. і пити за 20–30 хв. до їжі по 0,25–0,5 склянки.

Для лікування захворювань дихальних шляхів, що супроводжуються сухим кашлем і хрипотою, як добрий відхаркувальний засіб при бронхітах, гострих нефритах, кровотечах роблять напар 30–40 г на 1 л води і п'ють в теплому вигляді. При лікуванні захворювань легень медунку часто поєднують з настоями трав, які зміцнюють імунітет: шипшиною, бузиною чорною, ехінацеєю пурпуровою, конюшиною, смородиною, акацією, хвоєю сосни, пагонами туї, календули, тощо.

Для лікування екземи та інших шкірних захворювань беруть 2 ст. л. сухої подрібненої рослини на 500 мл окропу і варять 10 хвилин на повільному вогні. Після проціджування п'ють по 1/3 настою 3 рази на день.

Для лікування гастритів і каменів у нирках роблять настій з медунки: в 25 г трави вливають пів літра окропу. Відвар настоюють 2 години і фільтрують. Вживають по 100 мл до їжі, 3 рази на добу.

Для лікування бронхіту, грипу, фарингіту, осиплості голосу: змішати медунку, траву череди трьохроздільної, листя подорож-

ника великого, квіти бузини чорної, листя мати-й-мачухи в співвідношенні 1:1:1:1:1. Залити 2 столові ложки суміші 0,5 л води, кип'ятити на слабкому вогні 5 хв., настояти 1 годину, процідити. Вживати повільно настій теплим по 1/2 склянки 3 рази на день.

Для налагодження водно-сольового балансу, лікування нирок, сечового міхура, при сечокам'яній хворобі: настої та відвари, які готували в цих випадках, паралельно усувають біль в кишківнику, порушення травлення та функцій печінки, діареї, тобто мають також потужні в'яжучу і протизапальну дії. Для цього беруть 1 ст. л. медунки на 0,5 л окропу, заварюють в термосі 2 години. П'ють по пів склянки 4 рази на день.

Для лікування кашлю народна цілителька з Австрії Марія Требен пропонує наступний збір рослин, який має чудові відхаркувальні, спазмолітичні, болезаспокійливі і протизапальні властивості [4]: треба змішати подрібнені квіти і листя мати-й-мачухи, квіти коров'яка скіпетроподібного, квіти й листя медунки звичайної і листя подорожника ланцетовидного в рівних частинах. 2 чайні ложки суміші заварити 1/4 л (250 мл) окропу. Вживають тричі на день по 1 чашці чаю з медом, п'ють ковтками.

Наталя Земна, відома українська травознавиця і цілителька теж радить широко використовувати медунку: «Медунку дуже люблю ще й за те, що вона добре **лікує кров**, будь-які її захворювання. Допомагає нормально функціонувати, продукувати чисту, здорову кров печінці, селезінці – усім кровотворним органам. Загалом медунка очищує кров і покращує її склад. Якщо лікарі з'ясували, що у вас недокрів'я, аналіз крові не відповідає формулі, вживайте настій медунки. Заварювати її можна як свіжозібрану навесні, так і сушену впродовж року. Курс лікування триває місяць. У разі недокрів'я навесні варто пити свіжий сік трави медунки: по 0,5 ч. л. тричі на день до вживання їжі...» [3].

ПРОТИПОКАЗАННЯ. Майже не має, але може викликати нудоту, якщо приймати міцний настій натщесерце та довгостроково при атонії кишок із закрепами.

Застосовувати під контролем вашого лікаря!

Кулінарія. «У зелені та ягодах – живий кисень. І від нього легка кров та легкість на душі» – так казав карпатський довгожитель знатник Андрій Ворон про рослинну їжу. І молоде листя медунки одне з найкращих серед ранньовесняної вітамінної салатної зелені, яке використовують також для приготування різноманітних супів і овочевих страв. Листя її варять і додають до картоплі.

Салати готують дуже просто: назбирали трохи листя, промили, нарізали, заправили ложкою сметани – ось вам і дієтична оздоровча страва, що покращує кровотворення.

Ще один з варіантів салату: листя медунки (300 г) і пір'їни зеленої цибулі (100 г) вимити, дрібно порізати, додати подрібнене 1 яйце, сме-

тану і сіль (за смаком). Перемішати і подати на стіл.

Начинка для пиріжків: тісто на вибір за уподобаннями господарині. Для начинки взяти 200 г медунки, 200 г ріпчастої цибулі – все дрібно порізати, змішати з фаршем 400 г, жиром 20 г, додати сіль і перець.

На зиму медунку можна солити і маринувати.

Медунка маринована: листя медунки миють, дрібно нарізають, вкладають у скляні банки і заливають маринадом, закривають кришками, ставлять в прохолодне місце. Для маринаду взяти 1 л 6% оцту, 50 г цукру, 50 г солі, 3 лаврових листки, 10 горошин духмяного перцю. Все це кип'ятять 10 хвилин.

Чудовий чайний збір для всієї сім'ї від народної цілительки Марії Требен: «Починати треба ранньою весною з перших квітів мати-й-мачухи і продовжувати цю роботу протягом всього року – брати те, чим обдаровує нас природа. Мати-й-мачуха (квітки, пізніше листя), первоцвіт (примула: голівки), фіалка (всі різновиди: квітки і листя), медунка (головки), кислиця (квітки), будра (дуже мало, як пряність: верхні головки квітів), кропива (перші молоді пагони весною), манжетка (листя і квітки), вероніка (квітки, стебла і листя), суниця (листя), ожина і малина (молоді пагони), бузина (пагони, пізніше квітки), маргаритка, квіти липи (збирати коли світить на них сонце), таволжник луговий (квітки), нагідки (квітки), ясменник (квіти, стебла і листя), чебрець (квітки, стебла і листя), меліса (квітки, стебла, листя; можна і без квіток), м'ята перцева (квітки, стебла, листя; можна і без квіток), деревій (збирати в сонячний день, невелику кількість), коров'як (квітки, збирати в сонячний день), звіробій (квітки, збирати в сонячний день), душиця дика (квітки і листя), іван-чай (листя, стебла, квітки), сосна (зовсім молоді пагони), підмаренник (квітки, стебла, листя), троянда (пелюстки всіх кольорів, при біологічній підкормці!). Всі рослини треба добре просушити, а восени змішати – отримуємо чудовий, корисний, ароматний чай, приємний на смак. Взимку він стане прикрасою вечері, і ви будете згадувати чудові сонячні дні, які ви провели на лоні природи. На кожну чашку окропу (1/4 л) необхідно взяти 1 чайну ложку (з верхом) суміші трав, тільки заварити, трохи настояти» [4].

ПІСЛЯМОВА. В статті використані окремі вирази і поради, взяті з книг М. Дочинця «Вік і лік. Рецепти на всяку оздоровчу потребу від карпатського знатника Андрія Ворона» та народної цілительки з Австрії Марії Требен «Здоров'я з аптеки, яка дарована нам Господом Богом. Поради і досвід лікування травами», які автори статті радять прочитати уважно всім, хто бажає почерпнути премудрості Божої з бездонного і невичерпного колодязя кришталево чистої води народних знань. Ці книги важливі для хворих, щоб знайти шлях оздоровлення занедбаного організму і духу. Також вони важливі і для здорових людей для перегляду свого життя, пошуку профілактики від майбутніх хвороб, розуміння свого стану і своєї свідомості.

Андрій Ворон казав, що «коли поранили сосну, земля пошле їй через стовбур ліки – смолу, що затягне, загоїть рану. Хіба се не підказка нам?! Із ранами своїми звертаймося до землі, до природи, до Неба – і будуть нам ліки. Бо хіба ми гірші, хіба маліші за дерево? Поміч Матері природи – у виправленні і випрямленні нашої малої, людської природи. Тому що нинішня хвороба – це вчорашнє порушення законів великої Природи... і в недужому слід розбудити, відновити чудодійні сили, закладені нею у нас» і він це робив. Казав, що він тільки помагає вернути дух здоров'я в підупале тіло, створити духовний простір для зцілення. Бо зцілення – це повернення цілісності. А далі успіх гоєння великою мірою залежить від самого недужого» [2].

Використані джерела інформації:

1. «Атлас медоносних рослин України» Л.І. Боднарчук, Т.Д.Соломаха, А.М. Ілляш, В.А. Соломаха, В.Г. Горовий – К., Урожай, 1993.
2. М. Дочинець «Вік і лік. Рецепти на всяку оздоровчу потребу від карпатського знатника Андрія Ворона» – Мукачево: Карпатська вежа, 2024.
3. Інтернет ресурс : <https://www.zelena-planeta.ua/u-lis-po-medunku>
4. Марія Требен «Здоров'я з аптеки, яка дарована нам Господом Богом. Поради і досвід лікування травами.» (рос.) – Edition Ennsthaler Steyr, Austria, 2014.

ЯГЛИЦЯ ЗВИЧАЙНА – МЕДОНОС, ЛІКИ, ЇЖА

Звертаючи увагу на складні життєві часи, про які нам напроорочили провидці і фантасти, і аналізуючи події за останні роки в світі, і, насамперед, в Україні, ми вирішили терміново згадати ще про одну незаслужено позабуту старовинну їстівну, поживну і лікарську дивовижну рослину. Отже, знайомимо нашого читача з новою і, одночасно давньою, багатьом сучасникам незнайомою рослиною – Яглицею звичайною.

Яглиця звичайна (*Aego-podium podagraria* L.) народні назви: ягличка, снитка, снить, борщівка, шелест, дяглиця – багаторічна трав'яниста рослина з повзучим корінням. На Поліссі її називають Подагричник. До речі, латинська назва так і перекладається: «лікуючий подагру», а англійська – «подагричне зілля». Стебло рослини голе або трохи опушене, висотою 50–100 см, пусте, борознисте. Листя прикореневе – просте з довгими (20–40 см завдовжки) черешками, з широкотрикутними пластинка-



ми (10–20 см завдовжки). До верхівки будова листя спрощується до трійчастих. Завдяки великій кількості насіння та до 6000 бруньок на коренях у одної рослини, яглиця швидко розмножується і поширюється. Тому її вважає більшість людей бур'яном. Але шкода, що ми так мало про неї знаємо, тому і не цінуємо. А вона варта найвищої оцінки серед харчових і лікарських рослин! Яглиця не потребує природного періоду спокою, а її зимовий і осінній період вимушені. Тому в місцях з теплими безсніжними зимами зеленіє цілий рік. Квіти яглиці звичайної двостатеві, білі, зібрані у складні парасольки на верхівках пагонів (**див. кольорове фото на стор. 2 обкладинки**). Верхівкова парасолька має 20–25 променів. Бокові парасольки – дрібніші. Плід у яглиці – двосім'янка, у достиглому вигляді – майже чорного кольору. Цвіте в травні-липні. Плоди яглиці досягають у серпні. Вважається цінним медоносом, із якого бджоли збирають нектар. Одна малесенька квітка яглиці звичайної (снити) виділяє 0,09–0,12 мг цукру в нектарі. Медопродуктивність складає 25–35 кг/га. Бджоли використовують нектар яглиці як джерело підтримуючого медозбору [1].

В Україні розповсюджена як бур'ян на Поліссі та в лісостепу, в широколистяних та дрібнолистяних лісах, в садах, вологих і тінистих місцях, по галявинах, серед чагарників. Поширена по всій Україні.

В епоху Середньовіччя яглицю звичайну вирощували у монастирських подвір'ях як овочеву рослину і приправу.

Відомий швейцарський фітотерапевт Йоган Кюнцле (Johann Künzle) сприяв популяризації яглиці звичайної в кінці XIX сторіччя, використовуючи її для лікування різних хвороб, в т.ч. і суглобів.

На думку багатьох цілителів, на цій рослині лежить Божо Благодать. В короткому подальшому історичному поясненні буде зрозуміло, чому цю рослину так обожають травознаї.

А почалася ця історія наприкінці 18 сторіччя. Як описують нам старовинні джерела, в Китаївській пустині (це назва печерного монастиря) на горах Київських знаходяться печери святої праведної Досифеї Київської, яка в них увінчалась подвигом чернецтва і затворництва, перевдягнувшись таємно у чоловічий одяг, і назвавшись Досифеєм. Її святість, надприродний духовний подвиг, молитва і передбачення майбутнього привертали увагу багатьох страждених, і тих, хто шукав духовного шляху. Серед тих, хто прийшов за благословенням на нелегку чернечу стежку, був юний Прохор Мошнін, майбутній святий праведний Серафим Саровський. Свята Досифея, прозріла в ньому майбутній «духовний світильник», і надавши духовні настанови, скерувала вісімнадцятирічного юнака в Саровський монастир, де він і прийняв постриг. А досягнувши духовної зрілості, взяв на себе подвиг затворництва. Шістнадцять років він подвизався один в «Саровській пустині», по типу афонітів – монахів-затворників, з яких три роки – в повному мовчанні. Пустинню в Саровському монастирі називали ма-

лий скит в хащах, і кожен, хто заходив у глибину Карпатських або Поліських лісів, може уявити собі, які це дикі небезпечні місця, наповнені дикими тваринами і бродячими розбійниками. Зверніть увагу, що святі люди не мали телебачення і радіо, мобільних телефонів і комп'ютерів, не шукали себе в політиці, не мали національних кордонів, і йшли з любов'ю назустріч кожному убогому, стражденному і прохачу. Святий праведний прозорливець Серафим Саровський до кожного відвідувача, коли Божа Матір повернула його в монастир для духовної допомоги людям, звертався: «Радість моя!». В життєпису святого є період, коли він, будучи в скиту «Саровська пустинь», три роки харчувався однією яглицею звичайною, знаходячись в безперервній молитві і пості. Тому цю рослинку, освячену благословенням цього святого старця (кінця XVIII – початку XIX століття), почитають травники-цілителі. А при знайомстві з її хімічним складом ми зрозуміємо, чому власне яглицю звичайну (снить) вважали особливо корисною і поживною в голодні і небезпечні роки лихоліть для життя мільйонів людей. Особливо це відчували жителі Полісся, де завжди бракувало запасів їжі у бідноти. Серед народу панувала приказка: «Дожити до сниті, а там Бог допоможе вижити». Яглиця звичайна використовувалась в народі, як весняна вітамінна зелень, що йшла на приготування салатів і супів, а також на корм свійським тваринам. Є припущення, що одна з назв рослини – «снить», походить від древньослов'янського слова «снєдь», тобто їжа. Тому що, ще з часів Київської Русі, листя яглиці звичайної (сниті) використовували в приготуванні різноманітних страв.

Хімічний склад [3]. У рослині знайдені вуглеводи: умбеліфероза, циклітоли (сциліт, глюцинол), ефірна олія (0,001–0,05%, у її складі лімонен, β-феландрен); галактозоспецифічний лектин, здатний інактивувати протеїни рибосом; кумарини (умбеліферон, бергаптен, ксантотоксин).

Листя містить хлорофіл (1,5%), насичені та ненасичені жирні кислоти, вітамін С (65–100 мг%), мікро- та макроелементи (К (3800–8300 мг%), Al, B, Ga, Mn, Mo, V, Ca, Cu, Fe, Si, P, Mg, Ti, Zn).

У стеблах і листі знайдені органічні кислоти (яблучна, лимонна), стероїди (β-ситостерин).

У квітках та суцвіттях знайдено багато вуглеводів (глюкоза, фруктоза, умбеліфероза), ефірна олія (0,14%), фенолкарбонові кислоти (кавова), флавоноїди (кверцетин, кемпферол, диглікозид кемпферолу), холін.

У плодах містяться флавоноїди (глікозиди кверцетину); ефірна олія (0,04%).

У підземних органах виявлені вищі аліфатичні вуглеводні (пентадекан), гідроксикоричні кислоти (кавова, хлорогенова), кумарини (ангеліцин, аптерин), поліацетиленові сполуки (фалькаринол, фалькаринол, фалькариндіол, фалькаринон,

цис-гептадекадієн-1,8-діїн-4,6-діол-3,10, гептадекадієн-1,5-діїн-4,6-діол-3,10, цис-ацетоксигептадекадієн-1,8-діїн-4,6-ол-3, транс-10-ацетоксигептадекадієн-1,8-діїн-4,6-ол-3, цис-гептадекадієн-1,9-діїн-4,6-ол-3-он-8, (2цис,9цис)-гептадекадієн-2,9-діїн-4,6-ол-1), холін.

Розберемо для ясності деякі маловідомі рідкісні біологічно активні речовини, які входять у склад яглиці звичайної:

Mn – Манган (хімічний елемент) впливає на ріст людини. Необхідний для утворення кісток, збереження репродуктивної функції організму, метаболізму глюкози та ліпідів. Входить до складу ферментних систем, які виконують окисно-відновні реакції внутрішньоклітинного обміну. В організмі людини міститься 20 мг мангану, найбільше в кістках, решта – у тканинах і мозку. При дефіциті порушується фосфорно-кальцієвий обмін, що призводить до розвитку рахіту. Mn прискорює утворення антитіл, посилює синтез гормонів щитоподібної залози, позитивно впливає на засвоєння йоду. Його сполуки використовують при невритах. Найбільше мангану в крупах, борошні, малині, смородині, капусті та горосі. У медицині – це перманганат калію [3].

Mo – Молібден (хімічний елемент) бере участь у регуляції ферментативного каталізу (альдегідоксидаза, сульфітоксидаза, ксантинооксидаза тощо), які виконують важливі фізіологічні функції, зокрема регуляцію обміну сечової кислоти, переносі електронів, рості і розвитку організму, у метаболізмі Fe в печінці. Його недостатність веде до порушення обміну амінокислот, що мають у своєму складі сірку; порушення функцій ЦНС, подагри, карієсу, імпотенції, раку [3].

P – Фосфор (хімічний елемент). Фосфатний зв'язок поєднує полідовні нуклеотиди в нитках ДНК та РНК. АТФ слугує головним енергетичним носієм клітин. Фосволіпіди формують клітинні мембрани. Міцність кісток визначають наявність у них фосфатів.

B – Бор (хімічний елемент) – це життєво важливий елемент, необхідний для нормальної життєдіяльності, котрий разом з марганцем, міддю, молібденом і цинком входить до числа п'яти найважливіших мікроелементів. Бере участь у рості та розвитку організму; розвитку кісток і підтримці їх у здоровому стані. Недостатність бору веде до гальмування росту організму, недостатнього розвитку кісток. Входить до складу клітинних мембран та впливає на їх якісні характеристики, бере участь у ферментативних реакціях. Але у харчуванні рослинами з надмірним вмістом бору (60–600 мг/кг сухої речовини і більше) порушується обмін речовин (зокрема порушується активність протектичних ферментів) та з'являється ендемічне захворювання шлунково-кишкового тракту – борний ентерит. У м'язовій тканині людини міститься $0,33\text{--}1 \times 10^{-4}$ % бору, в кістковій тканині – $1,1\text{--}3,3 \times 10^{-4}$ %, в крові – 0,13 мг/л. В медицині використовують як антисептичний засіб у вигляді бури і борної кислоти (видно-спиртовий розчин), та як бор-10 для лікування раку у бор-нейтроно-захопній терапії (спосіб виборчого

ураження клітин злоякісних пухлин) [3].

V – Ванадій (хімічний елемент) бере участь у побудові кісток і зубів. Стимулює клітинний імунітет. Бере участь у вуглеводному, жировому й енергетичному обміні, є кофактором реакцій в організмі. Дефіцит ванадія веде до порушення регуляції ферментів, переносників фосфору, Na, K-АТФази; затримки в організмі Na і води, маніакально-депресивного психозу, при одному з видів тяжкої білкової дистрофії (квашіоркорі) у дітей [3].

Як ми бачимо, яглиця звичайна має великий вміст збалансованих корисних речовин, які роблять її для організму людини надзвичайно вітамінною і корисною. Крім того, протипоказань до її вживання майже немає, крім одного – індивідуальна непереносимість.

Збір і зберігання. Рослина неофіційна (тобто сировина з неї не дозволена для виробництва лікарських засобів). Використовується у народній медицині. Для лікування заготовляють траву, рідше корінь. Надземну частину яглиці збирають під час цвітіння, у травні–липні. Корінь копають після цвітіння, промивають і сушать під навісом. Зібрану траву розстеляють тонким шаром і сушать у провітрюваних приміщеннях, або на відкритому повітрі. Висушену сировину зберігають переважно у скляній, або у дерев'яній тарі до 1 року.

Лікарські властивості. Яглиця звичайна має протизапальну, знеболювальну, діуретичну, фунгіцидну, ранозагоювальну, антитромбоцитарну, антигіпоксантичну, обволікаючу властивості. Завдяки її сильній протизапальній дії і позитивному впливу на порушений обмін речовин, зокрема, видалення надміру сечової кислоти, її застосовують в лікуванні подагри, ревматизму та артритів, іноді ішіасу. Наявність фалькаринолу та фалькариндіолу допомагає лікуванню грибкових захворювань шкіри. Яглицю звичайну застосовують при рожистому запаленні та ексудативному діатезі.

Яглиця звичайна виявляє також детоксикаційну дію на печінку та загальний очищувальний вплив на організм і сприяє нормалізації функцій кишківника, що виявляються у чергуванні проносів та закріпів, пришвидшує травлення.

Застосовується при сечокам'яній хворобі та каменях сечового міхура. Завдяки своєму багатому хімічному складу яглиця звичайна має детоксикаційний та очищувальний вплив на організм, сприяє поліпшенню його загального стану. Її препарати зупиняють запальні процеси і нормалізують сольовий обмін.

Спиртова настоянка яглиці сповільнює ріст золотистого стафілококу (*Staphylococcus aureus*) та клебсієли пневмонії (*Klebsiella pneumoniae*), також сповільнює ріст деяких патогенних грибів.

З яглиці роблять сік для перешкоджання закисненню організму.

«Галенові препарати яглиці звичайної суттєво покращують кровопостачання нирок, збільшують екскрецію сечової кислоти, виявляють

нефропротекторну дію. Застосовують при ... захворюваннях нирок, сечового міхура, дихальних шляхів, шлунково-кишкового тракту, порушеннях обміну речовин, анемії, гіпо- та авітамінозі С, місцево (знеболювальна дія), при подагрі та ревматизмі у вигляді компресів зі свіжих подрібнених листків. Фалькаринол та фалькариндіол з підземної частини яглиці звичайної мають фунгіцидні властивості» [4].

Рецепт при лікуванні ревматизму, подагри, захворюваннях нирок і сечового міхура, при грибкових ураженнях шкіри: Беруть 2 столові ложки подрібнених верхніх частин трави яглиці разом з квітами і стеблами, заливають 1 склянкою окропу. Далі кип'ятять в закритому скляному посуді на водяній бані 15 хвилин, і настоюють ще 45 хвилин, проціджують і віджимають. Приймають рівними порціями протягом дня.

Кулінарне застосування. Зі свіжих молодих весняних пагонів готують салат, додаючи молоде листя кульбаби та настурції лікарської. Сушену подрібнену трав'яну масу застосовують як приправу. Для супу з'єднують молоде листя яглиці, кропиви та подорожника. Також з яглиці готують щі, зелений борщ, де яглицю використовують замість капусти.

Рецепт салату з кропиви, яглиці звичайної (снити), кульбаби з сиром і огірком: Для салату беруть по 100 г листків кропиви, яглиці звичайної (снити) і кульбаби, 200 г свіжого огірка, 50 г твердого сиру, 50 г рослинної олії. Все листя попередньо промити. Молоде листя кульбаби вимочити в підсоленій воді 30 хвилин, листя кропиви бланшувати (короткочасна обробка продукту окропом або парою). Все листя кульбаби, кропиви і яглиці звичайної (снити) дрібно порізати, додати натертий сир на великій тертці, нашаткований огірок, заправити рослинною олією. Додати за смаком зелень петрушки, кропу, зеленої цибулі [2].

Рецепт салату з яглиці звичайної (снити), кульбаби і огірка: Взяти по 100 г листя кульбаби і яглиці звичайної (снити), 200 г свіжого огірка, 40 г рослинної олії або сметани. Молоде листя кульбаби вимочити в підсоленій воді 30 хвилин, промити, дрібно порізати, перемішати з дрібно порізаними листям яглиці звичайної і огірком, заправити олією або сметаною [2].

ПРОТИПОКАЗАНЬ до споживання і лікування не має!

Розмноження. Розмножувати її легко: достатньо посадити один її кущик в звільненому від бур'янів куточку саду і періодично поливати. Через рік повзучі коріння яглиці звичайної захоплять на доброму ґрунті півметрову ділянку від першого кущика, і ви будете мати вже біля двадцяти нових молодих кущів.

Щоб вона добре росла, ґрунт перед посадкою повинен бути добре підготовлений, як ми вже написали – звільнений від бур'янів, особливо багаторічних, багатий на поживні елементи. Як і всі інші рослини, яглиця звичайна полюбляє органічні і мінеральні добрива. На бідних

піщаних ґрунтах (наприклад, українського Полісся або Київської області) бажано підсипати старий органічний гумус з компостного гною, або компост, отриманий з відходів вашого саду і кухні.

ПІСЛЯМОВА. Ознайомившись ще з однією рослиною-цілителькою, кожен читач зрозуміє: скільки наша сучасна забудькуватість поховала традиційних невикористаних цінностей нашого мудрого древнього народу. Байдужість до навколишньої природи, віртуальний смітник інформаційного шуму, повсякденна суєта, закладені стереотипи мислення, неспроможність чути інших і агресивність один до одного – це вже прогресуюче захворювання людства, яке вимагає втручання психіатра вищого класу. Але, хто найкращий для нашого сучасника в якості лікаря-психіатра і визнаного вчителя, крім живої природи, яка ненав'язливо гармонізує думки, очищує своєю життєдайною енергією і фітонцидами простір навколо людини від її ж руйнівної діяльності на фізичному і ментальному рівнях. Рослини – це щедрий Божий дарунок людству, Його любов і піклування про людину. Кожна рослина, про яку ми розповіли, важлива не тільки для «Килиму пасічника» як цінний медонос, але й надважлива як ліки і їжа для виживання в жорстоких воєнних і пандемічних умовах. І нам з Вами Бог дає можливість виправитись самим, та ще й комусь бути корисним.

Використані джерела інформації:

1. «Атлас медоносних рослин України» Л.І. Боднарчук, Т.Д. Соломаха, А.М. Ілляш, В.А. Соломаха, В.Г. Горовий – К.: «Урожай», 1993р.
2. «Повна енциклопедія практичної фітотерапії» Т.А. Виноградова, Б.Н. Гажов, В.М. Виноградов, В.К. Мартинов – М.:«ОЛМА-ПРЕСС»..., 1998р.
3. Інтернет ресурс: Українська Вікіпедія - <https://uk.wikipedia.org/wiki/Молібден>, <https://uk.wikipedia.org/wiki/Манган>, <https://uk.wikipedia.org/wiki/Фосфор>, <https://uk.wikipedia.org/wiki/Бор>, <https://uk.wikipedia.org/wiki/Ванадій>
4. Інтернет ресурс: Фармацевтична енциклопедія - <https://www.pharmencyclopedia.com.ua/article/23/yaglicya>

РАННЬО-ВЕСНЯНІ МЕДОНОСИ І ПИЛКОНОСИ З РОДИНИ ЖОВТЕЦЕВИХ

СОНЯЧНА КАЛЮЖНИЦЯ – БОЛОТНА ЗІРКА

*Наша нова публікація буде присвячена двом чудодійним рослинам з родини жовтецеві (*Ranunculaceae*) – калюжниці болотній та печіночниці звичайній (підліскі звичайні), використання яких в народній медицині і в гомеопатії йде з древніх часів. Обидві рослини містять в своєму складі легкий глікозид протоанемонін, який токсичний в свіжій траві для людини і свійських тварин, таких як коні і велика рогата худоба. Звичайно, зважаючи на необізнаність у фітотерапії більшої частини*

населення, автори не закликають вживати у лікуванні мало знайомі рослини. І більше радять добре вивчені, які не мають важких побічних дій, і добре відомі в офіційній фітотерапії. Але нагадаємо одне найважливіше правило – від дози залежить, чим буде ця рослина: ліками чи отрутою.

Найчастіше знавці цілющих властивостей отруйних рослин тримали в таємниці особливості їх використання. В історії нашої країни були періоди, коли за такі знання народні цілителі позбавлялися життя, і древні книги по фітотерапії канули безслідно в спецархівах відповідних служб або згорали під час воєнних, революційних і грабіжницьких дій на різних етапах історії. Як приклад, можна згадати умисні підпали в Україні історичних архівів, які відбулися в 60-х роках минулого ХХ століття. Серед них в 1964 р. у Києві дотла вигорів відділ україніки в бібліотеці Академії Наук. Під вогняну стихію потрапили до 500 тисяч унікальних томів, з них назавжди загубленими стали 50 тисяч. Та ж доля спіткала і унікальний історичний архів Видубецького монастиря, умисні підпали в якому були в ті часи неодноразові, і останній 13 грудня 1968 року назавжди винищив унікальні українські історичні документи. Це лише один з прикладів знищення історії, пам'яті і коріння українського народу. Скільки б не навішували ярликів, хто винен, пам'ятаємо, що знищення минулих пам'яток вигідно тим, хто на той час був при владі.

В нашій статті ми спробуємо тільки наблизитись до загублених знань таємничої сили ще двох рослин, які вважаються отруйними, але вони здавна мали славу потужних лікарських.



Калюжниця болотна (*Caltha palustris* L., інші народні назви: лапатень, лапаття, лапик та ін., див. кольорове фото на стор. 2) – багаторічний трав'янистий гарний первоцвіт і ранній медонос, який утворює на Поліссі декоративні кустики заввишки до 60 см, що належить до родини жовтецевих. Листя цільне, темно-зелене, блискуче: нижнє на черешках має форму серцеподібну, верхнє – ниркоподібне, сидяче на стеблі. Стебло м'ясисте гіллясте.

Кореневище шнуровидне мочкувате. Жовті квітки, великі до 5 см в діаметрі, блискучі, правильні, на довгих квітконіжках – розташовані у

пазухах приквіткових листків на стеблах. Оцвітина проста, віночкоподібна, складається з 5 пелюсток. Має багато тичинок, які коротші за оцвітину. Цвіте калюжниця ранньою весною (з другої половини квітня до травня). Тривалість цвітіння 10–15 днів. Бджоли використовують її як підтримуючий медонос і пилюконос для розвитку бджолосімей. Калюжниця болотна – посередній медонос, який виділяє трохи нектару, а більше пилюку лимонно-жовтого кольору.

Після того, як квіти відцвітають, листя починають темніти і розростатися. Іноді калюжниця цвіте повторно на початку вересня. Насіння дозріває влітку і на початку осені.

Рослина любить вологість, на Поліссі заселяється біля берегів водойм, в болотах, на вологих луках. В Україні росте по всій території, де є волога – повільні струмки, водойми, болота, затінені вологі місця. Ареал її поширення включає деякі райони Європи, Північної Америки, Південного Кавказу, Казахстану, Монголії, Японії, Китаю, Індії, Бутану, Непалу, тощо.

Слід пам'ятати, що калюжниця повністю отруйна рослина, але її вживали для лікування століттями. Колись цю рослину древні слов'янські народи використовували в магічних цілях, як оберег для захисту сім'ї, від захворювань і хворобливого впливу лихих очей. Про калюжницю існували різні легенди, одна з яких розповідає про доньку Сонця Аканїїді – Ясний Промінчик, яка подорожувала по землі і побачила сірі неприглядні береги, на яких від численних ран в мукх помирали після нерівного бою богатирі. Її ніжні ручки торкнулися смертельних ран, напоїли водою джерельною пересохлі від спраги і болю уста героїв, і загоїлися в той же час їхні рани, з'явився здоровий блиск в очах хоробрих воїнів, сила богатирська підняла їх на ноги. А в цей час Сонечко заходило за обрій, і його донька поспішила слідом за ним, залишивши на берегах яскраво-жовті сонячні промінчики-квіти, як сліди свого чарівного перебування на Землі.

Відомо, що використовують калюжницю і як їстівну рослину. Ошпарені окропом мариновані нерозпущені пуп'янки, відомі під назвою «німецькі каперси» (оцет витягує з пуп'янок гірки речовини), використовують як гостру приправу. Відварені в солоній воді пагони і коріння використовують як приправу до м'ясних і рибних страв, у солянках, борщах, салатах тощо. Для споживання в їжу пагони і листя слід збирати після цвітіння рослини, коли її токсичність значно знижується. Коріння і стебла в минулі століття примішували до борошна під час випікання хліба.

Хімічний склад. Надземна частина рослини містить близько 8 % дубильних речовин, до 38 мг% аскорбінової кислоти, біля 5 мг% каротину, а також сапоніни, флавоноїди (кверцетин і кемпферол), лінолева кислота, D-лактони (анемонін та протоанемонін), невелику концентрацію алкалоїдів 0,1% (серед яких знайдено і берберин). Всі частини

рослини мають в своєму складі берберин.

Збір і зберігання. Наразі калюжниця представлена як рослина неофіційна, тобто сировина з неї не дозволена для виробництва лікарських засобів. Але для народної медицини і гомеопатії використовують листя, квіти і коріння рослини. Верхнє листя калюжниці збирають під час цвітіння і сушать у провітрюваному приміщенні або в сушарках при температурі до 50 °С. Квіти заготовляють під час цвітіння і намагаються швидко висушувати. Кореневища копають пізно восени, або рано навесні. Сушіння сировини повинно відбуватися у добре провітрюваних приміщеннях. Строк зберігання висушеної сировини – 2 роки. Під час висушування калюжниця втрачає токсичність, таким чином, пояснюється, чому отруюються нею коні і велика рогата худоба тільки на пасовищах. Але для кіз і овець вона не отруйна.

Лікарські властивості. Внутрішнє використання рослини обмежується її токсичністю. В різних інформаційних джерелах зустрічаються дані, що на Далекому Сході надземну частину рослини зовнішньо використовують при паралічах, в Комі корінь вживають при онкологічних захворюваннях шлунку і матки.

Найчастіше її травознаї-цілителі використовують зовнішньо, як протизапальний і знеболювальний засіб **при ревматизмі, опіках, ранах, забиттях, нейродерматитах, плекситах, плексалгіях, хворих суглобах, екземі.** Для цього необхідно залити 3 столові ложки подрібненої трави калюжниці 1/2 склянки окропу, процідити, злегка віджимаючи, загорнути траву в кілька слоїв марлі і прикладати до хворого місця.

У гомеопатії калюжниця болотна використовується при порушенні менструального циклу і хворобливих менструаціях, захворюваннях шкіри, бронхіті, кашлі, коклюші та інших захворюваннях дихальних шляхів, що супроводжуються кашлем.

В невеликих дозах відвар або настій трави калюжниці вживають усередину також при гарячкових станах, коклюші, бронхітах, астмі, порушенні обміну речовин, діатезі, анемії, цинзі, болісних місячних і карциномі матки, а також як сечогінний засіб при водянці й захворюваннях сечовивідних органів.

Рецепт при ракових захворюваннях і недокрів'ї: Залити 1 чайну ложку подрібненого кореня калюжниці болотної 1 склянкою води, кип'ятити протягом 30 хвилин на водяній бані, остудити, процідити, долити до 1 склянки кип'яченою водою. Приймати по 1 ст. ложці 3 рази на день. Цей метод віддавна застосовується в народі, за даними особистого досвіду автора статті (доктора А.І. Потопальського), при злоякісних пухлинах, папіломах, бородавках і поліпах. А зараз широко рекомендується використовувати разом із авторським фітокомплексом «Остеохондрофлебоневросан» при хворобах суглобів, ревматизмі, плекситах, плексалгіях і невритах.

Протипоказання. Рослина отруйна! Використовують її тільки за призначенням лікаря!

Це пояснюється тим, що у свіжому вигляді, особливо під час цвітіння, калюжниця містить алкалоїди і протоанемонін – речовини, які роблять її небезпечною для людей і тварин. У тварин, які отруїлися на пасовищах, спостерігають наступні симптоми: здуття, пронос, падіння надоїв, а в тяжких випадках – смерть. Силос, в якому є калюжниця, може також викликати отруєння у тварин, яке виражається в порушенні функції нирок і шлунково-кишкового тракту. У корів після з'їдання такого силосу спостерігається зниження надоїв молока. Але треба зауважити, що калюжницю болотяну поїдають тварини лише тоді, коли немає іншої безпечної і ціннішої рослини.

Для людей – її неконтрольоване внутрішнє вживання може призвести до отруєння з симптомами: нудоти, судом, проблем із нирками. Свіжий сік рослини подразнює шкіру і слизові, викликаючи пухирці чи опіки. У чутливих людей контакт із калюжницею викликає свербіж, почервоніння чи висип. Краще працювати під час пересадки калюжниці або збирання і переробки сировини з неї в рукавичках!

Розмноження. Калюжниця болотна – рослина дуже декоративна, не боїться тіні і надлишку води. Ефектно виглядає по берегах водойм і затінених вологих куточків садів і дендропарків. Якщо посадити цю рослину у вологих місцях парків і лісопарків, вона утворює яскраву золотисту кайму рясним цвітінням і великими квітками, і після цвітіння виглядає магічно красиво і привабливо своїми шикарними кущами. Садівниками виведені нові оригінальні декоративні сорти, серед яких є махрові і багатопелюсткові (*Caltha palustris* «Multiplex», *Caltha palustris* «Plena» тощо). Можна констатувати, що рослина невибаглива і виглядає розкішно.

Розмножується калюжниця болотяна насінням. Насіння її – дрібне, темно-коричнєве, з гладенькою поверхнею, швидко втрачає життєздатність, якщо не потрапляє в вологий ґрунт. Його схожість зберігається лише кілька тижнів після збору. Якщо все зробити вчасно, сіянці з'являться наприкінці серпня-вересня, а наступної весни можна отримати нові рослини. Для проростання важливий вологий ґрунт і легкий холод стратифікації взимку. В природних умовах насіння розноситься проточною водою або птахами на великі відстані. Завдяки цьому способу розмноження калюжниця створює золотисті килими квітів на далеких відстанях від материнського куща.

Є більш швидкі і надійні способи розмноження, ніж насінням, а саме:

- Поділом куща – навесні чи восени кущ викопують, розрізають на частини з коренями і бруньками, а потім садять всі частини окремо, які на наступний рік вже зацвітають.

- Укоріненням пагонів – стебла, які прикопані або торкаються

вологого ґрунта самостійно пускають коріння, створюючи нові кущі.

– Відсадками, тобто молодими пагонами, що відходять від материнського куща і мають власні корінці.

Головна умова для виживання калюжниці – наявність води. Ця рослина – для істинних природолюбів, садівників-аматорів, ландшафтних дизайнерів і всіх, хто любить красу, природність, простоту без зайвих клопотів в догляді за рослинами.

Використана література:

1. «Атлас медоносних рослин України» Л.І. Боднарчук, Т.Д.Соломаха, А.М. Ілляш, В.А. Соломаха, В.Г. Горовий - К. «УРОЖАЙ», 1993.

ПІДЛІСКА (ПЕЧІНОЧНИЦЯ) ЗВИЧАЙНА – БЛАКИТНІ ОЧІ ЛІСУ



Наша наступна героїня печіночниця звичайна – древня магічна рослина і тендітна синьоока красуня. Підліски звичайні або печіночниця звичайна (*Hepatica*) інші назви: переліска, печіночник, завитки, легнотник, печінкова трава, утробник, та ін.) – це рід багаторічних декоративних лікарських квіткових трав'янистих рослин заввишки від 8 до 15 см родини жовтецевих (Ranunculaceae). Її назва «Hepatica» має походження від грецького слова «Непег» або

«Hepatos», що в перекладі означає «печінка». Згідно середньовічного вчення про сигнатури, догматом якого було те, що кожна лікарська рослина, фрукт, овоч, або інший дар природи своєю формою і кольором, якими Бог їх наділив, підказує, для яких власне органів і хвороб слід їх використовувати. Тому і латинська назва була дана печіночниці, що листя її нагадують по формі печінку, і за повір'ям і народним багатовіковим досвідом мають лікувальні властивості відповідно для хвороб цього органу.

Виглядає печіночниця звичайна дуже декоративною (**див. кольорове фото на першій сторінці обкладинки**). В лісі її синьо-блакитні квіточки подібні на очі лісу – ідеш по лісу: то в одному місці вигляє, то в іншому, і завжди приваблює і ніжні, і вранці, і вдень, і ввечері. Як в старовинних легендах про Синьооку німфу, що іноді являлась заблукалим мандрівникам, виглядала з-за дерев, розсипала бісер блакитних квітів під втомлені ноги, розстилала килими і віночки розписані візе-

рунками печіночниць. Всі частини печіночниці прекрасні, як твір найкращого митця. Її листки довгочерешкові, трилопатеві, при основі серцеподібні до 10 см завдовжки. Листя мають красиво округлені лопаті, цілокраї, яйцеподібні і запушені. Листки зібрані приземною розеткою, з'являються в кінці цвітіння, потім зимують (відмирають у наступному році), в молодому віці опушені, згодом майже голі. Старі кущі навесні формують завдяки лежачим старим листям віночок навколо нових квітів з новим листям. Зацвітає печіночниця в різних місцях на 4–7 рік, в культурі (її гібриди і сорти) – на 3-й рік. Квітка правильної форми (12–20 мм у діаметрі), з простою віночкоподібною вільнопелюстковою оцвітиною. В природних умовах одна доросла рослина має від 5 до 30 квіток, в культурі – до 150 квіток. Листочки оцвітини синювато-блакитні, вузькі і яйцеподібні, рідше бувають білого або рожевого кольору. Плід – збірна опушена сім'янка, дозріває за 1–1,5 місяці.

Ареал поширення Печіночниці звичайної – Північна, Південна і Центральна Європа (Данія, Фінляндія, Норвегія, Швеція, Австрія, Чехія, Словаччина, Німеччина, Польща, Швейцарія, Албанія, Болгарія, Югославія, Румунія, Франція, Іспанія), європейські території колишнього Радянського Союзу (Україна, Білорусь, Європейська частина Росії та ін.), Східна Азія (Китай, Японія, Корея). Особливе відношення до печіночниці в країнах Середньої Азії, де вона стала культовою рослиною, і набула, ще одну назву «Та, що пробиває сніг».

В Україні вона широко розповсюджена в листяних або змішаних лісах у Житомирській, Волинській, Рівненській, Хмельницькій, Івано-Франківській і Чернівецькій областях. Найбільше сировинних запасів цієї рослини в Житомирській, Волинській, Рівненській та Хмельницькій областях. Комфортніше себе почуває у лісистій місцевості з вологим водопроникним ґрунтом, багатим на гумус і вапно. Але наявність вапна не є обов'язковою умовою.

Зацвітає рано і має тривалий період цвітіння – з кінця березня по травень, є ранньовесняним пилюконосом, пилок з якого використовується для розвитку бджолосімей.

Придатна для декорування затінених місць під деревами.

Збір і зберігання. У зв'язку з тим, що печіночниця звичайна належить до родини жовтецеві (отже, отруйна в свіжому вигляді), для збору сировини необхідно одягнути рукавички, інакше без захисту її сік при попаданні на відкриті ділянки шкіри викликає пухирці і печіння. Звичайно від цього не вмирають, але приємного мало. Суха сировина абсолютно нешкідлива, в ній відсутні гострі і отруйні подразнюючі речовини.

Для лікування збирають квітки і листя. Сушать в тіні, добре провітрюваних приміщеннях, розстилаючи тонким шаром. Зберігають в сухій скляній тарі і картонних коробках, вистелених папером. Потребує бережливого використання й охорони.

Хімічний склад. В хімічному складі всіх частин Печіночниці містяться [1] кумарини, фенолкарбонів (галола, кофейна та хлорогенова) і органічні (лимонна, яблучна та аскорбінова) кислоти, рутин:

– в листі: кумарини, сапоніни (хепатисапонін, хепатрилобін), флавоноїди (3-глюкозид кверцетину, 7-глюкозид кверцетину, 3-глюкуронід кверцетину), дубильні речовини, аскорбінова кислота, протоанемонін, камфора, бурштинова кислота;

– у квітках: кумарини, флавоноїди (3-глюкозид кемпферолу, 7-глюкозид кемпферолу, 3,7-диглюкозид кемпферолу, 3-глюкуронід кемпферолу), зокрема антоціани (ціанідин, дельфінідин).

У свіжих квітках знаходиться протоанемонін, в сухих – анемонін (саме він пригнічує розвиток туберкульозної палички).

Лікарські властивості. Печіночниця звичайна володіє наступними властивостями: протизапальна, антисептична, жовчогінна, відхаркувальна (допомагає при різноманітних легеневих захворюваннях, в т.ч. хронічному бронхіті), гепатопротекторна (потужний природний засіб для лікування і відновлення печінки).

Сировину даної рослини використовують, як засіб, що стимулює секрецію жовчі, підвищує діурез, має відхаркувальні й антисептичні властивості та позитивно впливає на обмін речовин.

Настій сировини вживають при запаленнях печінки, жовчнокам'яній хворобі, запаленнях селезінки, нирок і сечового міхура, бронхіті та трахеїті, ревматизмі, малярії, подагрі й гонореї, жовтяниці, головних болях, гарячкових станах. Настоянку рослини застосовують перорально (внутрішньо) краплями, як болетамувальний засіб при захворюваннях печінки та жовчного міхура. Також її можна застосовувати зовнішньо для розтирання при артрозах, артритих і поліартритах, невритах і поліневритах. А також настоянку рослини для натирання можна використовувати в комбінації з авторськими фітокомплексами «Остеохондрофлебоневросан» (ТУ У 20.4-16306764-004:2025) в різних пропорціях.

Настій із трави використовують для полоскання рота та горла, промивають гнійні рани, трофічні виразки, шкірні виразки та висипи. В гомеопатії печіночницю звичайну використовують при хронічних бронхітах, захворюваннях печінки та шкірних хворобах.

З старовинної книги XIX століття, надрукованої у 1882 р., читаємо: «Траву съ цвѣтами пьютъ вмѣсто чаю, полагаая 1 унцію (авт.: сучасн. еквівалент – 29,86 г) на фунтъ (авт.: сучасн. еквівалент – 409,5 г) горячей воды, отъ внутреннихъ заваловъ, желтяницы, капельнаго мочетеченія; теченія изъ мочеваго пузыря, въ кровохарканіи и поносахъ. Снаружи: - въ видѣ полосканья въ гортанной жабѣ, промыванія и примачиванія старыхъ смрадныхъ язвъ» [2].

Але слід пам'ятати, що тільки Печіночниця звичайна використовується в лікуванні. Всі її гібриди не достатньо вивчені, тому не рекомен-

дуються для застосування в оздоровчих і лікувальних цілях.

Відома цілителька-фітотерапевт Н. Земна пропонує **для відновлення селезінки, відновлення і лікування печінки** від найтяжчих вірусних захворювань печінки, особливо гепатитів, спричинених вірусом гепатиту В і С, **від запалень сечового міхура**, наступний рецепт з використанням печіночниці звичайної: «1 ч. л. без верху подрібненої трави залити 200 мл (склянкою) окропу, вживати по третині склянки 3 рази на день. В разі загострень чи ускладнень по 1 ст. л. 5–6 разів на день. Печіночницю часто поєднують з кульбабою та руткою лікарською, але і в цьому разі слід пам'ятати, що рослина отруйна» [4].

ПРОТИПОКАЗАННЯ. Рослина отруйна! Використовувати суворо за призначенням лікаря. При передозуванні лікарськими засобами, до складу яких входить сировина печіночниці звичайної, може виникнути нудота, блювання, біль в шлунку, а в важких випадках – тремор, судоми, помутніння свідомості.

Розмноження. Дотепер відомо більше 1000 сортів і різновидів печіночниць. Рожева махрова форма *Hepatica nobilis* відома з початку XIX століття. В Японії печіночниць розводили виключно в декоративних цілях з XVII століття. З 1980-х років японці почали професійно займатися виведенням нових сортів. І зараз в Японії часто проводять виставки квітучих печіночниць, які милують різноманіттям квіткових форм (прості і махрові) і кольорів (рожеві, блакитні, білі, зелені, жовті, двох-трьох кольорові, тощо). а також незвичайністю форм і кольорів листа [3].

При посадці печіночниці на одне місце треба враховувати, що середня тривалість життя однієї рослини становить 25 років. В середовищі свого поширення природні форми недовговічні і потребують специфічних умов вологості і родючості ґрунту. Нові садові форми більш довговічні і можуть рости на сонячних місцях.

Гібриди печіночниці розмножують поділом кореневищ с 2–3 бруньками весною в період цвітіння.

Печіночниця звичайна розмножується насінням і також поділом кореневищ. Садівники і квітникарі її полюбують за стійкість до різких змін погоди, зимостійкість і посухостійкість.

Важливо при посадці в квіткові композиції враховувати, що наша синьоока красуня не витримує конкуренції з рослинами, які активно розростаються і розмножуються. Печіночниця звичайна, як низькоросла рослина, буде гармонійно виглядати на передньому плані квіткових композицій.

На жаль, в Україні її не цінують так, як в інших країнах світу, де готові за новий її сорт платити більше 1000 доларів.

Використана література:

1. Електронний ресурс: «ФІТОХІМІЧНЕ ВИВЧЕННЯ СИРОВИНИ ПЕ-

ЧІНОЧНИЦІ ЗВИЧАЙНОЇ» – <chrome-extension://efaidnbmnnnnibpcajpgclclefindmkaj/https://dspace.nuph.edu.ua/bitstream/123456789/29321/1/Очеретний%20Віталій%2С%2008.02.23.pdf>

2. «Льчебникъ-травникъ. Полное руководство къ излѣченію всѣхъ болѣзней отечественными травами....» въ двухъ частяхъ. Составиль Н. Григорьевъ – М., Изданіе книгопродавца А.И. Манухина., 1882.

3. Електронний ресурс: [https://ru.wikipedia.org/wiki/Печёночница_\(растение\)](https://ru.wikipedia.org/wiki/Печёночница_(растение))

4. Електронний ресурс: <https://zelena-planeta.ua/shho-likuie-pechinochnicya>

БАРВІНОК (VINCA) – ОДНА З НАЙУЛЮБЛЕНИШИХ ЧАРІВНИХ І КАЗКОВИХ РОСЛИН УКРАЇНЦІВ

Ой садила барвінок рано вранці,
Поливала чар-зілля на світанні,
Танцювала у лузі свої танці,
І чекала, чекала на кохання....
Ой, садила барвінок я для тебе,
А ще вдосвіта росу я збирала
Проводжала зірку я на небі,
І чекала на тебе, я чекала....

(Музика і слова О.Тищенко)

Наш пісенний український народ здавна закоханий у дивовижний і чарівний вічнозелений барвінок. Вірші, легенди, перекази, казки, пісні – так любов народна прославила цю незвичайну рослину. Нашу статтю вінчають слова з пісні «Барвінок», яку співає відома українська співачка О. Білозір.

Українська поетеса, дитяча письменниця, педагог, драматург На-таля Львівна Забіла (1903–1985 рр.) залишила в своєму поетичному спадку вірш, присвячений барвінку:

Недавно ще гула метелиця,
Іще лежить в низинах сніг,
А вже барвінку листя стелиться
Зеленим килимом до ніг.
Воно під снігом і під кригою
Всю зиму зелень берегло
І перше стрінуло з відлигою
Весняне сонце і тепло.
Із перемогою і славою
Весна з'являється на світ.
І квітне радістю яскравою
Барвінковий зірчастий цвіт.

(«Барвінок»)

Барвінок дуже цікава рослина, яка уособлює в собі «символ радис-

ної життєвої сили, вічності усталеного буття, провісника весни та емблема викривальних сил; невмирущої пам'яті про покійних; взаємозв'язку смерті і життя та його продовження, дівочтва, незайманості, цнотливості, чоловічого начала, молодого козака» [3].



За українськими народними уявленнями, барвінок символізує трійцю: дитинство, зрілий вік, старість; батька, матір, дитя; весну, літо, осінь; вічне нев'януче кохання, нестаріюче життя, пам'ять, а тому з барвінком українці віками сплітали весільні вінки, робили косиці, плели вінки й на могили, що символізувало вічну пам'ять, барвінок садили й садять на могилах. Тому існує і друга назва барвінку, яка зустрічається рідко – «могилишня». За уявленнями жителів Карпат, барвінок виростає на місцях давніх поховань невинно вбитих.

Про символізм і магію барвінку можна писати книжки, але автори статті освітлять цю тему надалі дуже коротко і стисло.

Збирання барвінку перед весіллям, коли з нього плели вінки-силмени (долю) на стіну, сволок чи стелю, на голову княгині – молодій, було цілим ритуалом. Барвінок під час весілля символізував довголіття і процвітання. Дружки з дівчатами йшли в городець, де спеціально садили барвінок в сад, парк або до лісу, особливо грабово-букового, де були барвінкові місця, зістригали листя, співаючи пісні-ладканки й балади.

На Коломийщині записано легенди про те, що барвінок прополюють і доглядають красні діви (лісові), щоби він розкішно ріс і цвів. Ним обсаджували кринички-джерела, його садили в криницях поміж каміння, ним прикрашали посуд на Водохреща.

Барвінок також використовували і в народній медицині: від ковтуна (запалення сальних залоз на голові), діареї, кровотечах, цинзі, чахотці, головному і зубному болю.

Барвінок (лат. *Vinca*) – рід квіткових рослин родини барвінкових або кутрових (Aroniaceae), батьківщиною якого є Європа, Північна Америка і Передня Азія. Поширений в багатьох областях України (Полтавській, Київській, Житомирській, Чернівецькій, Закарпатській, Тернопільській та ін.). У Франції барвінок називають «квіткою Жан Жака Руссо» і для шанувальників його творчості барвінок став емблемою світлих і нескінчених спогадів про любов. Ще у XVIII столітті вся Європа зачитувалася найзнаменитішою книгою спогадів Ж.Ж. Руссо «Сповідь», і разом з популярністю книги зростала популярність барвінку. Коли в Женеві на одному з островів Женевського озера встановили



пам'ятник філософу і письменнику, то у підніжжя його висадили улюблений його барвінок. В Німеччині вінки з барвінку дарують жінкам в знак вірності і любові. В Середньовіччі судді ритуалами з барвінком визначали наявність чаклунського дару, але в той же час його рахували оберегом від чаклунів і чаклунських чар.

Латинська назва *vinca* походить від ранішого *pervinca*, пов'язаного з дієсловом *pervincire*, *vincire* — «оплітати», «обвивати», «обв'язувати». Ще одна легенда розповідає, що назву свою він отримав від закоханих:

юнака Бари і дівчини Вінки.

Українське барвінок являє собою викривлену (запозичено через посередництво польського *barwinek*) латинську назву *pervinca*. Форма з «і» (замість належного «и») в українській мові, очевидно, пов'язана впливом слова вінок.

Рослина представляє собою напівкущі або трави з тонким витким стеблом 1–2 м завдовжки, піднімається над землею не більше ніж на 20–70 см. Стебло часто пускає корені в місцях, де воно торкається ґрунту, що допомагає рослинам займати велику територію. Листки супротивні, прості, широкі, ланцетоподібні або овальні 1–9 см завдовжки, 0,5–6 см завширшки. Чотири види роду вічнозелені, листя зберігає



свій зелений колір навіть узимку. Має довгастий трилисник. Схильний до утворення суцільних заростів на значних територіях.

Основне цвітіння відбувається в травні – червні. Навесні зацвітає синім або білим цвітом, який нагадує вогник. Медонос за П.В. Глаголевим (1888). [2] Квітки прості 2,5–7 см завширшки, з 5-ма зазвичай синіми (рідко білими) пелюстками, з'єднаними біля основи в трубку. Плід складається з кількох стручків.

Фізико-хімічний вміст. Барвінок містить до 45 алкалоїдів, в основному це похідні індоліну, індолу, оксиіндолу, індоленіну. А саме: метоксивінкадиформін, (-)-вінкадиформін, міновінцин, (±)-вінкадиформін, метоксиминовінцин, N-метилвінкадиформін, метоксиминовінінін, 5-оксиминовінцин, метиласпідоспермідин, вінкамедин, пікринін, вінкардин, вінковін, вінін, квебрахамін, метилквебрахамін, вінкадин, вінкамінореїн, вінкамінорпін, вінкаміноридин, вінкамін, ізовінкамін, ізомайдин, 16-епівінкамін, (±)-бурнамонін, (-)-ебурнамін, вініїн, ебурнамонін, (-)-ебурнамонін, (+)-зоебурнамян, 11-метоксіебурнамонян, 11, 12-диметоксіебурнамонін, вінкамінін, вінцинін, оксिवінкамін, 10-метоксиваловізін, резерпін, віноксин, мінорин, акуамицин, девінкан, вінкатин, дигідроаспідоспермідин, вінорин, 10-метоксидезацетилакуамілін, деацетилакуамілін, пубісцин, лейрозин, лейрозидин, лейрозивин, ровидин тощо. Поряд з алкалоїдами з барвінка малого виділені: флавоноїдні глікозид робінін, 3-глюкозидобензкатехінкарбонова кислота і тритерпеноїд – урсолова кислота [4].

Також барвінок має в своєму складі гіркі і дубильні речовини, мурашину, бурштинову та аскорбінову кислоти, сапоніни, цукри, рутин, каротин, флавоноїди, мінеральні солі (заліза, меді, селену, цинку та ін. [5]).

Заготівля сировини. Заготовляють барвінок пізньою весною або на початку червня під час цвітіння. Саме в цей час поживні речовини в рослині досягають свого максимуму. Рослини, які зібрані у серпні-вересні корисними вже не є. Зрізають стебла на відстані 3–5 см від поверхні землі. Сушать в добре провітрюваних приміщеннях (наприклад, на горищах), розстеливши тонким шаром. Можна сушити в сушарках при температурі до 50°C. Зберігають висушену сировину у сухих добре вентиляованих приміщеннях в картонних коробках, вистелених пергаментом до 2 років. ***При збиранні, сушінні і зберіганні треба пам'ятати, що рослина належить до отруйних. Тому бажано одягати рукавички і маски!***

Застосування в народній і науковій медицині. Барвінок раніше застосовували в гомеопатії для лікування кашлю та диспепсії, але через наявність алкалоїдів вінкаміну, ізовінкаміну та вінкамідину, зараз використовується зрідка.

В старовину з квітів барвінку готували настій і вмивалися ним. Шкіра обличчя набувала чудового кольору, ставала м'якою та еластичною.

Барвінок малий має гіпотензивну, протизапальну, кровоспинну, дубильну, антибластичну (з переліку отруйних лікарських рослин антибластичної дії за І.М. Носалем, Є.С. Товстухою, В.В. Собоцькому, В. Петренко, Є. Дерюгіну [5]), протимікробну дію.

Народні травознаї використовують барвінок як в'яжучий, легкий проносний та кровоспинний засіб при маткових, легеневих, кишкових і носових кровотечах, при запаленнях тонкої і товстої кишок, при діабеті, коліті, діареї, дизентерії, туберкульозі і емфіземі легень, бронхіті, статевій слабкості (нейрогенній імпотенції), при аденомі простати та інших пухлинах (за Ю.А. Єненко з співавторами, А.М. Гродзинському, Й.В. Грибу [5]), гіпертонічній хворобі. Відваром обмивають гнійні рани, виразки, дерматити. Компреси з відвару барвінку допомагають при псоріазі і екземі. Також їх можна використовувати для лікування опіків різного ступеню. Примочки треба робити регулярно, ефект настає на 3–4 день їх використання.

Барвінок використовують також при лікуванні лейкозів, лімфогрануломатозу, хвороб головного мозку.

Відвар при зубному болю, запаленні слизової, неприємному запаху з рота, цинзі (скорбуті), для припинення внутрішніх кровотеч, при безплідді, білях: 1чайн. ложку подрібненого листа барвінку, зібраного в період цвітіння, кип'ятять у 1 склянці води протягом 20 хвилин. П'ють по 1 стол. ложці три рази на день.

При діабеті [5]: Настоянка трави барвінку з квітами – 20 г сировини на 250 мл горілки, додати 20 мл соку лимону. Підігріти на водяній бані протягом 1 години. Вживати по 5–20 крапель 3 рази на день.

Барвінок рожевий (лат. *Vinca rosea* Linn L.) містить протипухлинні алкалоїди, які мають цитостатичну дію, крім того розчиняють клітини пухлини. Ця його дія дозволяє сповільнювати перебіг захворювань та зменшити симптоми ураження клітин. Виготовлені з барвінку рожевого такі препарати, як вінбластин і вінкрістин, віднесені до життєво необхідних і важливих лікарських засобів.

З барвінку в Угорщині вироблявся препарат «Девінкан» (призначають при церебральній формі гіпертонічної хвороби та гіпертонічних кризах), що має гіпотензивну і судинорозширювальну дію, незначний седативний ефект, діє насамперед на судини головного мозку, поліпшуючи його кровопостачання.

У Болгарії випускався препарат «Вінкапан» у таблетках по 0,01 г (призначення: гіпертонічна хвороба, спазми судин головного мозку, нейрогенна тахікардія).

В кулінарії не використовують!

ПРОТИПОКАЗАННЯ: вагітність, лактація, діти до 12 років, алергії. Можливі алергічні прояви: свербіж, почервоніння, висипки, набряки тощо. При появі алергічних реакцій терміново припинити застосування і звернутися до лікаря.

Усі частини барвінку можуть викликати розлад шлунку, тому важливо дотримуватися точних пропорцій прийому препаратів з нього. Передозування препаратів барвінку призводить до пригнічення серцево-судинної системи аж до летального результату.

УВАГА! Застосовувати отруйні рослини можна лише під контролем лікаря-фітотерапевта, не можна займатися самолікуванням!

Розмноження. Два види – барвінок малий (*Vinca minor*) та барвінок великий (*Vinca major*) – популярні декоративні садові рослини. У барвінку великого ширші листки з волосистими краями та більшими квітами; менш морозостійкий. Рослина знайшла широке застосування в дизайні. Розмножується вегетативно – частинами повзучих пагонів, які швидко укорінюючись і розростаючись, утворюють суцільні темно-зелені куртини. Висаджують, як і багато інших витких рослин навесні і восени у вологий ґрунт пагонами-вусами з корінням або готовими кущами. В перші роки життя і в посушливі періоди вимагає поливу. Може рости, як в затінку, так і на сонці з додатковим поливом. Рослина невибаглива. Вже існують сорти з сріблястим, жовтим і смугастим листям, які ефектно прикрашають парки, садиби, альтанки тощо.

В теплиці Інституту молекулярної біології і генетики НАНУ в період з 80-х років XX століття до 2010 року XXI століття спочатку відділ модифікації структури біологічно активних речовин, а згодом лабораторія і зараз група А.І. Потопальського (одного з авторів цієї статті) займалась акліматизацією і генетично-молекулярними дослідженнями вирощування генетично-модифікованих гібридів відомих і маловідомих рослин з покращеними видовими і хіміко-фізичними властивостями. Рослини для дослідів підбиралися з протираковими і противірусними властивостями. Таким чином, з барвінку малого (*Vinca minor*) було отримано два авторських сорти «Блакитний велетень» та «Наречена». Цю надзвичайно необхідну рослину та її сорти і модифікації бажано і надалі вивчати з ентузіастами і фітотерапевтами.

Використана література:

1. «Третьюму тисячоліттю – нові рослини для здоров'я, добробуту, краси і довголіття» А.І. Потопальський, Л.Н. Юркевич – К. «Колобіг», 2005 – 168 с.:іл.,
2. «Атлас медоносних рослин України» Л.І. Боднарчук, Т.Д.Соломаха, А.М. Ілляш та ін.-К. «Урожай» 1993-272 с.:іл.
3. Електронний ресурс: Укр. Вікіпедія - [https://uk.wikipedia.org/wiki/Барвінок_\(рід\)](https://uk.wikipedia.org/wiki/Барвінок_(рід))
4. Електронний ресурс: Фармацевтична енциклопедія <https://www.pharmencyclopedia.com.ua/article/8941/barvinok>
5. Й.В. Гриб «Лікарські рослини проти онкологічних захворювань» (рос.) – К. «Преса України», 2012 – 208 с.

65 РОКІВ ОДЕРЖАННЯ ПРОТИПУХЛИННОГО, ПРОТИВІРУСНОГО ТА ІМУНОРЕГУЛЮЮЧОГО ПРЕПАРАТУ А.І. ПОТОПАЛЬСЬКОГО «АМІТОЗИН»

І ЗНОВУ ПРО ДАРУНОК НЕБА – ЧИСТОТІЛ

Внаш переповнений інформацією час мало хто знає про лікувальну цілющу силу чистотілу (*див. кольорове фото на стор. 67, на обкладинці*). На дачних ділянках його нещадно виполюють, в кращому випадку не звертають на нього увагу. Більшість лікарів стверджують про його отруйну силу і в своїх працях всіляко уникають використання чистотілу, причому поширено і вільно використовують найбільш отруйніші, ніж чистотіл рослини, а саме: дурман, блекоту чорну, аконіт, мухомори. З найдревніших інформаційних джерел, що дійшли до нас, у древні часи добре знали про силу чистотілу і широко успішно використовували. Відомий французький вчений і лікар Одо з Мена-Луврі (XI ст.) написав про цю рослину:



**«Сік квітучого чистотілу разом з медом на повітрі варять,
Варять на легкому вогні, поки піни не випустить свій він**

І консистенцією густого меду не стане;

**Засобу для очей, кажуть, не знайдеш кориснішим ніж цій,
Тьмою вражених, – і треба очі і їм змазувати часто.**

**Корінь його розтирають, змішуючи з кропом, і разом
З білим вином вживають всі ті, хто хворіє жовтяницею;
Як стверджують, розтертий він біль припиняє зубній.**

**Якщо з листя товченого його виготовити припарку
Разом з вином, від неї, кажуть, зникають плями».**

Середньовічний вірменський лікар Амірдовлат Амаснаці (XV ст.) пише в своїй енциклопедії про лікарські властивості чистотілу, що «Якщо змазувати допоможе при екземі і свербіжу. Якщо посипати їм (порошком трави) язви, то висушить їх».

У давнину у відварі чистотілу купали золотушних дітей, зводили веснянки і бородавки, лікували свербіж, коросту і туберкульоз шкіри (З джерел вітчизняної народної медицини). В повідомленні С.Є. Червинського (XIX ст.) товчену траву чистотілу змішану з вершками, накладали на шкіру, вражену свербіжем і псоріазом. Вплив такої мазі на хворобу був успішним.

В XIX столітті вчені відмічали позитивний вплив екстракту чистотілу при лепрі (проказі). В монографії Г. Мадауса показано, що чистотіл виліковує «вовчий» лишай (туберкульозний вовчак).

У 1940 році М.М. Бременер використав для лікування шкірного туберкульозу чистотіл у вигляді пасти з назвою «паста Бременера» або «Плантазан В». Мазь чорного кольору зернистої консистенції, без запаху, накладали на вогнище туберкульозу шкіри на 2–3 дні. Лікування давало добрий позитивний результат і було безболісне.

Дореволюційні лікарі широко використовували чистотіл для лікування поліпозу кишківника і шлунку. Позитивний терапевтичний ефект спостерігали від вживання чистотілу внутрішньо у вигляді напару в поєднанні з трьохколірною фіалкою у хворих псоріазом. Відвар трави лікарі призначали внутрішньо як жовчогінний засіб при хворобах печінки.

В Болгарії при порушенні обміну речовин приймали ванни з чистотілом. В Польщі використовували при геморої, у Франції – як сечогінний, збуджуючий і послаблюючий засіб, у Німеччині – як болезаспокійливий, дерматологічний, протизапальний засіб.

Дослідження XX–XXI століття підтвердили, що препарати чистотілу мають протизапальну, знеболюючу, спазмолітичну, репаративну, жовчогінну, противірусну, бактеріостатичну дії. Препарати чистотілу затримують ріст пухлин, особливо на шкірі і слизових. Ін'єкційне і ректальне введення чистотілу омолоджує – це першими помітили жінки. Багато рецептів з практичним використанням чистотілу великого наведено в науково-практичній книзі «Препарати чистотілу в біології і медицині» А.І. Потопальського, з якою можна ознайомитися на сайті (<http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/books.html>) і замовити у фейсбуці Інституту оздоровлення і відродження народів України.

Для допомоги лікарям і хворим наводимо серію рецептів з різних джерел інформації:

Одне з джерел інформації належить доктору медичних наук, професору, заслуженому винахіднику І.П. Неумивакіну, який був один із засновників і розробників методів і засобів надання медичної допомоги космонавтам при польотах різної тривалості і популяризатором ефективної доступної медицини.

Древня східна мудрість гласить: «Роль рослин для людини – безцінна. Немає рослини, яка не була б лікарською і немає хвороби, яку неможливо було б вилікувати рослинами».

**РЕЦЕПТИ ЛІКУВАННЯ ЧИСТОТІЛОМ ПРИ ПУХЛИНАХ
(З КНИГИ «ЧИСТОТІЛ. МІФИ І РЕАЛЬНІСТЬ» І.П. НЕУМИВАКІНА)
«Для лікування фіброми матки з кровотечами рекомендова-
но готувати наступні збори:**

1. Чистотіл великий (трава) 0,5 частини

Ожина (листя) – 1 частина

Калина (листя) – 2 частини

Грицики (трава) – 2 частини

1 ст. ложку збору залити 250 мл окропу, закрити, кип'ятити на водяній бані 2–3 хвилини, настояти 2 години. Пити протягом дня рівними частинами, бажано до їжі.

Частіше приймайте траву чистотілу, оскільки чистотіл має властивість зупиняти ріст пухлин (і доброякісних, і злоякісних), та він заспокоїливо діє на організм. Але дуже захоплюватись цією травою не варто, оскільки при невмілому застосуванні вона може нашкодити».

2. «Чистотіл великий (трава) – 1 частина

Деревій (квітки) – 0,5 частини

Кінський щавель (коріння) – 4 частини

1 ч. ложку збору залити 600 мл окропу, кип'ятити на водяній бані 3 хвилини, настояти 3 години. Можна застосовувати для ванночок або спринцювання. Збір має кровоспинну дію. Слідкуйте за точністю рецептури. Протипоказаний вагітним жінкам».

3. «Чистотіл великий (трава) – 1 частина

Календула (квітки) – 2 частини

Хвощ польовий – 1,5 частини

2 ч. ложки збору залити 250 мл окропу, закрити, настояти 40 хвилин. Робити клізми».

4. «Для лікування фіброми матки з кровотечами можна пити траву чистотілу, але в невеликих кількостях: 1 ч ложку без верху залити 300 мл крутого окропу. Пити краще з молоком 4–5 разів на день до їжі, не частіше ніж 1–2 рази на тиждень. Добре його приймати на ніч, оскільки він має заспокоїливу дію».

«При жовтяниці, пухлинах печінки рекомендовано приготувати такий збір:

Чистотіл великий (трава) – 2 ст. ложки

Крушина ламка (кора) – 4 ст. ложки

Всю суміш кип'ятити 12–15 хвилин, в 1 літрі води, настоювати 1 годину, поцідити, віджати і приймати весь відвар протягом доби за 5–6 прийомів.

Дітям давати по 50 мл 3–4 рази на день при захворюваннях печінки».

«При пухлинах селезінки, а також жовтяниці та інших захворюваннях печінки рекомендовано вживати такий збір:

Чистотіл великий (трава) – 2 ст. ложки
Коров'як скіпетроподібний (квітки) – 4 ст. ложки
Нагідки лікарські (квітки) – 4 ст. ложки
Шавлія лікарська (листя) – 4 ст. ложки
Верба ламка (молода кора) – 4 ст. ложки
6 ст. ложок збору кип'ятити 12–15 хвилин в 1 літрі води, настоювати 1 годину, процідити і приймати по 1 склянці 2–3 рази на день.
Дітям давати по 1–2 ст. ложки 2–3 рази на день».

«При пухлинах селезінки рекомендовано також вживати такий збір:

Чистотіл великий (порошок з листя) – 1 ст. ложка
Кропива пекуча (порошок з листя) – 1 ст. ложка
Подорожник ланцетний (порошок з листя) – 1 ст. ложка
Шавлія лікарська (порошок з листя) – 1 ст. ложка
Порошки ретельно змішати і зсипати в скляний посуд. Приймати суміш на кінчику ножа (біля 0,5 г) 3–4 рази на день, запиваючи медовою водою.
Дітям дають менші дози – 3 рази на день».

«Як протизапальний засіб при злоякісних новоутвореннях рекомендовано збору:

1. Чистотіл великий (трава) – 1 частина
Собача кропива (трава) – 2,5 частини
Календула (квітки) – 1 частина
Бузина чорна (квітки) – 1,5 частини
Омела біла – 3 частини
1 ст. ложку збору залити 300 мл окропу, закрити, кип'ятити на водяній бані 1 хвилину, настояти 40 хвилин. Пити в 2 прийоми, вранці та ввечері.
Якщо ви будете пити збір літом, то їжте більше капусти, моркви, кропу.

2. Чистотіл великий (трава) – 1,5 частини
Бузина чорна (квітки) – 0,5 частини
Лопух великий (коріння) – 1 частина
Лаванда (квітки) – 1 частина
Омела біла – 2 частини
1 ст. ложку збору залити 250 мл окропу, закрити, завернути в рушник і настояти 4 години. Пити в 2 прийоми, вранці і ввечері.
Збір також допомагає при побічних захворюваннях: шкіри та органів дихання. Знижує тиск.

РЕЦЕПТИ ЛІКУВАННЯ ЧИСТОТІЛОМ (з КНИГИ «ЛІКУВАННЯ ЧИСТОТІЛОМ» Л. КОСТІНОЇ)

Для профілактики раку, придушення інфекції, підвищення імунітету:

Пижмо, квіти – 1 ст ложка

Омела біла (з фруктових дерев) – 1 ст ложка

Чистотіл великий, трава (свіжа) – 2 ст ложки

Сировину залити 0,5 л води, довести до кипіння, настояти ніч, процідити. Пити протягом дня. Дозування підбирайте самі, орієнтуючись на самопочуття.

Від раку шлунка

1. Водний екстракт чистотілу великого – 15–20 мл

М'ятні краплі – 60 мл

Сироп (наприклад, шипшини) – 300 мл

Приймати по 6 ст. ложок на день

2. Одну столову ложку настою чистотілу великого поміщають в емальований посуд, заливають 1 склянкою окропу (200 мл), закривають кришкою і тримають на водяній бані 15 хв., потім проціджують, сировину віджимають. Отриманий настій розводять кип'яченою водою до 200 мл. Настій зберігати в прохолодному місці не більш двох діб.

Приймати по 1/2 – 1/3 склянки 2–3 рази на день за 15 хв. до їжі.

Папіломатоз шлунку

Вживати по 30–50 г подрібненого чистотілу великого усередину. Доброякісні поліпи шлунку і кишок відокремлюються.

Поліпоз

Сік кореня чистотілу великого – 200 г з'єднати з 200 мл горілки. Настояти 7 днів у прохолодному темному місці. Пити по 1 чайній ложці за 2 години до їжі кілька разів на день.

Можна використовувати саму рослину, хоча це менш ефективно. 1 чайна ложка чистотілу на склянку окропу. Настояти і пити по 1/4 склянки 2–3 рази на день. Такий варіант корисний при поліпі в носі і виліковує флегмонозну ангіну, якщо полоскати горло.

Лейкемія

Календула, квітки – 10 г

Татарнику, квітки – 10 г

Кропива дводомна, листя – 10 г

Чистотіл великий, трава – 10 г

Збір заварити літром окропу, настояти в щільно закритому посуді 8 годин, процідити. Зберігати в прохолодному місці.

Приймати по 2 ст. ложки 3 рази на день до їжі, розбавляючи перед уживанням прохолодною водою. Поки не скінчиться розчин дотримувати

вати строгої дієти: їсти тільки моркву, буряк, капусту, фрукти у свіжому чи сушеному вигляді.

При пухлинах різної локалізації

1. Подрібнити свіжу рослину чистотіл великий і залити спиртом на стільки, щоб змочити рослину. Через тиждень процідити. Приймати до їжі, починаючи з 20 крапель і закінчуючи 50 краплями, збільшуючи щодня на 1 краплю (чистотіл розбавляють перед вживанням столовою ложкою води).

2. Одну столову ложку чистотілу заварити склянкою окропу і пити по 1 столовій ложці протягом дня до їжі і між прийомами їжі. Такий же настій, витриманий у духовці чи термосі (4 години), пити вже по 200 г два рази на день ранком і ввечері.

3. 20 г кореневищ і коренів чистотілу подрібнити. Настояють 8 годин у 1 літрі води і п'ють по 0,5 склянки 3–4 рази на день.

При пухлинах печінки

Сік чистотілу великого, наполовину розведений горілкою приймати по 1 чайній ложці 3–4 рази на день, запиваючи водою.

Лікування шкіри, ураженої раком

Рекомендується в літню пору змазувати шкіру жовтогарячим соком чистотілу великого, а в зимовий час – уражені місця обмити міцним настоєм з висушеної трави, а потім прикласти марлеву пов'язку з маззю.

Рецепти приготування мазей:

1. Висушену траву розтирають у порошок, просівають через сито, змішують з гарячим розтопленої свинячим жиром чи вазеліном у рівних пропорціях і зберігають у холодному місці без доступу світла.

2. На частину свіжої трави беруть дві частини спирту, настоюють у темному місці 2 тижні, періодично струшуючи, проціджують, залишок віджимають. Отриманий екстракт змішують у пропорції 1:1 зі свинячим жиром чи вазеліном і тримають на киплячій водяній бані доти, поки спирт не випарується.

При лікуванні маззю всередину приймають по 10 крапель екстракту, розбавивши його в пропорції 1:3 горілкою чи спиртом, запивають 1/4 склянки соку подорожника.

3. Для лікування довго незагойних ран використовують свіжу мазь такого складу:

2 частини свіжої трави чистотілу великого

1 частина росички круглолистої

2 частини тільки квітучих верхівок звіробою звичайного

1 частина квіток календули лікарської (нагідки)

Усе ретельно розтирають, змішують, додають небагато рослинної

олії і змащують ватним тампоном, просоченим цією маззю.

При раку шкіри

На уражені ділянки накладають мазь у вигляді пов'язок:

1. Мазь зі свіжого соку чистотілу великого (1 частина) і вазеліну (4 частини). (Жовтий сік чистотілу великого змішують з вазеліном чи вершковим маслом і розтирають у ступці до утворення однорідної маси)

2. Мазь з порошку із сушеного чистотілу великого (1 частина) і вазеліну (1 частина). (Порошок змішують з вазеліном чи вершковим маслом і розтирають у ступці до однорідної маси)

3. Прикладають до хворого місця марлеву серветку, змочену в такому розчині:

- настояти в 200 мл води дрібно нарізану одну голівку часнику і 100 г календули лікарської (квіток); додати 200 г свіжого вижатого соку чистотілу великого, 200 г спирту, ложку березового гриба чаги, 200 г води, 30 г порошку кореня лепехи болотної; довести до кипіння; усе змішати; настояти 7–10 днів у темному місці, процідити і додати 1 столову ложку березового соку, очищеного дьогтю. Покласти наверх марлевої серветки целофан, одягнути старий одяг, змінювати пов'язку 3–5 разів до повного розсмоктування. Виходить легкий опік, у нижніх місцях буде чесатися 3 дні і загоїться.

4. Змащують ділянку хворої шкіри мазями:

- Сухий подрібнений чистотіл великий – 1 г
Вазелін – 4 г
Морквяний сік – 1 г

- Свіжий сік чистотілу великого – 1 частина

Вазелін – 4 частини

Мазі зберігати в скляній баночці з кришкою.

При раку матки

Півлітрову банку наповнюють подрібненою травою чистотілу великого травневого збору, заливають доверху горілкою і витримують 2 тижні. Потім ці 150 г концентрованої настоянки розбавляють 350 г горілки, довівши її обсяг до 0,5 л. Приймають 3 рази на день до їжі, хвилин за 10 до прийому відвару чи спиртової настоянки полину звичайного (чорнобильнику), капаючи з піпетки в 50-грамову чарку з водою (у перший тиждень по 10 крапель на чарку, у другу – 20 крапель, у третю – 30 крапель, а з четвертого тижня і до повного використання настойки – по 50 крапель).

Фіброміома матки

Для її лікування рекомендуються протипухлинні збори:

- Чистотіл великий, трава – 1 частина
Чебрець (материнка), трава – 1 частина
Кропива дводомна, листя – 1 частина
Звіробій звичайний, трава – 1 частина

Траву подрібнити, перемішати. Залити 2 столові ложки суміші двома склянками окропу. Настояти 20 хв. Процідити. Це порція на 2 дні.

Перший прийом – 1–2 ковтка після геркулесової каші, звареної на воді без солі, олії, цукру. Інше невеликими ковтками випити протягом дня. Відвар зберігати в холодильнику. Курс лікування – 2 тижні. Приймати при фіброміомі і папіломах.

- Череда, трава – 1 частина
Деревій – 1 частина
М'ята, листя – 1 частина
Календула, квітки – 1 частина
Чистотіл великий, трава – 1 частина
Звіробій, трава – 1 частина

Залити столову ложку збору склянкою окропу. Настояти 15 хв. Процідити. Пити по 0,5 склянки 3 рази на день протягом 2 місяців. Перерва – 3 місяці. Потім повторити. Рекомендується при фіброміомі і мастопатії.

Папіломатоз гортані

Змашувати папіломи гортані препаратом, що представляє собою випарену до консистенції сметани суміш соку настою чистотілу великого.

Папіломатоз кишок

Рідку кашкоподібну масу, подрібненої в м'ясорубці трави чистотілу великого (50 г маси розвести в 200–500 мл гарячої води) у вигляді клізми вводити на 30 хв. у товсту кишку один раз у два дні. Розпад і вихід папілом починається вже після 2–3 клізм.

Поліпи шлунково-кишкового тракту

Свіжу траву Чистотілу великого пропустити через м'ясорубку. Учетверо скласти марлю, віджати сік і змішати з горілкою – склянка на склянку. Дати постояти добу, час від часу струшуючи пляшку. П'ють по 1 чайній ложці 3–4 рази на день на порожній шлунок. Термін лікування не більш 3–4 місяців. При необхідності курс повторити на наступний рік.

Поліпоз товстої кишки

Необхідна доза стебел, листя чистотілу великого розтирається в ступці чи пропускається через м'ясорубку. Кашкоподібну масу заливають гарячою кип'яченою водою (70–80 °С) у співвідношенні 1:10, після остигання вводять суміш клізмою, попередньо за 2–3 години роблять звичайну клізму. Лікувальну клізму треба тримати 1–2 години. Потрібно 10–12 клізм через день чи кожен день кожні 2–3 місяця. Лікування проводиться під спостереженням лікаря.

Від висячих родимок (невусів)

1 курс – 10–20 днів клізми з 1 чайною ложкою соку чистотілу великого. Відпочинок 15–20 днів.

2 курс 10–20 днів клізми з 1 столовою ложкою соку чистотілу великого. Відпочинок 15–20 днів.

3 курс – 10–20 днів клізми із соком чистотілу великого (дозування збільшують на одну чайну чи столову ложку по самопочуттю).

Кількість курсів теж по самопочуттю, але не більш 4 підряд. Потім зробити перерву на місяць і повторити, а краще провести подібний цикл із трохи більшим дозуванням. Повторити на наступний рік.

У багатьох людей після курсу клізм із чистотілом виникає закріплення кишківнику. Для цього є варіанти вживання їжі з клітковиною, салатами з живих свіжих яблук, моркви, буряка, чай з крушиною. Зникнення невусів виступає, як показник наявності і зникнення поліпів у товстому кишківнику.

Мастит

Змащувати рясно соком чистотілу великого тріщини сосків і самі груди 3–4 рази з проміжком у часі 2–3 хвилини через 1–2 години. Можна приймати усередину за 10–15 хв. до їжі 3 рази на день по 1 столовій ложці, розбавивши водою.

Збір при фіброміомах матки і при кістах яєчників

Цикорій звичайний, корінь – 2 частини

Кропива дводомна, листя – 5 частин

Подорожник великий, листя – 5 частин

Шипшина корична, плоди – 3 частини

Горець перцевий, трава – 2 частини

Чистотіл великий, трава – 2 частини

Обліпіха грушоподібна, листя – 3 частини

Нагідки лікарські (календула лікарська), квітки – 4 частини

Ромашка аптечна, квітки – 4 частини

Черемшина звичайна, квітки – 1 частина

Одну столову ложку суміші трав залити в термосі 1 склянкою окропу, настояти 4–6 годин, процідити. Приймати усередину в теплом вигляді по 1/4 склянки 3 рази на день за одну годину до їжі.

Курс лікування – 1 місяць, перерва – 2 тижня, потім другий курс і провести таких мінімум 3 курси. Лікування проводиться під контролем

лікаря. Кількість курсів строго індивідуально.

Перешкоджає розростанню метастазів

Столову ложку подрібненого збору чистотілу великого, кропиви дводомної і календули лікарської (рівні частини) залити склянкою окропу, настояти в термосі. Приймати 0,5 склянки ранком натще, а іншу половину склянки до вечері.

Доброякісні пухлини (міома і мастопатія)

Залити 1 столову ложку з верхом чистотілу великого склянкою горілки. Настояти 15 днів. Процідити. Приймати, розчинивши в пів склянці холодної кип'яченої води натще:

1-й день – 1 крапля

2-й день – 2 краплі

3-й день – 3 краплі і далі до 15 крапель

Якщо на 3-й чи 4-й день виникне нездужання, то змінити дозування на інше:

3-й день – 3 краплі

4-й день – 3 краплі

5-й день – 4 краплі

6-й день – 4 краплі і далі ідентично.

При запамороченні, болі в серці і підвищенні температури приймати по 1–2 краплі протягом 7 днів, поки самопочуття не нормалізується.

З 16 дня протягом місяця (чи 1,5 місяця, якщо пухлина велика) приймати по 15 крапель. Жінкам з малою вагою достатня доза – 10 крапель. Потім зниження їхньої кількості до однієї краплі щодня. Таким чином, курс лікування – 60–75 днів. При необхідності курс можна повторити через 2 місяці. Третій курс проводити через 6 місяців після закінчення другого.

При захворюванні шлунку може з'явитися печія. У цьому випадку рекомендується виключити молочні продукти і бажано перед лікуванням настоянкою чистотілу великого провести курс лікування гастриту.

Гарною ознакою при лікуванні може служити легке поколювання в області пухлини.

ЗБОРИ, ЩО ЗАСТОСОВУЮТЬСЯ ПРИ ХВОРОБАХ ПЕЧІНКИ

1. Чистотіл великий, трава – 1 частина

Ромашка аптечна, квіткові кошики – 1 частина

Вахта трилиста, листя – 1 частина

Столову ложку суміші залити склянкою окропу, настояти годину, процідити. Приймати по 0,5 склянки через годину після їжі – ранком і ввечері.

2. При болях у печінці

Чистотіл великий, трава – 2 частини

Кульбаба лікарська, корінь – 4 частини

Горець пташиний (спориш), трава – 3 частини

Кукурудза, рильця – 3 частини
Звіробій продірявлений, трава – 4 частини
Аніс звичайний, плоди – 2 частини
Фіалка триколірна, трава – 2 частини

Ложку суміші заливають склянкою окропу, кип'ятять 30 хвилин, охолоджують 10 хвилин, проціджують. Приймають по 0,5 склянки 3 рази на день за 15–20 хвилин до їжі.

3. Кульбаба, корінь – 2 частини
Деревій, трава – 2 частини
Лепеха, корінь – 1 частина
Чистотіл великий – 1 частина

Столову ложку збору заливають склянкою води, кип'ятять на водяній бані 15 хвилин, настоюють 30 хвилин, проціджують. П'ють по 1/3 склянки 3 рази на день перед їжею.

При гепатитах і болях в ділянці печінки

Чистотіл великий, трава – 15 г
Вахта трилиста, листя – 15 г

Столову ложку подрібненої сировини заливають склянкою гарячої води, кип'ятять на водяній бані 15 хвилин, охолоджують 45 хвилин, проціджують і доводять обсяг настою кип'яченою водою до 200 мл. Приймають по 1 склянці настою ранком і ввечері через 1 годину після їжі.

При недостатнім виробленні жовчі в печінці

Чистотіл великий, трава – 1 частина
Кульбаба лікарська, корінь – 1 частина
Горець пташиний (спориш), трава – 1 частина
Кукурудза, рильця – 2 частини
Звіробій продірявлений, трава – 1 частина
Аніс звичайний, плоди – 1 частина

Примати у вигляді відвару по 0,5 склянки 3 рази на день за 30 хвилин до їжі.

При гепатитах

1. Чистотіл великий, трава – 20 г
Золототисячник, трава – 20 г
Кульбаба, корінь – 25 г

Столову ложку збору залити склянкою окропу, варити 15–20 хвилин, процідити. Пити в три прийоми протягом дня.

2. Ромашка аптечна, квітки – 10 г
Солодець голий (солодка), корінь – 10 г
Звіробій, трава – 10 г
Чистотіл великий, трава – 10 г
М'ята перцева, трава – 20 г

Столову ложку залити склянкою окропу, кип'ятити 5–7 хвилин, настояти, процідити. Пити по склянці відвару 2 рази на день перед їжею.

При вірусному гепатиті

Болгарські лікарі рекомендують 8 г (майже 4 столові ложки) чистотілу великого на склянку окропу.

При гепатитах і холециститах

1. Чистотіл великий, трава – 1 частина
Золототисячник, трава – 1 частина
Кукурудзяні рильця – 2 частини
Льонок звичайний, трава – 2 частини
Кмин, квітки – 3 частини

Столову ложку залити склянкою окропу, настояти 30 хвилин, процідити. Пити по 100 г 3 рази на день за 30 хвилин до їжі.

2. Безсмертник, квітки – 3 частини
Кукурудзяні рильця – 2 частини
Льонок звичайний, трава – 1 частина
Золототисячник, трава – 1 частина

Столову ложку залити склянкою окропу, настояти 30 хвилин, процідити. Пити по 0,5 склянки відвару 3 рази на день за 30 хвилин до їжі.

При гепатитах з порушенням кровообігу і набряками

- Адоніс весняний – 20 г
Хвощ польовий, трава – 30 г
Деревій звичайний, трава – 30 г
Чистотіл великий, трава – 20 г

Приймати по 0,5 склянки відвару 2 рази на день за 30 хвилин до їжі.

При холециститі, жовчокам'яній хворобі (Л.Р. Пастушков)

- Календула лікарська, квітки – 10 г
Кукурудза звичайна, стовпчики з рильцями – 10 г
М'ята перцева, листя – 10 г
Кульбаба лікарська, корені – 10 г
Пижмо звичайне, квітки – 10 г
Полин гіркий, трава – 10 г
Ромашка аптечна, трава – 10 г
Фенхель звичайний, плоди – 10 г
Цмин піщаний, квітки – 10 г
Чистотіл великий, трава – 10 г

Приймати настій по 1/2–1/3 склянки 3 рази на день за 30 хвилин до їжі.

При жовчокам'яній хворобі

1. Горіць пташиний, трава – 15 г
Звіробій продірявлений, трава – 20 г
Кукурудза звичайна, стовпчики з рильцями – 15 г
Кульбаба лікарська, корені – 20 г
Фіалка триколірна, трава – 10 г

Чистотіл великий, трава – 10 г

Цмин піщаний, квітки – 10 г

Приймають відвар по 1/2–1/3 склянки на день за 30 хвилин до їжі.

2. Чистотіл великий, трава – 50 г

М'ята перцева – 50 г

Дві столові ложки залити склянкою окропу, парити 30 хвилин, процідити. Приймати по 0,25–1 склянці ранком і ввечері.

3. Чистотіл великий, трава – 1 частина

Кульбаба, корінь – 2 частини

Горець пташиний, трава – 1 частина

Кукурудзяні рильця – 1 частина

Звіробій, трава – 2 частини

Фіалка триколірна, трава – 1 частина

Аніс звичайний, плоди – 1 частина

Столову ложку залити склянкою окропу, кип'ятити 30 хвилин на водяній бані, остудити, процідити. Пити по 50 г відвару 3 рази на день за 30 хвилин до їжі.

4. Чистотіл великий, трава – 10 г

Кульбаба лікарська, корінь – 20 г

Горець пташиний, трава – 15 г

Кукурудза, рильця – 15 г

Звіробій продірявлений, трава – 20 г

Аніс звичайний, плоди – 10 г

Фіалка триколірна, трава – 10 г

Приймати по 1/2–1/3 склянки відвару 3 рази на день за 30 хвилин до їжі при жовчокам'яній хворобі.

5. Жостір ламкий (крушина вільховидна), кора – 10 г

Фенхель, плоди – 10 г

Цмин піщаний, квітки – 10 г

М'ята перцева, листя – 20 г

Деревій, трава – 10 г

Полин гіркий – 10 г

Чистотіл великий, трава – 5 г

Дві столові ложки залити склянкою окропу, парити 30 хвилин, процідити. Приймати по склянці відвару ранком і ввечері.

6. Крушина ламка, кора – 2 частини

Кульбаба лікарська, корінь – 2 частини

Барбарис сибірський, листя, плоди, корені – 2 частини

Фенхель звичайний, плоди – 2 частини

Кукурудзяні рильця – 4 частини

Володушка золотиста (ласкавець) – 4 частини

Звіробій звичайний, трава – 3 частини

Зубчатка пізня, трава – 2 частини

Нагідки лікарські, квітки – 3 частини

М'ята польова, трава – 3 частини

Чистотіл великий, трава – 2 частини

Ромашка аптечна, квітки – 3 частини

Пижмо звичайне, квіткові кошики – 2 частини

Дві столові ложки суміші засипати в термос, залити 0,5 л киплячої води, настояти протягом 6–8 годин, процідити. Приймати усередину в теплому вигляді по 0,5 склянки настою 4 рази на день за 20–30 хвилин до їжі. Тривалість лікування залежить від важкості захворювання. Лікування може продовжуватися 2–3 місяця.

При жовчокам'яній хворобі і захворюваннях жовчовивідних шляхів

Цмин піщаний, квітки – 10 г

Кукурудзяні стовпчики з рильцями – 10 г

Ромашка аптечна, квітки – 10 г

Кульбаба лікарська, корінь – 10 г

Фенхель звичайний, плоди – 10 г

Полин гіркий, трава – 10 г

Календула лікарська, квітки – 10 г

М'ята перцева, трава – 10 г

Пижмо звичайне, квітки – 10 г

Чистотіл великий, трава – 10 г

Приймати по 1/2–1/3 склянки відвару 3 рази на день за 30 хвилин до їжі.

Жовчогінний засіб

Цмин піщаний, квітки – 2 частини

Чистотіл великий, трава – 1 частина

М'ята перцева, трава – 1 частина

Приймати по 0,5 склянки 2 рази на день ранком і ввечері.

При холециститі, холангіті

Чистотіл великий, трава – 20 г

Волоський горіх, листя – 20 г

Цикорій, корінь – 20 г

Столову ложку залити склянкою окропу, настояти 30 хвилин, процідити. Приймати по 3/4–1 склянки за 20 хвилин до їжі.

При холецистопатії

Перстач гусячий – 30 г

Чистотіл великий, трава – 30 г

М'ята перцева, листя – 30 г

Меліса лікарська, листя – 30 г

Столову ложку залити склянкою окропу, настояти, процідити. Пити

гарячим по 1–2 склянки на день.

Для підтримки регулярного стулу при гепатитах

Жостір ламкий (крушина вільховидна), кора – 20 г

Вахта трилиста, листя – 15 г

Горечанка жовта, корені – 15 г

Чистотіл великий, трава – 15 г

Кульбаба лікарська, трава – 15 г

М'ята перцева, листя – 15 г

Приймати по 1/2–2/3 склянки відвару 3 рази на день за 30 хвилин до їжі.

При дискенеії жовчних шляхів і при хронічному холециститі

Береза біла, бруньки – 2 частини (40 г)

Цмин піщаний, квітки – 5 частин

Звіробій продірявлений, трава – 5 частин

Суниці лісові, трава – 3 частини

Льон посівний, насіння – 3 частини

Яловець звичайний, ягоди – 2 частини

М'ята перцева, трава – 3 частини

Чебрець, трава – 5 частин

Чистотіл великий, трава – 4 частини

Щовечора 2–3 столові ложки збору засипати в термос (0,5 л), завити крутим окропом, наступного дня випити весь настій у теплому вигляді за 3–4 прийоми за 20–30 хвилин до їжі.

При гіперформі дискенеії жовчних шляхів зі спазмами

Перстач гусячий, трава – 1 частина

Чистотіл великий, трава – 1 частина

М'ята перцева, трава – 1 частина

Столову ложку суміші заливають 200 мл гарячої води, кип'ятять на водяній бані 15 хвилин, настоюють 30 хвилин, проціджують і доводять об'єм настою кип'яченою водою до 200 мл. П'ють по 1–2 столові ложки гарячого настою на день.

При хронічному панкреатиті з жовчокам'яною хворобою

Аніс, плоди – 1 частина

Чистотіл великий, трава – 1 частина

Кукурудзяні рильця – 1 частина

Кульбаба, корінь – 1 частина

Горець пташиний, трава – 1 частина

Звіробій звичайний, трава – 1 частина

Фіалка триколірна – 1 частина

Три столові ложки суміші заливають 600 мл гарячої води, кип'ятять на водяній бані 30 хвилин, настоюють 10 хвилин, проціджують. Приймають у теплому вигляді по 1 склянці 3 рази на день за 20–30 хвилин до їжі.

ПІСЛЯМОВА

Рецептів оздоровлення і лікування чистотілом тільки в двох згаданих книгах безліч. Ми згадали 1/10 з цих рецептів, які допомагають боротися з пухлинами, лікувати органи і системи. В статті перераховані рецепти, які в майбутньому планується включити у друге розширене видання книги А.І. Потопальського «Препарати чистотілу в біології і медицині» (з першим виданням можна ознайомитися на сайті за посиланням <http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/books.html>). Сподіваємося, що наші зусилля в ознайомленні з «Дарунком неба» і з Другом людини – чистотілом великим стануть в пригоді багатьом читачам, і бажаємо, щоб це було тільки з профілактичною метою.

19 жовтня 2024 року виповнилося 65 років створення «Амітозину» – препарату на основі чистотілу з протипухлинною, протівірусною, імунорегулюючою дією. «Амітозин» відкрив серію протипухлинних препаратів, здатних перемогти такого смертоносного монстра, як РАК. Тому для минулорічного ювіляра – «Амітозину» необхідно додати слова «Амітозин – Переможець передчасної смерті».

Заявки на його придбання просимо направляти на електронну адресу та фейсбук Інституту оздоровлення і відродження народів України. Наявність завчасного повідомлення викликана недостатніми можливостями лабораторної бази для його виготовлення. Просимо мобілізуватися усіх однодумців і прихильників, здорових і хворих, ентузіастів і тугодумів, заслужених і невизнаних. Ключі від перемоги над, так званими невиліковними хворобами, у наших колективних руках. Моя частина, як автора винаходу (А.І. Потопальський) створення, доведення до досконалості, клінічного випробовування і перспектив раціонального використання ЗРОБЛЕНА! Також вона оформлена необхідною документацією для негайної реалізації практичними лікарями. Дослідження по Амітозину і по інших його аналогів і похідних в свій час були номіновані на Нобелівську премію. Наш колектив в силу обставин сильно порідів. В нинішній період необхідна посилена невтомна праця великого колективу ентузіастів і послідовників на стадіях виготовлення і застосування Амітозину. Тому закликаю переключити питання «Де взяти Амітозин?» чи «Де купити Амітозин?» на «Я можу допомогти конкретно: організаційною, фінансовою, кадровою (лікарі, хіміки, фізіологи, хіміотерапевти, імунологи тощо), територіальною (лабораторія, виробництво) і публікаційною (видавництво книг, брошур), юридичною допомогою». Не пустослівними обіцянками, яких за ці 65 років було занадто багато. А бажаючи прихопити, збагатитися і зникнути з горизонту разом з препаратом, як в Україні, так і за кордоном, було ще більше. Поки що чемпіон серед потоку брехні не встановлений, тому намагання продовжуються, замість того, щоб організувати ГУРТ цілеспрямованих однодумців і послідовників, які б взяли на себе всі ініціативи, виробництво, реалізацію і фінансування перспективних і не токсичних оригінальних препаратів. Загальна біда часто об'єднувала і

гуртувала на раціональне оздоровлення, лікування і виживання в групі, так званих «приречених хворих». Тому це можливо тільки впевненим у своїй перемозі, загартованим у біді і невдачах українців. Наразі послідовників для виконання нагальних масштабних завдань замало.

Характеристики препарату П.І. Потопальського «Амітозин» дивіться на сторінках 67–68 (на обкладинці).

Використані джерела інформації:

1. І.П. Неумивакін «Чистотіл. Міфи і реальність» (рос.)– М.-С.-Пб «ДИЛЯ» – 2007.
2. Л.О. Костіна «Лікування чистотілом» (рос.)– С-Пб «СДС» - 1999.
3. А.І. Потопальський «Препарати чистотілу в біології і медицині» (наукове видання рос.мов., Академія наук України, Інститут молекулярної біології і генетики) – К., «Наукова думка» - 1992.

РЕЦЕПТИ ОЗДОРОВЛЕННЯ І ПРОФІЛАКТИКИ З ЧИСТОТІЛОМ ВЕЛИКИМ ВІД КОРИФЕЇВ БІОЛОГІЇ І МЕДИЦИНИ

Ні для кого не секрет, що онкологічні захворювання в світі займають перші місця в світових рейтингах серед найпоширеніших захворювань. Нажаль, збіднення і неспроможність значної кількості населення нести непомірні витрати на придбання дорогих ліків та віддаленість спеціалізованих лікувальних установ, особливо для жителів сільських місцевостей, часто стає причиною небажання звертатися і запізнення звернень онкохворих до висококваліфікованих лікарів-онкологів. Також не слід забувати про інші численні захворювання, які в майбутньому без лікування можуть перетворитися в хронічні і злоякісні. Тому, для своєчасного користування і лікувально-профілактичних заходів, наводимо оригінальні оздоровчо-лікувальні методи і рецепти відомих 4-х фітотерапевтів, науковців, колег і друзів А.І. Потопальського, троє з яких давно перейшли в потойбічні світи. Але своїми розробками вони залишились в пам'яті теперішнього, і, сподіваємося, наступних поколінь. Це прославлені відомі фітотерапевти, такі як:

– **Федір Іванович Мамчур** (1924–1996 рр.) – доктор медичних наук, професор-уролог, учений-фітотерапевт, автор циклу книг і довідників про лікування рослинами, лауреат Державної премії України в галузі науки і техніки, Заслужений винахідник, завідувач курсу урології (1982–1985 рр.) у Івано-Франківському національному медичному університеті, розробник багатьох лікарських препаратів і всім відомого препарату «Уролесан», який надовго пережив свого автора. Народився у 1924 р. в с. Івахнівці Хмельницької області у, ветеран і інвалід Великої

вітчизняної війни. В минулому 2024 р. йому сповнилося 100 років.

– **Григорій Костянтинович Смик** (1939-2010рр.) – доктор біологічних наук, професор, науковець, травознай-енциклопедист, цілитель, уродженець Поліської глибинки (с. Червінка біля древнього Овруча).

– **Григорій Михайлович Приймак** – вчений-агроном, почесний пасічник України, член Національної спілки журналістів України, академік Української Академії Наук. Народився у 1937р. в с. Лозуватка Дніпропетровської області. Пішов з життя перед українсько-російською війною 2022р.

I, живий, активно працюючий:

– **Йосип Васильович Гриб** – інженер-хімік технолог за спеціальністю «біосинтез біологічно-активних речовин», доктор біологічних наук, працює професором кафедри Національного університету водного господарства та природокористування (Рівне), має офіційну атестацію по фітотерапії, учень одного з найвідоміших у світі фітотерапевтів-цілительів І.М. Носаля. Народився у 1940 р.в Польщі.

Найґрунтовніше матеріал про лікарське застосування чистотілу великого викладено в монографії А.І. Потопальського, яку можна знайти за посиланням (<http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/books.html>), монографіях журналу «Квіти України» за 2024р. №1 та 2 (див. <http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/dendropark.html#pasika>), і в наших попередніх публікаціях за 2024р. в журналах «Пасіка» №9 і 12 (див. <http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/dendropark.html#pasika>).

З великого спадку Ф.І. Мамчура про використання чистотілу великого (з книги «Фітотерапія в урології» – 3-є видання, перероблене і доповнене – К.: Здоров'я, 1991)

Перед цитуванням книги, один з авторів згадує, як до всесвітньо відомого професора-уролога і хірурга Ф.І. Мамчура вишукувалися під дверима його кабінету на кафедрі урології довгі черги урологічних хворих, і особливо імпотентів. Він прогнозував велике майбутнє народній фітотерапії в поєднанні з офіційною медициною, тому в його доробку 16 монографій фітотерапії урологічних захворювань. З ним активно співпрацював А.І. Потопальський (один з авторів статті) ще з Івано-Франківського медінституту в період клінічних випробувань препарату «Амітозин» серед хворих з доброякісними і злоякісними пухлинами і запальними процесами сечостатевої системи.

Рецепт для лікування хронічного циститу, особливо лейкоплакії: «1 столову ложку порізаної рослини (чистотілу великого) настоюють 2 години в 1 склянці окропу. П'ють настій по 100 мл тричі на день після їди протягом 2–3 тижнів. Після десятиденної перерви курс лікування можна повторити...»

«Свіжий сік з трави чистотілу має їдкі властивості і ним користуються для видалення бородавок, інсталяцій сечового міхура при виразковому циститі і лейкоплакії. Прийнятий всередину, він діє як сильний сечогінний і проносний засіб. Водні настої трави використовують у суміші з іншими рослинами як сечогінний засіб. Слід остерігатися тривалого лікування ними у великих дозах...»

Про лікування хронічного пієлонефриту у дітей: «Лікарські рослини дуже вигідно відрізняються від хіміотерапевтичних препаратів широким діапазоном між терапевтичною і токсичними дозами і, як правило, не викликають шкідливих явищ, добре переносяться хворими. Більшість лікарських рослин мають політерапевтичні властивості. Наприклад, лікарські рослини, що застосовуються при лікуванні хронічного пієлонефриту, одночасно впливають і на супровідні захворювання. Так, ... чистотіл поліпшує еритроцитопоез....Тривале застосування лікарських рослин дає можливість не тільки знизити запальні процеси, досягти дезінтоксикаційного ефекту, а й до певної міри відновити втрачені або порушені функції нирок і сечових шляхів. Лікарські трави використовують у відповідних поєднаннях з метою різнобічного їх впливу на організм хворої дитини. До збору входять трави, що стимулюють діурез (листя чорниці, трава хвоща польового, листя берези, трава триколірної фіалки, трава гризника), мають бактерицидні, кровоспинні властивості (деревій, грицики, чистотіл, золотарник, звіробій, кропива, перстач гусячий і прямостоячий тощо). Дуже важливо вводити до складу рослинних сумішей трави, які мають регенеративні властивості (календула, підбіл, лепеха, чорнобильник, ромашка, пижмо, перстач). При больовому синдромі доцільно призначати шишки хмелю, насіння дикої моркви, траву пустирника, ромашку, звіробій та сушеницю болотяну....»

Рецепт для лікування щавлевокислого літіазу: Для лікувального збору беруть рослинну сировину «Трави споришу – 120 г, трави чистотілу, квітів деревію – по 20 г. Змішати, 3 повні столові ложки суміші залити на ніч 3 склянками теплої води, вранці прокип'ятити, охолоджувати протягом 10 хв., процідити. Приймати по 1 стол. ложці протягом дня.

При хронічному дифузному гломерулонефриті, застосовуючи гідротерапію, для підсилення кровообігу, виділення з організму недоокислених і токсичних продуктів обміну призначають збір: трава чистотілу великого, трава золотарника, трава фіалки триколірної, листя берези, насіння льону – по 20 г кожного. 2 столові ложки суміші залити на ніч 1 склянкою окропу і настоювати 10–12 годин, вранці додати ще 1 склянку перевареної води і прокип'ятити 15 хв. Відвар процідити і додати 1–2 столові ложки меду, розмішати і випити протягом дня за 4–5 прийомів.

**Рецепти Г.К. Смика з використанням чистотілу великого
(з книги «У природі й на городі. Зелена аптека України» –
К.: «Урожай», 1990)**

Для видалення бородавок та інших виростів (кондилом) на шкірі, вузли на руках доярок: Найкращим засобом вважається сік з кореня й стебла чистотілу. Особливо ефективний вплив соку чистотілу у дітей. Курс лікування полягає у три-, чотириразовому змащуванні бородавок і кондилом соком щодня або через день. Добрі наслідки вже можуть бути після 7–10 змащувань; іноді це треба робити протягом двох тижнів.

Для лікування вовчого лишая і корости: Для цього використовують мазь, яку готують з 15 мл соку чистотілу і 10 г смальцю. Уражені ділянки змащують двічі на день. Курс лікування триває 2–3 місяці.

При ангіохолециститах та як потужний жовчогінний засіб: Детальні дослідження, проведені в госпітальній клініці Київського медичного інституту під керівництвом академіка В.Н. Іванова, показали, що чистотіл є добрим жовчогінним засобом, навіть кращим за цмин, шипшину, кукурудзяні стовпчики і березові бруньки. Використовували настій трави чистотілу: 3г на 200 мл води. Його вживали теплим по третині склянки за годину до їжі тричі на день протягом 20–30 днів. Добрі наслідки таке лікування дає при ангіохолециститах.

**Рецепти Г.М. Приймака з використанням чистотілу великого
(з книги «Фітотерапія 250 лікарських рослин в народній
медицині» – К.: «Альтерпрес», 2016)**

При новоутвореннях на шкірі, поліпах прямої кишки та інших органів, раку зовнішніх органів: «1 столову ложку сухої подрібненої трави чистотілу заливають у термосі склянкою окропу, настоюють 1–1,5 години, проціджують і п'ють по 1–2 столовій ложки 3 рази на день за 20–30 хв. до їди. Також місцево застосовують настій і сік чистотілу.»

При раку шкірі, лишаях, фурункулах, екземах, для промивання довго незаживаючих ран: «5 столових ложок сухої подрібненої трави чистотілу заливають 1 л перевареної води, кип'ятять 10 хв., настоюють 1–2 години, проціджують і використовують у вигляді компресів.»

При раку шкіри, для виведення мозолів, лікування псоріазу, екзем, туберкульозу шкіри, бородавок та ін.: «змащують уражене місце соком чистотілу 2–3 рази на день».

Як протирадіаційний напій: «виготовити настоянку свіжого соку трави чистотілу великого на горілці (1:1) три рази на день по 10–15 крапель за 30 хв. до їди».

Рецепти Й.В. Гриба з використанням чистотілу великого (з книги «Лекарственные растения против онкологических заболеваний» – К.: Пресса Украины, 2012)

При раку язика: Готують фітозбір з таких трав: підмаренник чіпкий (суцвіття), чорногोलівка звичайна (трава), багно болотяне (трава), кропива дводомна (трава), айр болотній (корінь), тополь чорний (бруньки, молоді гілки), чистотіл великий (трава), береза бородавчата (бруньки). Кожної рослини з названих взяти 1 столову ложку і суміш ретельно перемішати. З суміші взяти 5 ст. ложок збору залити 1 л окропу, настояти 1 годину, потім довести до кипіння, дати вистигнути, відцідити, віджати, і приймати по 0,5 стакана 3–4 рази на день, затримуючи в роті на 3 хвилини.

Можлива спиртова настоянка з фітозбору (1:10), приймати по 1 ч. ложці 2 рази на день під язик.

При раку шлунку: Готують фітозбір з трав: овес посівний (зерно зелене молочної стиглості), горець пташиний (трава), алтей лікарський (трава), солодка гола (корні), нагідки лікарські або календула (квіти), звіробій (квіти), яснотка біла (трава), фіалка трьохколірна (трава), чистотіл великий (трава), пижмо звичайна (трава), лопух великий (коріння), тополь чорний (бруньки), тисячолістник (деревій), хмель звичайний (шишки), душиця звичайна (трава), буквиця лікарська (трава), герань кроваво-червона, омела біла (листя), чина чорна (трава), кропива дводомна, горобина звичайна (плоди), подорожник великий (насіння), брусниця (трава), меліса лікарська (трава). Взяти в рівних частинах рослину подрібнену сировину, перемішати і з цієї суміші 5 столових ложок збору залити 1 л окропу, настояти 1 годину, далі довести до кипіння, дати охолонути, відцідити, пити по 2/3 склянки 3–4 рази на день за 20 хвилин до їжі.

При раку шкіри: Готують фітозбір з рослин: ялівець звичайний (плоди), нагідки лікарські (квітки), хвощ польовий (трава), кропива дводомна (трава), чистотіл великий (трава), золототисячник малий (трава), лопух великий (коріння), брусниця (трава), яснотка біла (трава), подорожник великий (насіння), шавлія лікарська (трава), береза бородавчата (листя), скумпія звичайна (листя), чистець болотяний (трава), жовтозілля звичайне (трава). Взяти в рівних частинах рослину подрібнену сировину, перемішати і з цієї суміші 5 столових ложок збору залити 1 л окропу, напарити і приймати 3 рази на день за 20 хвилин до їжі по 2/3 склянки.

ПОПЕРЕДЖЕННЯ: суворо дотримуйтеся рекомендацій лікарів при вживанні препаратів чистотілу, показань і протипоказань до застосування!

ПІСЛЯМОВА

На заключення процитуємо слова визнаного корифея медицини ХХ століття в галузі урології, хірургії і фітотерапії **Ф.І. Мамчура** в на-

станову вузькопрофільним медичним фахівцям: «Фітотерапія при всій своїй давності – не застарілий метод лікування, він відповідає сучасним вимогам медицини...Лікування лікарськими рослинами успішно витримало перевірку часом. Лікарська флора, незважаючи на величезні успіхи хімії у створенні синтетичних лікувальних препаратів, продовжує залишатися і в наш час цінним, ефективним засобом, який цілком відповідає вимогам сучасної наукової медицини. Фітотерапія загалом направлена на стимулювання всього організму, як і лікувальне харчування, курортне лікування, і є не лише симптоматичним, а й патогенетичним засобом лікування....У сучасній терапії вплив на відповідні фізіологічні процеси і на весь організм здійснюється значною мірою за допомогою чужорідних людському організмові агентів. Майже всі ці агенти більш чи менш токсичні. При фітотерапії вплив на фізіологічні процеси здійснюється шляхом природних, більш властивих організмові речовин, що беруть участь як споріднені агенти в обміні речовин. А тому при лікуванні лікарськими рослинами алергічні ускладнення порівняно нечасті» [1].

Використані джерела інформації:

1. Ф.І. Мамчур «Фітотерапія в урології» - 3-є видання, перероблене і доповнене – К.: Здоров'я, 1991.
2. Г.К. Смик «У природі й на городі. Зелена аптека України» - К.: «Урожай», 1990.
3. Г.М. Приймак «Фітотерапія 250 лікарських рослин в народній медицині» - К.: «Альтерпрес», 2016.
4. Й.В. Гриб «Лекарственные растения против онкологических заболеваний» – К.: Пресса Украины, 2012.

З повагою і любов'ю до своїх читачів

А.І. ПОТОПАЛЬСЬКИЙ,

кандидат медичних наук, доцент,

професор Європейської академії проблем людини,

директор Інституту оздоровлення і відродження народів України

та Благодійного фонду «Небодарний цілитель»,

заслужений винахідник України,

керівник «Центру духовного відродження та оздоровлення

людини і довкілля» на базі Національного університету

біоресурсів і природокористування України,

старший науковий співробітник Інституту молекулярної біології

і генетики Національної Академії наук України,

О.І. ВАСИЛЕНКО,

заступник директора Інституту оздоровлення і

відродження народів України та

Благодійного фонду «Небодарний цілитель»

Електронна пошта для листів: Labmsbar@gmail.com

Сайт: <https://www.potopalsky.kiev.ua/ua/index.html>

Уквітчані медоноси – цілителі (II частина). – А.І. Потопальський, О.І. Василенко. – К. – 2025. – 68 с.

Дану книгу видано до 65-ліття одержання протипухлинного, противірусного та імунорегуючого препарату «АМІТОЗИН», автор препарату «АМІТОЗИН» – Анатолій Іванович Потопальський, кандидат медичних наук, доцент, професор Європейської академії проблем людини, директор Інституту оздоровлення і відродження народів України та Благодійного фонду «Небодарний цілитель», заслужений винахідник України, керівник «Центру духовного відродження та оздоровлення людини і довкілля» на базі Національного університету біоресурсів і природокористування України, старший науковий співробітник Інституту молекулярної біології і генетики Національної Академії наук України.

У книзі подано матеріали Анатолія Івановича Потопальського та Олени Іванівни Василенко (заступника директора Інституту оздоровлення і відродження народів України та Благодійного фонду «Небодарний цілитель») про цілющі властивості медоносних рослин, наведено рецепти для лікування та профілактики утворення пухлин та інші рецепти, які дозволять людині оздоровитися.

Для садівників, бджолярів та всіх, хто хоче більше дізнатися про медоносні рослини та їхні цілющі властивості.

ЗМІСТ

ПРО АВТОРА ПРОТИПУХЛИННОГО ПРЕПАРАТУ «АМІТОЗИН»	4
УКВІТЧАНІ МЕДОНОСИ – ЦІЛИТЕЛІ З ДЕНДРОПАРКУ ДОКТОРА А.І. ПОТОПАЛЬСЬКОГО «ПЕРЕМОГА»	7
Красуня незрівнянна – <i>Черемха</i>	7
Вона <i>Медунка</i> – і все цим сказано.	17
<i>Яглиця звичайна</i> – медонос, ліки, їжа	23
Сонячна <i>калюжниця</i> – болотна зірка	29
<i>Підліска (печіночниця) звичайна</i> – блакитні очі лісу	34
<i>Барвінок (Vinca)</i> – одна з найулюбленіших чарівних і казкових рослин українців	38
65 РОКІВ ОДЕРЖАННЯ ПРОТИПУХЛИННОГО, ПРОТИВІРУСНОГО ТА ІМУНОРЕГУЛЮЮЧОГО ПРЕПАРАТУ А.І. ПОТОПАЛЬСЬКОГО «АМІТОЗИН»	44
І знову про Дарунок неба – <i>Чистотіл</i>	44
Рецепти оздоровлення і профілактики з <i>Чистотілом великим</i> від корифеїв біології і медицини	60

«КВІТИ УКРАЇНИ»

Науково-популярний журнал

№ 1, 2025 р.

Київ, «Дім, сад, город»

Адреса редакції: вул. Академіка Заболотного, 19, Київ, 03143

Передплатний індекс – 74275

Ідентифікатор медіа – R30-04663

Тираж – 250 примірників

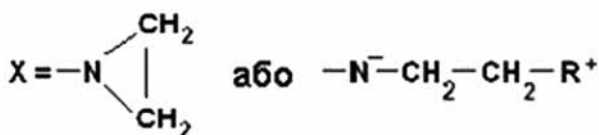
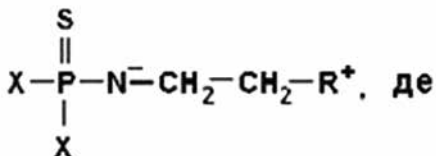
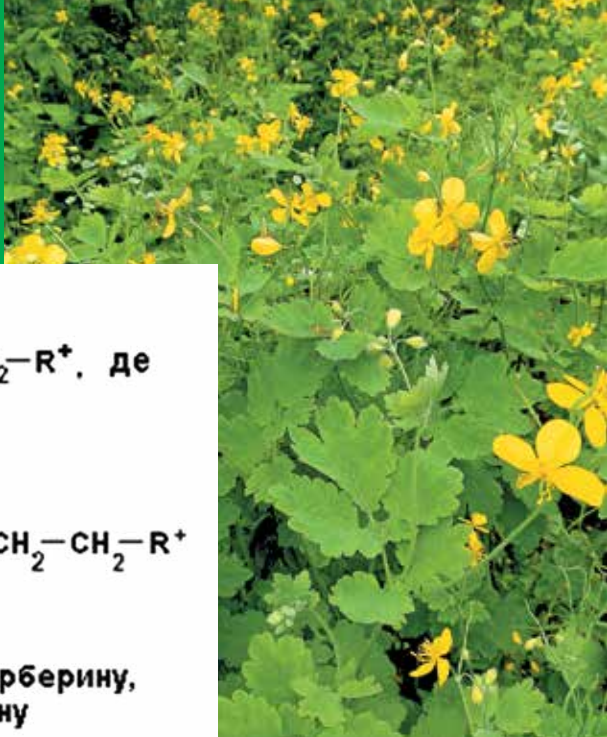
Телефон редакції: (067) 989-40-25

Дизайн та верстка – А. Коваль

Віддруковано КП «Редакція журналу «Дім, сад, город»

На першій сторінці обкладинки: *цвіте Печіночниця*

*Галявина квітучого
Чистотілу великого
у дендропарку
"Перемога" с. Ходаки*



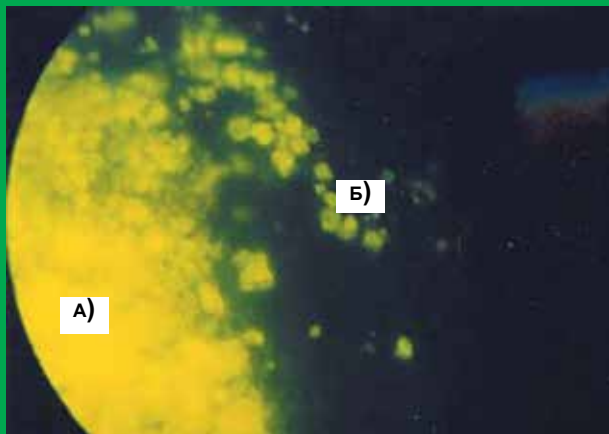
**R⁺ – алкалоїди групи берберину,
хелідоніну, протопіну**

*Хімічна структура Амітозину
(препарат запатентовано)*

*На фото знизу: Люмінесцентно-мікроскопічна картина
раку підшлункової залози в умовах
власної флуоресценції препарату
амітозин (збільшення 10 x 40)*

*а) флуоресценція
ракових клітин
через 2 години після
внутрішньовенного
введення 0,25 мг/кг
амітозину;*

*б) інфільтрація
флуоресціюючими
раковими клітинами
нормальної тканини
підшлункової залози.*



ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОТИПУХЛИННОГО, АНТИВІРУСНОГО ТА ІМУНОМОДУЛЮЮЧОГО ПРЕПАРАТУ А.І. ПОТОПАЛЬСЬКОГО «АМІТОЗИН»

(у зв'язку з відсутністю фінансування препарат не виготовляється)

1. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕПАРАТУ

Протипухлинний і антивірусний препарат для медицини і ветеринарії, продукт алкілювання ТіоТЕФом алкалоїдів чистотілу великого *Chelidonium majus L.* Амітозин – це комерційна назва цього препарату.

2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНІ ДАНІ.

Спектр дії амітозину: Віруси: вірус інфекційного ларинготрахеїту, віруси грипу типів А і А-2. Пухлини: меланома, аденокарцинома (у т.ч. молочної залози), пухлини яєчників, простати, сечостатевих шляхів, печінки, ендометрія, і т.ін.

Токсичність: ЛД₅₀ препарату для мишей при інтраперитонеальному уведенні складає 1100 мг/кг маси, для пацюків – 1700 мг/кг. Терапевтичні дози амітозину – 0,5–1 мг/кг маси. Введення абсолютно летальних доз препарату приводить до деструкції печінки і коркового шару надниркових. Амітозин не має імуносупресивної дії. Кумулятивний індекс амітозину в дослідях на тваринах – 13,46. Показано імуномодулююча і канцеротоксична дія препарату. Навіть тривале введення терапевтичних доз не приводить до токсичного ефекту. Десятикратне введення препарату в дозах 1/10-1/16 ЛД₅₀ не приводить до патологічних змін внутрішніх органів.

3. ХІМІЧНИЙ І ФАРМАКОЛОГІЧНИЙ АНАЛОГИ.

Хімічний аналог: Тіотеф (тіофосфамід). Амітозин більш ефективний, менш токсичний і не має імунодепресивної дії.

Фармакологічний аналог: Цисплатин. У порівнянні з цисплатином Амітозин в терапевтичних дозах не має побічної дії. Амітозин також має більш широкий спектр протипухлинної активності, ніж цисплатин.

4. ПАТЕНТОСПРОМОЖНІСТЬ РОЗРОБКИ.

Препарат амітозин запатентований у 15 країнах.

5. ПРАКТИЧНЕ ВИКОРИСТАННЯ.

Клінічне вивчення амітозина на інкурабельних ракових хворих показало протипухлинний ефект препарату приблизно в 40% випадків (III і IV стадії). Вторинні пухлини не зареєстровані (хімічна структура амітозину подана на сторінці 67, на обкладинці).

Електронна пошта для листів А.І. Потопальському:
Labmsbar@gmail.com

ISSN 1814-5043



9 771814 504008

Індекс 74275

“Квіти України”. 2025. № 1 (199). Січень-червень. 1–68 с. Ціна договірна.