

КВІТИ УКРАЇНИ

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

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

А.І. Потопальський, О.І. Василенко

УКВІТЧАНІ МЕДОНОСИ - ЦІЛИТЕЛІ (І частина)





Цвіте духмяний гісоп



*На кущі гісопу дозріло
численне насіння*

Початок травня 2024 р. Молоді пагони гісопу (на фото знизу)



*Оздоровимо Відроджену Націю,
Відродимо Довкілля – ОВН ВЕДЕ*

Випуск 1

ДО 65-ЛІТТЯ ОДЕРЖАННЯ ПРОТИПУХЛИННОГО,
ПРОТИВІРУСНОГО ТА ІМУНОРЕГУЛЮЮЧОГО
ПРЕПАРАТУ А.І. ПОТОПАЛЬСЬКОГО «АМІТОЗИН»

А.І. Потопальський, О.І. Василенко

УКВІТЧАНІ МЕДОНОСИ - ЦІЛИТЕЛІ

(I частина)

*Девіз: «Боголюбива і Згуртована
Українська нація буде Щасливою і
Прославленою у віках»
(А.І. Потопальський, 2024 р.)*

ПРО АВТОРА 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 (Коростенський 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. З 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 Архістратига 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 біографічний 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 «Ізатизон» (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 «Ізатизон» 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 інституту, за два роки отримав на основі чистотілу і запатентував препарат **«Амітозин»**, який **перешкоджає поділу клітин злоякісних пухлин і викликає їх старіння**. Була проведена автором і колегами цілеспрямована робота над цим препаратом, яка підтвердила його ефективність. Клінічні випробування, що проводилися у 1999–2001 рр. Інститутом онкології АНМУ, підтвердили ефективність препарату, 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 (кандидат біологічних наук, старший науковий співробітник, вірусолог, дисертантка і співробітниця, на жаль, померла) розробив ще один препарат – **«Ізатизон»**, який успішно використовується для попередження і лікування вірусних та мікробно-вірусних хвороб і пухлин у ветеринарії і медицині, ефективний імуномодулятор.

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 імуномодельюючою дією, розробив 15 оригінальних фіточаїв на основі чистотілу, створив понад 20 нових форм, сортів і видів лікарських і сільськогосподарських рослин, 6 із яких затверджені Держсортоспекцією 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 доквілля за допомогою рослин, здатних засвоювати атмосферний азот замість дорогих хімічних добрив; отримання високих врожаїв на засолених 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 доквілля, збиранні високих врожаїв на засолених 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

МЕДОНОСНІ РОСЛИНИ – 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 багатой 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.

ДО 65-ЛІТТЯ ОДЕРЖАННЯ ПРОТИПУХЛИННОГО, ПРОТИВІРУСНОГО ТА ІМУНОРЕГУЛЮЮЧОГО ПРЕПАРАТУ А.І. ПОТОПАЛЬСЬКОГО «АМІТОЗИН»

ЛІКАРСЬКІ РОСЛИНИ З РОДИНИ МАКОВИХ

**ЧИСТОТІЛ ЗВИЧАЙНИЙ – ДАР НЕБЕС!
ВАЖКИЙ ШЛЯХ ВИЗНАННЯ**

В 2024 році виповнюється 65 років з дня одержання відомого препарату «Амітозин», який 23 роки тому був рекомендований спеціалістами–онкологами після попереднього детального вивчення до масового застосування в медичній практиці лікування онкохворих з важкими формами злоякісних пухлин. На жаль, «віз і нині там», а могили на цвинтарях задурманених хворих, які залишаються без ефективного лікування до цього часу і позбавлені доступу до об'єктивної інформації, продовжують множитись. Увазі читачів надаємо текст Заключення про результати обмежених клінічних випробувань в інституті онкології АМН України препарату

«Амітозин» (див. pdf-файл «Заключення» на сторінці <http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/amitozyn.html#zv1t>):

ЗАКЛЮЧЕННЯ
про результати обмежених клінічних
випробувань в інституті онкології АМН України
препарату Амітозин у хворих на злоякісні
новоутворення та вивчення його
імуномодуючих властивостей
(затверджено директором інституту 25.12.2001)

«Експериментальними дослідженнями, виконаними на моделі карциноми Льюїс, показано, що Амітозин суттєво не впливав на тривалість життя тварин, запобігав утворенню нових метастазів, але не гальмував ріст наявних. Введення препарату після хірургічного видалення первинної пухлини зменшувало об'єм метастазів у легенях (в 3,4 рази) на пізніх етапах дослідження, але не впливало на їх кількість, в той час як на ранніх етапах – в окремих випадках мала місце активація процесу метастазування.

Дослідження, проведені на моделях перещеплюваних пухлин – карциномі Герена та саркомі 45, показали, що Амітозин проявляє протипухлинну дію при довгостроковому його введенні. Відмічено суттєве підсилення дії Амітозину при його застосуванні з локальною мікрохвильовою гіпертермією.

В експерименті показано, що Амітозин здатний зменшувати токсичну дію хіміопрепарату платидіаму, підсилюючи його протипухлинний ефект.

Встановлено, що після введення Амітозину підвищується ендокринна функція тимуса, рівень сироваткового інтерферону, кількість ВГЛ, суттєво збільшується кількість нейтрофілів.

Токсичних впливів препарату на організм тварин не виявлено.

Клінічні дослідження по застосуванню препарату Амітозин в лікуванні онкологічних хворих показали, що майже всі хворі переносять його задовільно. Амітозин не має побічних ефектів, крім пірогенної реакції, яка мала місце у деяких хворих (підвищення температури на 0,5°C – 2°C). Протягом доби температура у пацієнтів нормалізується, при цьому ефективність Амітозину вища у тих хворих, які реагували на введення препарату її підвищенням. Після прийому Амітозину у більшості хворих відмічалось покращання самопочуття, апетиту, зниження вираженості клінічних симптомів захворювання.

Амітозин, в залежності від локалізації злоякісного процесу, може приводити до його стабілізації, часткової регресії як первин-

ної пухлини, так і метастазів або повної регресії (при доброякісних пухлинах і саркомах м'яких тканин).

Разом з тим, ефективність застосування Амітозину в лікуванні онкологічних хворих в значній мірі залежить від показань та проти-показань до його призначення, кількості курсів та величини разової і курсової доз. Встановлено також, що ефективність лікування хворих на злоякісні новоутворення підвищується при застосуванні Амітозину як препарату супроводження хіміо-променевого лікування. В значній мірі це може бути обумовлено тим, що Амітозин володіє імуномодуючим ефектом (підвищує кількість лімфоцитів, нейтрофілів, Т-лімфоцитів, Т-хелперів, рівня ВГЛ, IgG, IgM), індукує вироблення ендогенного інтерферону, тимічного сироватково-го фактору.

Таким чином, проведені дослідження показали, що Амітозин володіє певною протипухлинною активністю при відсутності побічної дії, яку мають більшість протипухлинних хіміопрепаратів. Більш того, Амітозин позитивно впливає на імунну систему тварин та людей.

Доцільно рекомендувати Фармакологічному комітету розглянути питання про його офіційну реєстрацію.»

...Все, чим наповнено наше життя, має свою історію. Для сприйняття звичайної людини це не має ніякого значення. Також і для хворих на важкі і часто невиліковні хвороби головне – ефективне лікування і наявність ефективного препарату. Ніхто ніколи не задумувався, якою ціною той ефективний препарат був знайдений і вдосконалений, якою ціною вводиться в медицину. Звичайним громадянам здається, що той, хто володіє нюансами технології виготовлення, повинен на прохання будь-кого, і в будь-який момент відразу всім нужденним дати ліки. На жаль, нікого не хвилює, яким чином цих нужденних можна забезпечити ліками, не маючи необхідного для їх виготовлення. Треба зазначити, що наш колектив значно скоротився і постарів, реактивів і фінансування немає, тому що вже більше трьох десятиліть наука державою фінансується лише вибірково і науковці у нас належать до найбільш бідного прошарку населення, крім одиниць, які мають постійні іноземні гранти. А ще, важливо враховувати особливості організму кожного пацієнта, показання і протипоказання препарату, навіть найбільш ефективного. Тому що – медицина це не математика, де два на два дорівнює чотирьом, бо організм у кожної людини має свої особливості. І тепер, проаналізувавши нашу діяльність протягом десятиліть і активні спроби прорвати кільце байдужості бюрократів, спеціалістів і населення, слід з гіркотою відзначити системну

загальну пасивність нашого народу і відсутність належної уваги до реалізації розробок, конче потрібних для збереження життя і здоров'я нації. Уявимо собі народ, десятки тисяч представників якого, маючи смертельний діагноз – рак в термінальній (кінцевій) його стадії, якому Бог подарував «Дарунок Неба» (препарати на основі чистотілу), вижили (!) і мовчки спостерігають, як від тієї хвороби на їхніх очах в муках гинуть їхні співвітчизники?! Тому чітко видно, що може в такій ситуації зробити автор відкриття, якому (відкриттю) у 2024 р. сповнюється 65-років. І що можуть зробити одиначі активних однодумців.

Шлях науковця для більшості людей покритий тайною за сімома печатками. Ба, навіть, так і кажуть: що там десятиліттями над препаратом возитися, та я за тиждень (місяць, рік) зроблю. Таким чином, відкидаються зусилля на багаторічні дослідження, клінічні випробування і бюрократичні перешкоди. Але це залишимо на совісті далеких від науки людей. А сьогодні, в умовах нинішніх реалій, настала гостра необхідність повернутися обличчям до рятівного скромного чистотілу, який став основою для багатьох важливих для онкохворих препаратів, а саме «Амітозину», «Амітозинобераміду» та їх похідних.

Чистотіл звичайний – *Chelidonium majus L.* (латинізована грец. назва рослини *chelidonium* від *chelidon* — ластівка; лат. *majus, majus* — великий). Інший переклад з латинської *Chelidonium majus L.: Caeli donum* – небесний дар. Так він здавна називався серед стародавніх лікарів, які високо цінували і застосовували його в своїй лікарській практиці. В Україні частіше називають цю рослину чистотілом, їй приділяли увагу українці впродовж століть, і тому ще існують і інші назви цієї рослини, зібрані відомим доктором біологічних наук, Григорієм Костянтиновичем Смиком, які пов'язані «з морфологічними ознаками, сезонним розвитком і місцезростанням цієї трави, а також з дією рослини на людський організм та з явищами природи...» [1]: «адамове ребро, оксамент, бородавник, волосник, герчиця, гірчак, гладушник, глечкопар, глистник; зелемо-зелень, зелемозина, железим, земізелення, зимозелень (назви такі пояснюються тим, що взимку прикореневі листки чистотілу залишаються зеленими і перезимовують під снігом); жухинець, куряча сліпота, ясколка, ластів'яче зілля, ластовиця, ластовична трава, ластовичник, мурова ластівка (ці назви пояснюються тим, що чистотіл зацвітає і в масі своїй відцвітає з прильотом ластівок); леміж, маслянка, молочай оранжевий, молочник (рослина з усіх частин виділяє жовтий сік – «молоко»); парник, печеночник, печінкове зілля (використовується часто при хворобах печінки); петрушка ове-

ча, прозорник, ростохваст, ростокашць, ростопач, розтопша (через те, що лапато розкидані листки чистотілу найчастіше трапляються на смітниках і по-підтинню); седонія, селиномія, сілідонієва, трава, сіре зілля, сметанник, старовина, стародуб, чистець та деякі інші» [1].



Квіти чистотілу

Серед пропагандистів і шанувальників чистотілу з українців і слов'ян згадуємо відомого земського лікаря і науковця XIX століття – Миколу Денисенка і його послідовників. М. Денисенко після вдалих числених випадків лікування онкохворих, підтверджених гістологічно, звернувся до колег з закликом: «Досліджуйте, вивчайте, ризику – ніякого» [2]. Для глибшого сприйняття нинішньої ситуації навколо вітчизняних наукових здобутків, підтверджених десятилітньою практикою клініцистів і життям тисяч так званих «безнадійних хворих» важкими формами злоякісних пухлин після неефективного лікування сучасними методами, згадуємо деякі факти ефективного застосування чистотілу земським лікарем українського походження М. Денисенко. «Особливо цікава дискусія навколо чистотілу спалахнула наприкінці XIX століття у зв'язку з використанням його лікарями-практиками для лікування ракових пухлин. Усі відгуки про наслідки лікування знайшли своє місце на сторінках журналу «Врач»...» [1]. Там же прозвучав цікавий факт: «В кінці 1896 р. М. Денисенко звернувся в редакцію журналу «Врач» з проханням повідомити, що з кінця серпня 1896 р. фірма Феррейна надсилає погану витяжку, тому вона тільки псує шлунки хворим, не діючи на пухлину. Можливо, недоброякісним екстрактом і пояснюється протиріччя в даних про лікувальні властивості чистотілу при пухлинах» [2]. Той, хто читає, той розуміє: як у XIX столітті, так і нині все повторюється – знаходяться недобросовісні продавці, конкуренти, суперники, заздрісники і недоброзичливці.

Чистотіл належить до родини макових (*Papaveraceae*) і займає всередині нього особливе положення, так як плід рослини не має типової форми коробочки, яка притаманна цій родині. Дозрілий плід чистотілу більше подібний на типові стручки хрестоцвітів (капусти, редьки, гірчиці, редису, нічної фіалки «Вечірніці матрони»

та ін.). Чотирьохпелюсткова квітка, в порівнянні з іншими квітами макових, невелика за формою і величиною, і більше нагадує хрест та квітки хрестоцвітів. Молочний сік, наявність алкалоїдів і особливо типового для макових алкалоїду протопіну характеризує рослину як ту, що відноситься до згаданої родини макових.

Чистотіл – багаторічна трав'яниста рослина, заввишки до 1 м. Стебло пряmostояче, рідко вкрите волосками, зверху розгалужене. Має коротке кореневище товщиною до 1 см, на якому знаходяться численні розгалуження. Всі частини рослини, в т.ч. корені при надломі випускають жовтогарячий сік. Листки чергові, ясно зелені, знизу сизуваті, непарноперисторозсічені. Характерною особливістю чистотілу є наявність на нижній частині листя, стебл і чашолистках волосків. За цією ознакою його легко можна відрізнити від інших висушених і подрібнених рослин. Суцвіття мають 1–8 гілок із зонтикоподібними суцвіттями, які розташовані на верхівці стебла, зазвичай з жовтими 4х пелюстковими квітами. Квіти цвітуть від 2 до 4 днів. Плід – пряmostоячий стручок-коробочка (від 40 до 90 мм завдовжки, товщиною 2–3 мм) з численним чорним насінням подібним маковому. Може утворювати на одній рослині за різними інформаційними джерелами максимально до 4000–7000 насінин. Основний період масового цвітіння чистотілу з травня по червень. В цей період його радо відвідують бджоли, які збирають з нього нектар. Одночасно і поряд з чистотілом росте безліч інших квітучих рослин, з яких бджоли збирають нектар і пилок, і він не росте промислово суцільними посадками, тому неможливо дати відповідь, якого кольору, смаку і інших якостей буде цей мед.

Чистотіл належить до найбільш поширених бур'янів, запаси його як дикорослої рослини практично необмежені. Щорічно тільки в Україні можна заготовляти десятки тон трави і коренів чистотілу.

Хімічний склад. Чистотіл має 4 групи алкалоїдів:

- хелідоніну: хелірубин, хеліютин, хелеритрин, оксисангвинарин, сангвинарин, оксихелідонин, метоксихелідонин, α -гомохелідонин, d- і l-хелідонин;
- берберину: берберин, d- і l-стілопін, коптізин;
- протопіну: протопін, α -аллокріптопін, β -аллокріптопін;
- хінолізидину: d-спартеїн, l-спартеїн, dl-спартеїн, хелідамін, хеламін, хеламідін, корізамін, тетрагідрокорізамін, хелідимерін, сангвідимерін.

Також в чистотілі знайдені органічні кислоти [(хелідонова, l-піродикарбонова і оксихелідонінова, які містяться також в опіумі), лінолієва, ліноленова, в період цвітіння – яблучна, фумарова, янтарна], жирні і ефірні олії, багато аскорбінової кислоти, каротин,

глюкоза, фруктоза, сапоніни, горечі, смолисті речовини, мінеральні речовини – кремній, залізо, кальцій, магній, марганець, фосфор, сірка, хлор, алюміній і радіоактивний калій. В смолі чистотілу виявлені не ідентифіковані ефіророзчинні кислоти, які люмінісціюють блакитним кольором.

Заготівля чистотілу. В якості лікарської сировини використовують траву і кореневища з коренями. Майже всі автори вибирають метод збору чистотілу, притаманний для багатьох квітучих рослин, тобто період збору вважають найкращим в період його цвітіння (травень-липень), але за авторськими спостереженнями найкращий період збору – це час дозрівання насіння, коли вміст алкалоїдів в усіх частинах рослини досягає свого максимуму. Збирають його в суху погоду – викопують куці чистотілу разом з коренями. З коріння струшують землю, і тільки коріння відразу обмивають у холодній воді. Надземну частину водою не миють. Звичайно при зборі чистотілу необхідно бути обережним і уникати потрапляння соку рослини в очі. Зазвичай сушать траву на горищах або під навісами з доброю вентиляцією, розкладають її тонким шаром на папері або тканині, часто перекладають, щоб уникнути загнивання і прілості сировини. Але при цьому повільне висушування призводить до значної втрати активних речовин. Краще сушити на печі або в сушильній камері при температурі 55–60°C, таке прискорене сушіння зберігає максимум алкалоїдів, вітаміну С і каротину. Суху траву пакують в мішки, або тюки, зберігають в сухих, добре вентильованих приміщеннях.

Медичне застосування чистотілу. Насамперед, пропоную прочитати книгу «Препарати чистотілу в біології і медицині», видану мною (А.І. Потопальським) у 1993 році, де зібрано і узагальнено великий обсяг інформації про мій досвід, досліді, використання, лікування, рецепти, застосування, виготовлення препаратів з чистотілу, яку можна прочитати на сайті <http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/index.html> на сторінці <http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/books.html>.

Чистотіл використовується при лікуванні доброякісних (поліпозів, фіброепітеліом, поліпів, папілом, папіломатозів, бородавок та ін.) і злроякісних пухлин, захворюваннях печінки (інфекційній жовтусі, холециститі, жовчнокам'яної хворобі, цирозу, дифузній латентній гепатопатії, стані після холецистектомії, хвороб жовчних шляхів і міхура та ін.), хворобах нирок і сечовивідних шляхів, шлунково-кишкового тракту, водянці, лихоманці, подагрі, артритих, ревматизмі, кон'юнктивітах, блефаритих, малярії, при гінекологічних захворюваннях, хворобах шкіри, хворобах порожнини рота, хвороб бронхів і легень, ВІЛ-інфекції.

Один з рецептів, важливий для онкохворих пропоную в цій

статті, присвяченій унікальній рослині, воістину Дару Небес – чистотілу:

Рецепт приготування і використання соку чистотілу

Знайти великі зрілі куці чистотілу. Викопати їх з корінням, помити, подрібнити, як у салат, і перекрутити на м'ясорубці. Відтиснути з отриманої маси сік. Процідити його через 2 шари марлі, дати відстоятись ніч в темноті. Розфасувати в скляний посуд. Перші 0,5 л пити відразу по 1 чайній ложці 3 рази на день, а решту законсервувати горілкою або коньяком у співвідношенні 3–4 частини соку на 1 частину консерванта (коньяк, горілка). Для консервації можна використати також морську сіль (3–4 ст. ложки на 1 л соку). Після використання свіжого 0,5 л соку перейти на консервований. Сік вживати у вказаній дозі протягом місяця, після чого місячна перерва і повторний аналогічний курс. Після другого курсу – перерва і проводять 3-й такий же курс.

В таких дозах сік рекомендується для онкохворих під наглядом лікаря. В інших ситуаціях схема лікування узгоджується із своїми лікарями. Деякі хворі звикли вживати всі ліки з фруктовими соками, або розведенні водою. У випадку із соком чистотілу при наявності подразнення шлунку варто вживати сік після їжі. Це право вибору кожного.

Що стосується токсичних впливів чистотілу, то вони перебільшені. А позитивні результати наведені на сайті <http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/phytotea.html> в книзі А.І. Потопальського «Препарати чистотелу в биології и медицине» – К. «Наукова думка», 1992 р. – 235 с.

Завдяки багатому вмісту активних речовин, чистотіл має широкий спектр терапевтичного впливу на організм людини. Тому наявним результатом цього було створено велику різноманітність препаратів і лікарських форм на основі чистотілу. Найефективнішим з галенових препаратів є нативний, консервований та висушений з стебел і коріння рослини жовто-помаранчевий сік і сума понад 30 окремих алкалоїдів з нього. Трохи менше активні по дії препарати з сухої трави – водні настоянки і відвари, згущені екстракти і спиртові настоянки. Препарати очищених алкалоїдів, як суми, так і окремих з них відрізняються високою стабільністю, надійністю отримання лікарських форм (таблетки, мазі, ін'єкційні розчини, емульсії і т. ін). Дуже часто чистотіл входить до складу зборів лікарських рослин, таких як чаї доктора А.І. Потопальського, що випускалися багато років на заводі «Ліктрави» м. Житомир (до його продажу іноземній фірмі): «Ангіотуморосан», «Артроуросан»,

«Гастросан», «Дермосан» «Імуносан», «Пневмосан», «Туморосан», «Уросан», «Холеуросан», «Кардіосан», також чай інституту оздоровлення і відродження народів України – «Спокій», «Бадьорість», фітозбір А.І. Потопальського з 4-х трав для запобігання і лікування пухлин (див. <http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/phytotea.html>). Найбільш ефективними є сумарні препарати «Амітозин», «Амітозиноберамід» і їх похідні. Особливе місце в цій групі чистотілових препаратів належить, створеному автором у далекому 1959 році комплексному фітохімічному препарату – «Амітозину» з вираженою протипухлинною, протівірусною та імунорегулюючою дією і незначною токсичністю. З часу створення і дотепер препарат був суттєво вдосконалений. Він успішно пройшов державні випробування в інституті раку у 2001 році і рекомендований до затвердження в медичній практиці в якості ефективного протиракового засобу (див. <http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/amitozyn.html>). Вперше в СРСР на тему ефективності чистотілу в лікуванні раку була мною надрукована стаття «Деякі дані про лікування злоякісних пухлин в експерименті» ще в студентські роки у Станіславському державному медичному інституті (нині Івано-Франківський національний медичний університет) в матеріалах XXXI конференції наукового студентського товариства 14–15 грудня 1961 року. Далі вивчення цих препаратів мною (автором) і колегами продовжено у Львівському державному медичному інституті та Інституті молекулярної біології і генетики (ІМБіГ) НАН України. У Львові було створено згідно з Постановою Ради Міністрів СРСР та Державним комітетом СРСР з питань науки і техніки у 1967 р. проблемної лабораторії коригуючої терапії злоякісних пухлин і гемобластозів при Львівському медичному інституті під цю тематику, яку очолив автор наукового напрямку. «До співпраці було залучено лікарів, фармацевтів, хіміків, ботаніків, інженерів. На кожному кроці А.І. Потопальського примушували доводити право на життя його винаходу, хоча ці розробки мали державне значення і проводилися під грифом «таємно» [25]. Перехід у Київ в 1977 році був ознаменований створенням відділу модифікації структури біологічно активних речовин в ІМБіГ (Інститут молекулярної біології і генетики). Всюди і завжди, незважаючи на доказану ефективність препарату на хворих, особливо на стадіях патентування і медичного застосування з'являлися непереборні бюрократичні перешкоди. У 2009 р. Івано-Франківський національний медичний університет на 65-річчя свого створення згадав у книзі «Івано-Франківський національний медичний університет. Історія. Звершення. Особистості» важкий шлях свого колишнього випускника, автора цієї статті такими щи-

рими співчутливими словами: «Бюрократичні перепони, на які він (ред. – автор) постійно наражався, не тільки не зупинили вченого, а навпаки, примусили працювати інтенсивніше, розширюючи сферу діяльності: він запатентував понад 60 нових препаратів з протипухлинною, протівірусною та імунотропною дією, розробив 15 оригінальних фіточаїв на основі чистотілу, створив більше 20 нових форм, сортів і видів рослин, 6 з яких затверджені Держсортоінспекцією України і рекомендовані для широкого використання як нові сорти з високою продуктивністю і вмістом діючих речовин. А.І. Потопальський розробив низку сучасних біотехнологій:... І це далеко не все з наукового доробку А. Потопальського...» [25]. На жаль, в Україні не прийнято ні в часи СРСР, ні зараз згадувати і підтримувати піонерські, світового значення наукові розробки своїх громадян. Тому препарати цієї групи запатентовані А.І. Потопальським з його колективом у 16 зарубіжних країнах (див. <http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/patents.html> [3–24]). Автор і його колеги були представлені на одержання Нобелівської премії [25], але це все було забуте їх тодішніми сучасниками і теперішніми нащадками. Хвороба вічного забуття всього вітчизняного продовжується і до цього часу в сучасних умовах незалежної (!) України. Поріділий авторський колектив рахує лише втрати колег. Автор з боєм згадує тодішні надії і реальні не реалізовані можливості через відсутність підтримки найефективніших наукових розробок державою Україна. Ми перейшли на світове поширення інформації у 2016–2018 рр. через ГІСАП, МАНВО, шляхом популяризації перспективних напрямків за допомогою міжнародних форумів.

Для допомоги хворим на сайті Інституту оздоровлення і відродження народів України мною було викладено універсальний рецепт ПРОТИПУХЛИННОГО ЗБОРУ З 4-Х ТРАВ з протипухлинною, протилейкозною, антимікробною і протівірусною дією, який наведений нижче (див. <http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/phytotea.html>):

ЗБІР А. ПОТОПАЛЬСЬКОГО ДЛЯ ЗАПОБІГАННЯ І ЛІКУВАННЯ ПУХЛИН (зляокісні – рак, саркома; доброякісні – поліпи, папіломи, фіброміоми, мастопатія та ін.)

Підготувати три трилітрові банки з капроновими кришками.

- **Чистотіл** з коренями промити, дати стекти воді, дрібно порізати і перекрутити через м'ясорубку. Об'єм сировини має дорівнювати 3 л. По 1-му літру цієї маси розкласти в кожну з підготовлених банок.
- Листя і гілочки **омели** (бажано з плодівих дерев) перекру-

тити через м'ясорубку. Об'єм сировини має дорівнювати 3 л. По 1-му літру цієї маси розікласти в кожну з підготовлених банок.

- Свіжі квіти **нагідків** (календула) перекрутити через м'ясорубку. Об'єм сировини має дорівнювати 1,5 л. По 0,5 л цієї маси розікласти в кожну з підготовлених банок.

- Свіжі корені **айру** дрібно порізати і перекрутити через м'ясорубку. Об'єм сировини має дорівнювати 1,5 л. По 0,5 л цієї маси розікласти в кожну з підготовлених банок.

За відсутності свіжих рослин всипатити в кожну з трьох банок по 200 г подрібненого сухого чистотілу, по 200 г сухої омели, по 100 г сухих квітів нагідок та по 100 г подрібнених сухих коренів айру.

Чистотіл, омелу, календулу (нагідки) та айр рівномірно змішати і залити екстрагентом (40%-спиртом, коньяком, горілкою або вином "Кагор"), покривши рослинну масу на 2–3 см. Через три дні настоювання, після вбирання рослинною масою екстрагента, можна долити в кожну банку ще такого ж екстрагента, щоб він знову вкрив на 2–3 см сировину. Настоювати 5–7 днів у темному прохолодному місці (не в холодильнику). Якщо використовується вино, то після 5–7 днів настоювання зберігати в холодильнику.

Перші 2 тижні приймати настоянку по чайній ложці тричі на день за 15–20 хв. до вживання їжі. Потім збільшити дозу до столової ложки тричі на день за 15–20 хв. до вживання їжі. Рослинну масу не викидати, а натискати ложкою, щоб можна було відлити настоянку.

Коли настоянку з першої банки використаєте, додайте до рослинної маси 1,5 л киплячої води (окропу), настоюйте ніч, відіжміть і викиньте рослинну масу. А рідину поставте в холодильник. Приймати по 2 столові ложки тричі на день перед уживанням їжі до закінчення настою.

Аналогічно використовуйте другу і третю банки. Потім – перерва три місяці.

Після трьохмісячної перерви знову зробіть такий же збір. Нову порцію готують за цим же рецептом.

Для повного одужання такі курси повторюються регулярно, з перервою між кожним із них – три місяці, а для запобігання розвитку пухлин досить одного курсу на рік (тобто 3 банки 1 раз на рік).

Свіжий чистотіл і омелу, які не вимерзають, можна заготовляти будь-якої пори року, а нагідки і айр узимку використовують сухими.

Цей же збір можна вживати для лікування інфекційного вірусного ревматоїдного поліартриту. При цьому поряд з прийомом настоянки внутрішньо нею розтирають на ніч суглоби, а на найбільш болючі суглоби роблять із настоянки компрес.

Лікування пухлин і поліартриту цим збором здійснюється у комп-

лексі з призначеним фахівцями лікуванням, під наглядом лікаря-онколога або терапевта з об'єктивним контролем (УЗД, рентгенографія, комп'ютерна томографія, аналізи крові, сечі та ін.)

Нюанси застосування рецепту:

- Заготівля омели можлива і не з плодових дерев (дуб, береза, акація, сосна чи тополя).

- Чистотіл треба заготовляти обов'язково з корінням.

- Для тих людей, хто абсолютно не переносить алкоголь, радимо використовувати водний напар із завчасно виготовленої суміші 600 г сухого чистотілу, 600 г омели, 300 г коренів айру та 300 г квіток нагідок. Дві столові ложки цієї суміші заливають 0,5 літра окропу, доводять до кипіння і настоюють 12 годин у термосі або в емальованому закритому посуді. Вживають протягом дня по півсклянки за 15–20 хвилин до вживання їжі. Такі курси повторюють через кожні 2–3 місяці перерви. Хворим з підвищеною кислотністю шлунку треба цю кількість настоюнки вживати після їжі.

- При поліартриті і хворобах шкіри доцільно поєднувати вживання настоюнки трав всередину із зовнішнім її застосуванням шляхом втирання 2–3 столових ложок у вражені місця після пробудження вранці та перед сном. Тривалість комплексного лікування та ж сама.

- При важких станах у хворих злюкакісними пухлинами після проведення хіміотерапії та променевого лікування, розсіяному склерозі, міопатії, псоріазі, склеродермії та “риб'ячій шкірі” (іхтіозі), СНІДі (ВІЛ-інфекції) перед настоюванням суміші чистотілу, омели, айру та нагідок у кожному банку додатково додають по 100 г сухої подрібненої ехінацеї (бажано нашого сорту “Поліська красуня”, а якщо її нема, то іншого сорту). При подрібненні ехінацеї використовують усі частини рослини.

- Після повного використання усієї суміші трав з трьох банок або сухого комплексу здійснюють лабораторне і клінічне обстеження у лікаря і разом з ним вибирають тактику подальшого лікування.

Попередження: суворо дотримуватися рекомендацій лікарів при вживанні препаратів чистотілу, показань і протипоказань до застосування.

Ще раз повернемося до «Амітозину» та інших препаратів на його основі: у відмінності від більшості існуючих протипухлинних препаратів, продукти алкілування алкалоїдів чистотілу не пригнічують кровотворення і реактивність організму, нормалізують обмін речовин і мають незначну токсичність. При цьому в пухлинних (ракових) клітинах відбувається ряд змін окисно-відновних ферментів, синтезу нуклеїнових кислот і вуглеводів, що веде до їх загибелі.

На моделі гемоцитобластозу щурів Швеця встановлено явище диференціювання частини бластних клітин в нормальні під впливом тіофосфамідних похідних суми алкалоїдів чистотілу («Амітозин») і алкалоїду берберину («трибетамід» або «Амітозиноберамід»).

Післямова А.І. Потопальського. Звертаюсь до всіх небайдужих: «Поширюйте ці знання серед спеціалістів і населення, особливо при так званих «безнадійних випадках», які можуть бути і не безнадійними з використанням чистотілових препаратів – це підтверджують і наші разом з колегами спостереження, які надруковані в багатьох публікаціях в нашій країні та за кордоном».

Сьогодні від онкологів-практиків надходить тривожна інформація про виразну тенденцію до постійного зростання кількості діагностованих хворих на злоякісні пухлини і їх рецидиви. Тому важливо попередити розвиток хвороби: при наявності показань провести профілактичні курси застосування чистотілових препаратів, з яких найпростіший для виготовлення – ЗБІР А. ПОТОПАЛЬСЬКОГО ДЛЯ ЗАПОБІГАННЯ І ЛІКУВАННЯ ПУХЛИН (з 4-х трав).

Краще не допустити виникнення та розвитку важкої хвороби, ніж потім з нею боротися... Як у народному прислів'ї: «Якщо б знав де впаду, соломки б підстелив».

Найбільше і найглибше про чистотіл написано автором (А.І. Потопальським) в книзі «Препарати чистотілу в біології і медицині», яку можна прочитати на сайті <http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/index.html> на сторінці <http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/books.html>. В книзі наведено рецепти застосування чистотілу при різних хворобах, які можуть статися в нагоді будь-де і будь-коли, там де не буде ні лікаря, ні лікарень, ні часу для роздумів, ні сил для пошуку медичних сервісів!!!

Використана література:

1. Смик Г.К. «У природі й на городі» - К.:Урожай, 1990.
2. Електронний ресурс: А.І. Потопальський «Препарати чистотілу в біології і медицині. – Київ, Наукова Думка, 1992. - <http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/index.html>
3. Pat. 1304064 Great Britain Lvovsky Gas. inst. (SU) - Foreign Applic 16.6.69. - Publ. 23.05.73. (Тиофосфамидные производные изохинолиновых алкалоидов, метод их приготовления и применения)
4. Pat. 2052072 France Turkevich N.M., Potopalsky A.I., Olievskaja M.S., / Lvovsky Gas. inst. (SU) - Publ. 16.07.73. (Тиофосфамидные производные алкалоидов ряда изохинолина, их способ приготовления и применения)
5. Pat. 2028330 BRD Turkevich N.M., Potopalsky A.I., Olievskaja M.S. - (SU) - Verfahren zu deren Herstellung and Anwendung.- Publ. 27.05.71. (Производные амида тиофосфорной кислоты и алкалоидов изохиноли-

нового ряда. Способ их получения и применения)

6. Pat. 752064 Belgue Lvovsky gos. inst.- Publ. 16.12.70. -n0 1330542 SU. (Тиофосфамидные производные алкалоидов ряда изохинолина, их приготовление и применение) / Туркевич Н.М., Потопальский А.И., Олиивская М.С., Пашкевич Ю.М., Новицкий В.М.

7. Pat. 85076 DDR Turkevich N.M., Olievskaja M.S., Pashkevich J.M., Potopalsky A.I., et al.- (SU) - Publ. 12.10.71. (Способ получения новых тиофосфамидных производных алкалоидов изохинолинового ряда)

8. Патент в Швеции N 367637. Способ получения производных алкалоидов / Туркевич Н.М., Потопальский А.И., Олиивская М.С., Пашкевич Ю.М., Новицкий В.М. - 04.06.74.

9. Pat. 3865830 USA Turkevich N.M., Olievskaja M.S., Pashkevich J.M., Potopalsky A.I. et al. (SU). - Publ. 11.02.75. (Тиофосфамидные производные изохинолиновых алкалоидов, метод их изготовления и применения).

10. Pat. 155618 Ceskoslovenska soc. republika Turkevich N.M., Olievskaja M.S., Paskevic Y.M., Potopalsky A.I. et al. (SU). - Publ. 15.11.74. - Praha.

11. Pat. 7022029 France Turkevich N.M., Olievskaja M.S., Pashkevich J.M., Potopalsky A.I., et al.- (SU) - Publ. 2.05.72.- Paris, 16.07.70.

12. Pat. 553225 Switzerland Turkevich N.M., Olievskaja M.S., Pashkevich J.M., Potopalsky A.I. et al. (SU). - Publ. 30.08.74. - Zurich. (Способ получения аддиционных соединений триэтиленимида тиофосфорной кислоты и алкалоидов).

13. Патент Российской Федерации № 2021809 / Чуйко А.А. , Пикалов В.К., Бакай Э.А., Богомаз В.И., Мосиенко В.С., Коваленко П.В., Юхименко В.Д., Козлов А.В., Потопальский А.И. Вещество, обладающее противоопухолевым действием - 30.10.1994 Бюл. №20 (Ин-т химии поверхности АН Украина, ИМБИГ)

14. Деклараційний патент на винахід № 51566 Спосіб лікування раку підшлункової залози/ Сусак Я.М., Осинський С.П., Потопальський А.І., Потопальська Ю.А.-15.11.2002 Бюл.№ 11

15. Деклараційний патент на корисну модель №15873 Спосіб ранньої діагностики злоякісних пухлин/ Швачко Л.П, Потопальський А.І., Бух І.І., Степаненко А.П., Процик В.С., Кикоть В.О., Гульчій М.В. -17.07.2006 Бюл. № 7 (за даними клініцистів-онкологів препарат протипухлинної дії Амітозин здатний виявляти онкологічно змінені клітини у периферичній крові пацієнта в ранніх стадіях хвороби)

16. Патент України на корисну модель № 55573 Амітозиноберамід як інгібітор реплікації вірусу герпесу / А.І. Потопальський, С.Т. Рибалко, О.О. Фільченков, М.П. Завелевич – 10.12.2010 -Бюл. №23

17. Патент України на корисну модель № 88311 Ферментний біосенсор для визначення активності алкалоїдів чистотілу / Зінченко О.А., Шкотова Л.В., Марченко С.В., Заїка Л.А., Потопальський А.І., Солдаткін О.П. – Бюл.№8 -11.03.14

18. А.с. № 368254 Способ получения соединения тиофосфамида с алкалоидами чистотела большого. /Потопальский А.И., Туркевич Н.М.,

Олиховська М.С., Пашкевич Ю.М., Новицький В.М. Бюл. N 9. 1973

19. А.с. № 456522 Т. Спосіб отримання етиленімінних производних винбластіна / А.І. Потопальський, - 13.11.74.

20. А.с. № 629744 Т. Спосіб отримання з'єднання тіофосфаміда с алкалоїдами чистотела великого / Потопальський А.І., Петлична Л.І. - 28.06.78.

21. А.с. № 923025 Т Спосіб боротьби с корончатогалловими опухольми рослин / З.Ю. Ткачук, А.І. Потопальський, Н.Б. Леманова, Ю.В. Пацковський, М.К. Зубко -12.12.81.

22. А.с. № 923116 Т. Сарколізинат берберіна, володаючий противоопухолової активністю / А.І. Потопальський, - 21.12.81.

23. А.с. № 1007353 Т. NI, NII ,NIII -три[2-(N-берберіно) етиламіди] тіофосфорної кислоти, володаючі противоопухолової активністю / Л.І. Петлична, А.І. Потопальський, С.В. Івасівка - 23.11.82.

24. А.с. № 1048755 Т. N1,N2,N3 N4 / N I, N II -(діетіленімідо) тіофосфамідоетіл / винбластіна сульфат, володаючий противоопухолової активністю / Плешнев В.І., Івасівка С.В., Потопальський А.І., Цегельський А.А.- 15.06.83.

25. Івано-Франківський національний медичний університет. Історія. Звершення. Особистості. – К: Світ Успіху, 2009. – 368с., іл.

ПОВНОВАЖНІ ПРЕДСТАВНИКИ РОДИНИ ГУБЦВІТІВ БІБЛІЙНА РОСЛИНА ДРЕВНОСТІ – ГІСОП ЛІКАРСЬКИЙ

Наступний медоносний гість, з яким ми збираємося познайомити нашого допитливого читача – це древній гісоп лікарський. Мабуть багато хто читав псалом 50 з «Старого завіту» і бачив в ньому рядок: «Окропи мене ісопом – і очищуся, омий мене – і стану біліший від снігу.»(Пс.50.9) [1]. Псалом 50 святого Царя і Пророка Давида називають покутним, тому що він є одночасно молитвою, плачем і спокутою пораненої гріхом душі грішника, який відчув тяжкість власних гріхів і прагне звільнитися від тягаря своїх неправд. З приводу вищенаведеного рядка з псалма 50 візантійський монах, науковець, тлумач Старозавітних та Новозавітних книг, вчитель віри XII століття, Євфимій Зігабен пише: «Для пояснення цього вислову є багато тлумачень, але в жодному з них немає беззаперечної позитивності. Найбільш відповідним за змістом є таке пояснення. Тут пророк Давид пророкує про себе, сподіваючись, що він цілком очиститься від гріха і сповниться радості. Так як розчин або настій гісопу через окроплення ним прокажених



Цвіте духмяний гісоп

очищав багатьох з них від нечистот на шкірі, особливо обличчя, то тут метафорично в цьому сенсі очищення висловився: окропи мене гісопом так, щоб я зовсім очистився від усіх нечистот гріховних, чого можна досягти тільки Твоїм всемогутнім словом дозволу і відпущення, або сльозами покаяння; але й ці сльози, як дар Твій, від Тебе виходять».

Гісоп – це рід ароматичної трави, який вживався у давнину під час обряду очищення людей від прокази і одночасно старозавітний символ милості та очищення. Вперше згадування про нього у Старому Завіті ми зустрічаємо під час опи-

су останньої, десятої, єгипетської страти, коли в будинках єгиптян покаранням за те, що фараон не бажав відпустити євреїв з Єгипту в одну ніч, відбулася страшна подія – вимерли всі первістки чоловічої статі «від людини до худоби». Як говориться про це в книзі Вихід, напередодні вищезгаданої страшної страти євреям було заповідано, щоб вони помазали дверні косяки своїх будинків саме пучком гісопу, змоченому у крові пасхального ягнята: «...і візьміть пучок ісопу, і обмочіть у кров, що у посудині, і помажте поперечини й обидва одвірки дверей кров'ю, що у посудині; а ви ніхто не виходьте за двері дому свого до ранку. І піде Господь, щоб уразити Єгипет, і побачить кров на поперечинах і на обох одвірках, і пройде Господь мимо дверей, і не попустить згубникові увійти в доми ваші для ураження. Зберігайте це, як закон для себе і для синів своїх повіки.» (Вих. 12:22-24).

Отже, знайомимось ближче: **Гісоп лікарський (*Hyssopus officinalis* L.)** – народні назви Іван-зілля, юзефка, синій звіробій, бджолина трава, свята трава) — це багаторічний фітонцидний трав'янистий розгалужений кущ з родини глухокропивових (Lamiaceae) порядку губоцвітів (Lamiales), відома найдревніша і невибаглива спеція. Досягає висоти до 80 см. Віддає перевагу сонячним місцям, добре дренованим ґрунтам. Стебла має численні, чотиригранні, які біля основи дерев'яніють. Корінь стрижневий.

Листи супротивні, ланцетні (подібні до розмаринових, але з глянцем), на верхівках дрібнішають. Суцвіття довгасті, колосоподібні, чашечка світло-зелена, з одного боку, фіолетова. Квіти «сидять» в пазухах верхнього листа. Віночок двогубий, синій, фіолетовий, рожевий, білий. Чотири тичинки помітно виглядають з віночка. Плоди-горішки визрівають у нас з серпня-вересня місяця. Всі частини рослини мають сильний імбірно-шавлієвий пряний аромат. Суцвіття більш багате ефірними маслами, ніж листя і стебла. Відомо таке спостереження – гісоп з синіми квітками містить більше ефірної олії, ніж його форми з червоними та білими квітками. Цвіте гісоп з липня до жовтня, тобто тривалість цвітіння вигідна пасічникам, бо ця рослина ідеально підходить в «килим пасічника», запропонований нами (див. сайт IOBHY <http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/dendropark.html#pasika>). Гісоп чудовий безцінний продуктивний медонос з тривалим періодом цвітіння. Дає багато ароматного нектару і квіткового пилку – з 1 га заростей гісопу можна зібрати до 300 кг ароматного меду, який вважається одним з найкращих. В дикому вигляді росте в Центральній, Південній та Східній Європі, Західній Азії, Північній Африці. Походить він з країн Середземномор'я, а в Україні поширений на всій території країни в дикому стані. Збирати на природі гісоп заборонено: це рідкісне зілля, занесене до Червоної книги.

У Україні гісоп росте в садах і на городах. Його культивують як декоративну і ефіроолійну рослину.

У Європі рослина розповсюдилась завдяки монахам. На той час в численних монастирських садах гісоп вирощували як священну біблійну рослину для очищення храмів і приготуванні їжі. В середньовіччі став популярним, як засіб проти вошей і блошиць. З древності його використовували для очищення повітря і організму як антисептик, для захисту від «злих очей». Його використовували в своїй практиці древні лікарі-цілителі Гіппократ, Авіценна, Діоскорід. Вони здавна помітили схожість його властивостей з шавлією, рекомендували для зміцнення ослаблених хворих і людей похилого віку. В трактаті Авіценни написано про знеболюючу, ранозагоювальну і стимулюючу нервову систему властивості гісопу. З глибини віків народна медицина використовувала його як традиційні ліки в поєднанні з шавлією для лікування запальних процесів в горлі, порожнині рота та шкіри.

В народній медицині Болгарії гісоп застосовували при диспепсії, закрепях, анемії і в якості відхаркувального засобу, особливо для дітей і людей поважного віку.

Заготівля. Заготовляють гісоп в період цвітіння. На другий рік

життя рослини в період його бурхливого цвітіння зрізають верхні нездерев'янілі гілочки з квітами. Висушують під навісом в затіненому, добре вентиляваному місці. Траву розкладають тонким шаром, постійно ворують. Далі обмелюють з метою видалення грубих частин стебла. Зберігати найкраще листя з квітами краще цілим. Перед використанням подрібнюють. Зберігають в герметичній тарі в сухому вентиляваному приміщенні.

«Для того, щоб одержати ефірну олію квітконоси із суцвіттями зрізують на висоті 30–40 см у фазі масового цвітіння. Щоб використати, як приправу, збирають молоді пагони рослини протягом літа. На Півдні України за вегетацію гісоп можна скосити 3–4 рази, одержавши до 700 ц/га зеленої маси. Урожайність зеленої маси за один укіс складає 7–9 т/га. При середньому виході ефірної олії 0,5% збір гісопу відповідає 35–45 кг/га» [2]

Хімічний склад. У квітучій надземній частині рослина містить ефірну олію (0,6–2%), флавоноїди (діосмін, ісопін, гесперидин), смоли, камедь, тритерпенові кислоти (урсолова та олеанолова), дубильні до 8%, гіркі та інші речовини. Гісоп багатий на аскорбінову кислоту (близько 0,2%). Більше всього аскорбінової кислоти в зеленій траві гісопу до цвітіння.

Ефірна олія гісопу – рідина зеленувато-жовтого кольору з сильним скипидарно-камфорним запахом, до його складу входять пінен, пінекамфеол, камфен, альдегіди, вуглеводні та спирти.

Властивості. Використанням цієї священної рослини є допоміжними для полегшення симптомів таких тяжких захворювань, як бронхіальна астма, анемія, стенокардія, туберкульоз, невроз, ревматизм, усувається підвищення пітливість. Ним лікують верхні дихальні шляхи (трахеїт, захворювання горла), шлунково-кишковий тракт (погане травлення, закрепи, коліки, коліти, метеоризм), використовують зовнішньо для лікування забиттів, ран, синців, екземи, стоматиту, панарицію, при запаленні очей, охриплості голосу. Допомагає гісоп у боротьбі з глистами, при лікуванні неврозів, гіпергідрозу. У формі зовнішнього засобу ця рослина використовується при захриплості голосу, захворюваннях глотки та ротової порожнини, полегшує дихання при бронхітах та бронхіальній астмі, при лікуванні ран, та екземи, покращує роботу серця, заспокоює нервову систему, сприяє підвищенню гемоглобіну, знімає запалення слизових оболонок та шкірних покривів. Відвар гісопу виліковує запалення сечовидільної системи, кон'юнктивіту, діє як легке тонізує.

Антимікробна дія ефірної олії гісопу в сумізі з жирною основою застосовується при гнійних захворюваннях шкіри стафілококового походження.

Рецепти народних засобів з гісопу

Настій. З сухої надземної частини гісопу готують настій: в розрахунку 1–2 ст. л. сухої сировини заливають 2 склянками окропу і залишають на годину. П'ють у теплому вигляді 0,5 склянки 2–3 рази на добу за 20 хв. до вживання їжі.

Для зовнішнього застосування (примочки, промивання, полоскання) настій готують по іншому рецепту: 2 ч. л. заливають склянкою окропу, настоюють 30 хв, і використовують за призначенням.

Настоянка на горілці. Настояти гісоп в розрахунку: 20 г трави на 100–200 мл горілки протягом 7-ми днів, процідити та вживати по 1 чайній ложці 2–3 рази на добу.

При цукровому діабеті. 1 столову ложку подрібненого коріння залити 1 склянкою води, кип'ятити 10 хв. Дати настоятися ще не менше 30 хв. Пити по 2 столові ложки тричі на день.

Настоянка від кашлю. Змішати сухий змелений гісоп і руту запашну в рівних пропорціях. Заварити суміш, як чай, або змішати з медом і розсмоктувати 1 чайну ложечку цього засобу кожну годину, можна частіше.

Протипоказання. Гісоп протипоказаний хворим на епілепсію, вагітним, на гіпертонію. Передозування препаратів недопустиме, бо рослина містить речовину, яка може спричиняти епілептоформну дію. Перевищення дозування може мати ефекти, повністю протилежні очікуваним

Розмноження. Гісоп лікарський – багаторічний, невибагливий, витривалий, морозостійкий і посухостійкий, не вимагає догляду, якщо з самого початку його правильно посадили. Ділянка під гісоп має бути рівною або трохи піднесеною, тому що він не виносить застою вологи і його не можна висаджувати в низинах, де затримується вода навесні і після дощів. Насіння висівають рано весною у відкритий ґрунт. Глибина посіву 0,5 см, схема посадки 25 x 30 см. Любить пухкі ґрунти. Добре розростається на відкритому, не затіненому, чистому від бур'янів місці.

Гісоп можна вирощувати і в кімнатних умовах, тоді пряність буде під рукою цілий рік.

Гісоп в кулінарії. В кулінарії гісоп відіграє важливу роль при приготуванні оздоровчо-дієтичних страв, його використовують у свіжому і висушеному вигляді для ароматизації перших, других страв та холодних закусок, додають до маринадів для покращання смаку та аромату під час соління помідорів і огірків. Пряні, трохи гіркуваті і терпкуваті на смак гілочки гісопу лікарського використовуються в якості спеції, яка одночасно збагачує їжу корисними

речовинами, покращує смакові якості та лікує. Вживання гісопу в їжу сприяє кращому травленню і збуджує апетит.

Листя гісопу використовують як пряність в зелених коктейлях – додають його як в сирому, так і в сушеному перемеленому вигляді.

Свіжі квітучі верхівки та листочки додають в супи, паштети, салати, молочний сир, фаршировані яйця та ковбаси, смажену свинину, рибні страви, рагу, зрази з телятини. Дрібно нарізаний і змішаний з сиром гісоп додає продукту пікантного аромату і смаку.

Взимку з гісопу можна пити світлий, духмяний і цілющий чай, що пахне літом.

В деяких країнах роблять тонізуючі безалкогольні напої з рослини для людей похилого віку, але треба знати і дотримуватись дозування в залежності від їх стану.

До речі, в склад абсенту – тонізуючого напою з вмістом 70% алкоголю, який прозвали «Музою поетів» або «Зеленою відьмою», входив гісоп. Але, крім гісопу, в склад напою також входили полин, м'ята, меліса, айр, ромашка, ганус, фенхель, тощо і дія його на організм людини була неоднозначна за рахунок галюциногенного туйону.

Після додання гісопу в посуд зі стравою, його прикривати не треба, бо запах зіпсується.

Він добре поєднується з такими пряними травами, як кріп, петрушка, базилік, м'ята, майоран, фенхель, селера.

Гісопові олія і суха сировина використовувались в парфумерній промисловості, мають фітонцидні властивості.

Післямова. Цінність згаданої вище біблійної медоносної, лікарської, священної рослини доведена використанням і шануванням з древніх архаїчних часів. Наш вибір рослин для книги пов'язаний з бажанням залишити орієнтири для виживання в складних умовах можливого дефіциту їжі і синтетичних ліків. У науково-виробничій світлиці під відкритим небом – дендропарку «Перемога» висаджували 30 років тому найбільш акліматизований гісоп нашої селекції «Ходаківець». П'ятнадцять років, можна сказати «юності дендропарку» і умовної молодості його засновників, при наявності повноцінного і регулярного догляду засновників, їх родичів, працівників ІОВНУ та ІМБІГу, Коростенського відділення Житомирського земляцтва житомирян у Києві, давали добрі результати для дослідів за тематикою ІОВНУ і ІМБІГу, культивування перспективних сортів рослин, благоустрою території дендропарку і планування розвитку для села, його мешканців, інституту і Системи духовного і молекулярно-генетичного оздоровлення людини і довілля доктора А.І. Потопальського. Але серпнева пожежа 2015 року, зміління

ресурсів головної організації – засновника та старіння ініціаторів ідеї майбутнього, суттєві зміни природних умов, а саме постійно посушливі літні місяці протягом 10 років загубили багато цінних дослідів, акліматизованих рослин. Карантинних рослин-агресорів більше ніхто не стримував і їх чисельність ніхто не регулював.

На території дендропарку сьогодні багато рослин вигоріло або занедбано, зокрема гісопу залишилися поодинокі кущі, яких витісняють такі прибульці, як Золотарник канадський. Але не згадати про біблійну чудо-рослину було б злочином, тим паче, що вона того варта як потужний, продуктивний медонос. Насіння цієї цілющої диво-рослини автору Системи духовного і молекулярно-генетичного оздоровлення людини і довкілля було подаровано славетним його земляком Г.К. Смиком, людиною з енциклопедичними знаннями рослин.

Використана література:

1. БІБЛІЯ/КНИГИ СВЯЩЕННОГО ПИСАННЯ СТАРОГО І НОВОГО ЗАВІТУ в українському перекладі з паралельними місцями та додатками - Київ: Українське Біблійне Товариство, 2017.

2. Машанов В. И. Пряноароматические растения / В. И. Машанов, А. А. Покровский. – Москва: Агропромиздат, 1991. – 287 с.

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

БУЗИНОВА МАТІНКА. ЩО НАМ ВІДОМО ПРО БУЗИНУ

Дещо з далекої історії: «Якось один маленький хлопчик застудився. Де він спромігся промочити ноги, ніхто не розумів – адже погода була зовсім суха. Мати роздягла його, поклала в ліжку і звеліла принести чайник, щоб заварити бузинового чаю – чудовий потогінний засіб! У цю хвилину до кімнати увійшов славний, веселий дідок, який жив на верхньому поверсі того ж будинку. Бує він зовсім самотній, не було в нього ані дружини, ані дітей, а він так любив дітей, умів розповідати їм такі чудові казки та історії, що просто диво.

– Ну от, поп'єш чайку, а там, мабуть, і казку послухаєш! – сказала мати....

– Тепер треба б розповісти тобі казку, та шкода, жодної нової не знаю! ... Справжні, ті приходять самі. Прийдуть і постукають мені в голову: «А ось і я!»... Та якби ж прийшла

сама! Але вони поважні, приходять тільки, коли їм самим заманеться!.. Чекай! – сказав раптом дідок. – Ось вона! Подивися, в чайнику!

Хлопчик подивився. Кришка чайника почала підніматися все вище, все вище, ось з-під неї визирнули свіжі білі квіточки бузини, а потім вирости і довгі зелені гілки. Вони розкидалися на всі боки навіть з носика чайника, і згодом перед хлопчиком був уже цілий кущ; гілки тягнулися до самого ліжка, розсували фіранки. Як чудово цвіла і пахла бузина! А крізь зелені листочки визирало її лагідне обличчя – старенької, одягненої в якесь дивовижне плаття, зелене, немов листя бузини, і все всіяне білими квіточками. Відразу навіть не розібрати, чи це сукня, чи просто зелена і живі квіти бузини.

– Хто ця бабуся? – запитав хлопчик.

– Стародавні римляни і греки звали її Дріадою! – сказав дідок. – Ну, а для нас це надто мудроване ім'я, і в Новій Слобідці їй дали краще: Бузинова матінка...»

Казка «Бузинова матінка» – Ганс Крістіан Андерсен

Продовжуємо наше знайомство з цілющими медоносними рослинами України. Мабуть багато хто з читачів читав у дитинстві казку відомого християнського датського казкаря, романіста, поета і драматурга Ганса Крістіана Андерсена «Бузинова матінка», уривок з якої ми представили у вступі до нашого оповідання про воістину народну лікарську рослину – бузину чорну.

Бузина чорна (*Samducus nigra L.*) належить до родини пижмівкових, адоксових (Adoxaseae), раніше в науковій літературі визначали належність до родини жимолостевих. Латинська назва рослини пояснюється по різному: одні вважають, що назва пішла від іранського музичного інструменту, який вироблявся з деревини бузини, інші – від фарби, якою фарбували тканини. У середні віки у Європі шанували цю шикарну і багату на цілющі властивості рослину, вважали священною, магічною і рослиною довгожителів. Казка Г.К. Андерсена якраз дає нам підстрочне знання про можливість бузини заглянути у майбутнє, суттєво продовжити життя і про лікувальні властивості, пов'язані з захворюваннями дихальних шляхів при застудах, бронхітах, ангінах, грипі тощо.

З бузиною пов'язано багато легенд і переказів. Про неї розповідають таку древню легенду, як високий Володимир-князь із своєю свитою погналися під час полювання за оленем, та заблукали у хащах небачених. Почали вони дорогу назад шукати, почули плач гіркий, і поїхали в той бік. Виїжджають на галявину, а на галявині

хата добротна, на ганку її під дверима сидить сивий дідусь і гірко плаче. Запитує його Володимир-князь: «що ти плачеш мил-чоловіче? Повідай біду свою, може допоможу». Відповідає сивий дідусь, що його побив батько за провину, бо він без дозволу виносив свого дідуса на сонечко, та упустив ненароком. Здивувався Володимир-князь: «Скільки ж років тобі, мил-чоловіче?» «Мені тільки 90 роцків минуло, а дідусю сто п'ятдесят восени буде, але по сходинках важко спускатися, через мене він руку забив, кошки тепер повільно плете – господарству збиток через мою недбалість». Увійшов у хатину світлий князь... і побачив ще двох дідусів, які розкрили йому таємницю свого довголіття: завжди їли хліб з сіллю, молоком та сиром, вживали ягоди бузини і чай з неї пили.



Цвіте бузина

І це не дивно. З давніх-давен відомо, що бузина давала тонус організму, очищувала кров, тонізувала гормональні залози. Багато старовинних рецептів до нас не дійшло і один з них, найголовніший – рецепт довголіття. Можливо це відбулось через те, що церква колись забороняла її садити біля садиб, бо вважали бузину однією з язичницьких магічних рослин. І на наших територіях слов'янські народи – русини вважали бузину оберегом, наділеним великою цілющою силою і охоронницею житла. В період хвороби вони поклонялися їй і просили бузину забрати хворобу, а дати здоров'я. У русинів існувало багато повір'їв, які стосувалися бузини, наприклад: не можна було її викопувати, бо зсудомить руки-ноги; не можна було бузиновою гілкою поганяти корову, бо вона могла всохнути, а також приписували їй можливість виганяти нечисту силу, захист від прокльонів, оберіг-процвітання, і таке інше. Але крім пересторог-забобонів пращури активно вживали рослину в лікувальних цілях. Крім того, її використовували як захист-інсектицид від мишей і щурів, довгоносиків, гусениць, клопів, шкідників кущів аґрусу і смородини, плодкових дерев.

В родинну скарбничку виживання записуємо з «Аптеки бур'янів» фітотерапевта О.М. Піон (Золота бібліотека здоров'я

№1-2(2021) - Вид. ФОП Присяжнюк І.І.) [5]: «...Ефірна олія бузини відлякує мишей та пацюків, різних комах та міль, тому бузинові віники доцільно розкладати по хаті, на горищі, в сінях, сараях, банях. Чорнила, виготовлені з ягід бузини, ніколи не вицвітають, а рукописи не псуються мишами. Соком з бузинових ягід фарбують волосся у попелястий колір, водночас лікується педикульоз (авт. «вошивість»), лупа». Греція, Стародавній Рим, фактично вся Європа, Азія, Індія активно використовували чорну бузину, як сечогінний, протизастудний, протизапальний засіб. В античній Греції бузину чорну навіть культивували. Існує давня легенда, як моряк в порту напився алкогольного напою з соку бузини, і несподівано для себевилікував застарілий ревматизм. Бузина входила в склад «Сен-жерменовського» чаю, який мав послаблюючий ефект. В давнину і квіти, і плоди йшли на виготовлення прохолодних напоїв, для очищення організму від токсинів. Виготовляють і зараз з квіток чаї, трав'яні напої, випічку, а з кисло-солодкого соку чорних плодів: пиво для чоловіків та домашнє вино, компоти, кисілі, желе, сиропи, мармелади, варення, муси, портвейни, коньяки, лікери, пиво, шампанське. В Італії популярна Самбука – італійський лікер з ягід бузини, у шведів популярний Снапс – шведська традиційна горілка на рослинній основі: бузини, смородини, полину, кмину, звіробою. Для виготовлення багатьох страв у кулінарії застосовували нешкідливі барвники (червоні і пурпурні) з соку чорної бузини. На Кавказі плоди використовували для фарбування шовку в оливковий колір, додавали у виноградне вино для посилення кольору і надання йому мускатного смаку. Нешкідливі фарби із стиглих ягід бузини чорної використовували в текстильній промисловості. На жаль, в Україні були часи, коли намагалися стерти з пам'яті народу лікувальні властивості бузини під гаслами «буржуазні пережитки», і, навіть, приписали її до групи бур'янів, з якими ведеться постійна боротьба.

Бузина чорна (*Samducus nigra L.*) – розгалужений кущ або деревце, яке досягає висоти 5 м. Ареал зростання достатньо широкий: Туреччина, Іран, Азербайджан, Вірменія, Північна Америка, Мадейра, Прибалтика, Азорські острови, деякі Африканські країни, Індія, Нова Зеландія, Україна, близькі сусідні країни такі, як Молдова, Білорусь, Росія, та інші. У Закарпатській, Львівській, Волинській, Тернопільській, Київській, Сумській, Харківській, Полтавській, Черкаській, Хмельницькій та Донецькій областях значні запаси бузинових кущів, з яких можлива промислова заготівля цінної сировини.

Бузина чорна світлолюбна рослина, росте в підлісках, на узбіч-

чях лісів, утворює чагарникові зарості. Плодоносить рясно. Листя бузини супротивні, перисті, довгасті, яйцеподібні, по краю гострозубчасті, великі. Колір мають темно зелений, знизу світліші. Мережеве суцвіття плоске, діаметром до 20 см з п'ятьма щіткоподібними гілочками. Квіти жовтувато-білі, дрібні, п'ятипелюсткові з шиповидним віночком – пахучі. Тичинок п'ять з жовтими пиляками. Цвіте приблизно 15 днів у травні-червні. Плоди бузини мають декоративно-витончений вигляд, чорно-фіолетового кольору з 2–4 кісточками всередині, кисло-солодкуваті, соковиті, їстівні. Чорна бузина використовується як прикраса в ландшафтному дизайні парків і садів завдяки своєму декоративному вигляду в період цвітіння і плодоношення.

Вона вважається весняно-літнім медоносом, який дає підтримуючий взяток. Одна квітка виділяє 0,16 мг нектару з вмістом 23% цукру, вважається, що один га суцільних насаджень бузини дає 85 кг нектару. Нам розповідали, що пасічники для боротьби з варо-аозом бджіл, кладуть суцвіття бузини у вулик.

Один з варіантів консервації цінних лікарських речовин у пасічників – це комбінація багатоквіткового меду з ліофілізованими ягодами бузини та подрібненим до борошна коренем шестипелюсткового лабазнику, з прополісом. Під час сублімаційного висушування бузина зберігає смак, аромат і майже всі корисні властивості. А рівномірне поєднання з медом дає ідеально збалансований смак. Його можна їсти як варення з маслом і хлібом, або додавати в йогурти і десерти. Крім того, в нього чудові лікувальні властивості, а саме це:

- сечогінна, потогінна, жарознижувальна, відхаркувальна та протизапальна, проносна та детоксикаційна, антиоксидантна дія;
- лікування катару та запалення дихальних шляхів та ревматичних захворювань;
- лікування мігрені та невралгії;
- підтримка процесів травлення;
- лікування запалень, опіків, екземи шкіри, запалення порожнини рота та горла, кон'юнктивіту;
- допомога при лікуванні діабету або розладів, пов'язаних з рівнем глюкози в крові;
- лікування вірусних і мікробно-вірусних захворювань, які в умовах війни і розрухи досягли відчутних масштабів;
- лікування сечостатевих органів;
- підтримка ефективного лікування депресії та інших психічних розладів, найбільш серйозно виражених в самоізоляції, апатії і депресії. Для таких хворих корисні наші фітокомплекси і компонен-

ти Системи духовного і молекулярно-генетичного оздоровлення людини і довкілля;

- зміцнення функціонування імунної системи.

В складі такого продукту 89% багатоквіткового меду, 5% бузини чорної сублимованої та 5% меленого кореню лабазнику шестипелюсткового, 1% розчину прополісу.

Заготівля лікарської сировини. Знawці-фітотерапевти в наші часи беруть з бузини чорної все: ягоди, квіти, листя, кору і коріння, які використовують самостійно та в сумішах.

Квіти бузини чорної для лікування збирають під час цвітіння, вибірково проріджуючи від майбутніх зайвих грон для того, щоб ягоди восени були більші. Крім того, квіти ще збирають на ефірну олію. Сушать квіти під наметами на повітрі, підвішуючи суцвіття на мотузках або при температурі 40–50 °С розклавши тонким шаром. Для сушіння розкладають сировину в один шар на папері чи тканині. Сушені квіти повинні бути жовтого кольору, обшморгані з парасольок і складені в сухі скляні банки. Строк зберігання 3 роки.

Фітотерапевт О.М. Піон в «Аптеці бур'янів» радить: «...квіти для лікування використовують тільки сушеними, та ще й після одного року зберігання, тобто початок користування можливий лише через рік після збору. Така умова надає саме бузиновому цвіту сильніших потенційно-лікувальних властивостей ...».

Листя бузини чорної заготовляють під час її цвітіння. Трохи прив'ялюють на сонці і досушують в добре вентильованих приміщеннях, в затінку. Зберігають аналогічно висушеним квітам.

Кору бузини заготовляють навесни в період сокоруху з торішніх пагонів, з яких зішкрібають зовнішній шар і залишок висушують в духовці або сушарці з температурою не вище 60 °С.

Плоди бузини – збирають тільки в період повної стиглості. Так як ягоди швидко псуються, тому їх після збору слід негайно переробляти: охолодити, заморозити або висушити. Українські заготівельники збирають бузину з китицями разом, а потім самі відділяють ягоди від грона і використовують різні варіанти зберігання плодів: від сушених в сушарках при температурі не вище 60 °С до переробки на варення, компоти, наливки, вина та інше.

Коріння бузини заготовляють після досягання плодів, висушують стандартно в сушарках, духовках при температурі не вище 60 °С, розкладаючи тонким шаром.

Активні речовини і лікувальні властивості чорної бузини. Чорна бузина – унікальна рослина, в якій представлено широкий спектр цілющих властивостей. Вміст активних речовин бузини чорної відрізняється в залежності від анатомічної частини росли-

ни (квіти, ягоди, листя, кора, коріння), але зберігається головний комплекс.

У сушених квітах міститься [1,2,3,4] холін, бугрин, таніни, набір органічних кислот (валер'янова, яблучна, оцтова, кавова) та жирні кислоти (лауринова, міристинова, пентадеканова, пальмітоолеїнова, пальмітинова, стеаринова, олеїнова, лінолева, ліноленова, арахінова, гондолієва, бегенова), дубильні речовини, ефірна олія, провітамін А, флавоноїди, флавоноли — кверцетин, кемпферол та їх глікозиди — гіперозид, ізокверцетин, рутин, астрагалін; антоціани — ціанідин, дельфінідин, пеларгонідин, мальвінідин, пентунідин, пеонідин, полісахаридів (спирторозчинних полісахаридів (СРПС), водорозчинних полісахаридів (ВРПС), пектинових речовин (ПР), геміцелюлози (ГЦ)); фенолкарбонові кислоти (п-кумарова, хлорогенова); тритерпеноїди (α - і β -амірин, бетулін, олеанолова та урсолова кислоти); ціаноглікозиди (самбунігрин); амінокислоти (аспарагінова та глутамінова, треонін, серин, гліцин, аланін, валін, гістидин, ізолейцин, лейцин, тирозин, фенілаланін, лізин, аргінін, метіонін, пролін); ефірна олія, каротиноїди, аскорбінова кислота, хлорофіли, макро- та мікроелементи (вміст мг/кг: Mg — 320, Ca — 800, Al — 30, Pb — 0,1, Fe — 20, Ni — 0,2, Cu — 0,5, Zn — 0,2, Mo — 0,2, Sr — 0,5, K — 3000, Si — 270, P — 300, Mn — 12, Na — 42, B — 1, V — 0,05, Sn — 0,07, Cr — 0,1, Ag — 0,05). Квіти бузини чорної — це протизапальний, проносний і кровоочисний засіб, який лікує [6] «...бронхіти з сухим кашлем і хрипом в грудях, запалення (катари) внутрішніх органів, ревматизм, гарячку, застоюється при подагрічних та ревматичних артритих, подагрі, та при наявності піску в нирках..., для полоскання і примочок при ангіні та інших запаленнях слизових оболонок, запальних хворобах очей і вух, ревматичному болю й набряках від подагри, а також при гемороїдальних шишках...». Відомий знавець лікарських рослин, Григорій Костянтинівич Смик радить [6]: «вживання просте: одну столову ложку сухих квіток залити склянкою окропу, настояти протягом 20 хвилин, дати відстоятися, процідити і пити гарячим... Якщо сухі квітки бузини чорної додати до звичайного чаю у співвідношенні 1:3 за масою, то матимете чудовий напій, який за букетом близький до кращих сортів дорогого чаю...».

Листя містить [1,2,3,4] вітамін С, самбунігрин, алкалоїди коніїн і сонгвіарин, ефірну олію, смоли, каротин, полісахаридів, вищі аліфатичні вуглеводи; жирні кислоти (пентадеканова, пальмітоолеїнова, пальмітинова, стеаринова, олеїнова, лінолева, ліноленова, арахінова, гондолієва, бегенова); флавоноїди, дубильні речовини, органічних кислот, гідроксикоричних кислот, тритерпеноїди

(α - і β -амірин, бетулін, урсолова і олеанова кислоти); амінокислоти, стероїди (ситостерин), вітаміни (аскорбінова кислота, каротин), ефірну олію, хлорофіли, макро- та мікроелементи (вміст мг/кг: Mg — 530, Ca — 1100, Al — 32, Pb — 0,08, Fe — 32, Cu — 0,6, Zn — 0,3, Mo — 0,15, Sr — 3, K — 4800, Si — 1000, P — 280, Mn — 17, Na — 185, B — 1,5, Ag — 0,5).

Зовнішньо молоде листя використовують як протизапальний засіб при фурункулах, запаленні (зокрема, гемороїдальних вузлів), попрілості, опіках. Для цього це молоде листя відварюють в молоці. Свіжозібрані молоді листочки тамують і гальмують больові відчуття, для цього їх прикладають до хворих місць. Зварене листя з медом використовують, як проносне. Також, у народній медицині листям користуються при діабеті, ревматизмі, рожистих запаленнях, подагрі, артритих, водянці, зовнішньо при болях у вухах, геморої, простудах. Для лікування ларингітів, простуд використовують відвар з листя; припарки з листя — при застарілих ранах, ревматизмі і подагрі, при укусах змій, бджіл та комарів; сік з листя має проносну дію; чай або відвар приймають при кишкових коліках.

При подагрі з листя бузини готують ванни: 8 склянок свіжого листя бузини варять у 8 літрах окропу біля 30 хвилин. Доводять температуру до 37 градусів, приймають ванни до 20 хвилин.

В **корі** [1,2,3,4] діючі речовини – полісахариди, жирні кислоти (пальмітинова, стеаринова, олеїнова, лінолева, ліноленова, арахінова, бегенова, лігноцерінова, нервонова, церотинова); флавоноїди, дубильні речовини, органічні кислот, гідроксикоричних кислот; вітаміни (аскорбінову кислоту, каротиноїди); хлорофіли, амінокислоти, макро- та мікроелементи (вміст мг/кг: Mg — 270, Ca — 810, Al — 9, Pb — 0,09, Fe — 9, Ni — 0,18, Cu — 0,45, Zn — 0,5, Mo — 0,04, Sr — 2,5, K — 2800, Si — 520, P — 150, Mn — 18, Na — 14, B — 0,7). Кора бузини чорної проявляє сильну сечогінну дію. Відвар кори п'ють при хворобах нирок і набряках. Для лікування бешихового запалення (рожі) О.М. Піон радить використовувати таким чином [5]: «Запарюють кору в конопляному молоці, яке готують з насіння конопель: розтерте насіння заливають окропом і настоюють 1 годину. Потім підігрівують і запарюють змелену в порошок кору бузини до густої кашки. Таку бузиново-конопляну масу прикладають на вражене бешихою місце строком на 1 добу. Після чого запалення і набряк значно зменшуються, а після повторного використання зникають геть...». Настій кори готують так: 6 г кори настоюють в 500 мл окропу протягом 5 годин в термосі. Вживають 5 раз на день.

У **корінні** містяться сапоніни, дубильні та гіркі речовини. Ко-

ріння використовують при тих же хворобах, що і з корою. Тобто: відвар коріння п'ють при хворобах нирок і набряках. Один з способів приготування лікувального відвару [5]: «1 столову ложку подрібненого коріння, або 10 г заливають 1,5 склянки води, варять на слабкому вогні 30–45 хв., поки не залишиться половина рідини. Після охолодження проціджують. П'ють по 1–2 ст.л. кілька разів на день».

Плоди містять в своєму складі [1,2,3,4]: полісахариди, жирні кислоти (пальмітинова, стеаринова, олеїнова, лінолева, ліноленова, арахінова, нервонова), флавоноїди (рутин, кемпферол); антоціани (глікозиди ціанідину, самбуцину, дельфінідину, пеларгонідину, мальвінідину, пеонідину, петудину, 3-глюкозид, 3-самбубіозид, 3,5-диглюкозид і 3-самбубіозидо-5-глюкозид ціанідину); дубильні речовини, органічні кислоти (яблучна, лимонна); гідроксикоричні кислоти, ефірну олію; амінокислоти, вітаміни (каротиноїди, аскорбінова кислота); хлорофіли; макро- та мікроелементи (вміст мг/кг: Mg — 170, Ca — 310, Al — 4, Pb — 0,05, Fe — 8, Cu — 0,2, Zn — 0,5, Mo — 0,2, Sr — 0,4, K — 1780, Si — 410, P — 90, Mn — 3, Na — 20, Ni — 0,05).

Плоди бузини сприяють схудненню, це обумовлено гормонами, що нормалізують роботу ендокринної системи та стимулюють метаболізм. Плоди значно знижують апетит, вони здатні «розчиняти» жирові бляшки в судинах, покращувати їх еластичність, зміцнювати стінки та знижувати артеріальний тиск. Крім того, оздоровчі комплекси (препарати, настоянки, настої, відвари, напари, дієтичні харчові добавки і страви) на основі чорної бузини допомагають в лікуванні аномально підвищеного рівню ліпідів і ліпопротеїнів (гіперліпідемії), знижують ризик серцево-судинних захворювань, лікують застуду, вірусні і вірусно-мікробні захворювання (bronхіти з сухим кашлем та хрипом у грудях, ангіни, катарів (запалень) внутрішніх органів, гарячці, фарингіти, фронтити, краснуху, кір, грип, гепатит, артрит, поліартрит, ревматизм) і малярію, підвищують імунітет, нормалізують діяльність шлунково-кишкового тракту (зокрема, плоди бузини рекомендують вживати при виразці кишківника, дизентерії, слабості і засміченості шлунку), знімають жар і різного роду запалення, заспокоюють біль та різь у животі, мають сечогінний ефект, лікують сечовиснаження при діабеті, виводять з організму зайву рідину, нормалізують роботу кори надниркових залоз, сприяють відходженню слизу і мокротиння, лікують шкірні захворювання травматичного і аутоімунного походження (абсцеси, опіки, порушення пігментації шкіри, попрілості), допомагають при хворобах очей (блефариті і кон'юнктивіті) та вух, виганяють гель-

мінти і дезінфікують, знімають інтоксикацію організму (виводять з організму солі важких металів і радіонуклідів, знімають закрепи, нейтралізують дію вільних радикалів), попереджають ризик онкологічних захворювань, гемороїдальні вузли, мають заспокійливу дію і звільняють від депресії, мають тонізуючий ефект і підвищують працездатність.

На основі бузини чорної виготовляють препарати з анти-гіпоксичною активністю. Ягоди бузини чорної рекомендується вживати при застої жовчі та хворобах нирок (наприклад, при наявності піску в нирках) і сечового міхура, асциті, жіночих захворюваннях, для поліпшення обміну речовин, при водянці, для усунення головного болю і набряків (для цього готують настої, відвари і фіточаї). Ягоди бузини також проявляють антимікробну дію до збудників уроінфекцій.

Настій застосовують при варикозному розширенні вен, оскільки він має протизапальну, загальнозміцнюючу та антикоагулянтну дію.

Для покращання стану при отруєннях і інтоксикаціях, при розумовому перевантаженні краще споживати ягоди зварені і змішані з медом. Ці ліки треба вживати по столовій ложці тричі на день з теплою водою. Перед сном на ніч обов'язково випивають 1 столову ложку цих ліків четвертий раз. Зникає запаморочення, відчуття «важкої голови» і нудоти.

В родинну скарбничку виживання записуємо з «Аптеки бур'янів» фітотерапевта О.М. Піон (Золота бібліотека здоров'я №1-2(2021) - Вид. ФОП Присяжнюк І.І.): «...Останнім часом доведено, що квіти, кора та листя бузини дають добрий знеболюючий ефект без наркотичного впливу. Тому вони вважаються найкращим засобом для вгамування болю при мігрені, радікуліті, запаленні трійчастого нерва та інших невралгічних болях, болів після опіків, порізів травм, навіть зубного болю. Але найголовніша здатність бузини – очищувати наш шлунок, кишки, кровonosні судини і кров від шлаків і токсинів, та напевне найважливіша – від радіонуклідів. Свого часу Себастьян Кнейпп звертав увагу людства на дивний факт: птахи перед відльотом у теплі краї щоразу знаходять бузиновий кущ і об'їдають його, щоб очистити і зміцнити свій організм перед далекою мандрівкою....».

Протипоказання. Увага! В незрілому вигляді плоди бузини чорної – токсичні. Зрілі плоди чорної бузини рекомендовано вживати в невеликій кількості. Перший збір рослинної сировини бузини чорної для внутрішнього використання проводьте зі знавцем цієї рослини!

Не рекомендують препарати бузини чорної вживати при неспецифічному виразковому коліті, хворобі Крона, нецукровому діабеті. Слід враховувати, що стебла бузини чорної містять ціанід і можуть бути токсичні. З обережністю треба приймати під час вагітності і годування груддю. Також вважається протипоказанням вік дитини до 12 років.

При прийомі будь-яких природніх ліків слід дотримуватися загально-визначеної дози. Якщо організм хворого алергізований, то початковий прийом ліків із рослинної сировини важливо починати з мінімальної (1/4–1/6) дози відвару, настою тощо, таким чином убезпечивши себе від негативних, непередбачуваних, аутоімунних реакцій організму. При нормальній переносимості першого прийому, можна перейти на (1/2–1/4) рекомендованої дози курсу прийому. І в наступні прийоми рослинних ліків, якщо не було на пробний другий раз зменшеного варіанту прийому ліків, різких негативних реакцій організму у вигляді нудоти, блювання та інших алергічних проявів, можна користуватися рекомендованою дозою.

Бузина чорна слаботоксична, тому дози препаратів з бузини не слід збільшувати, оскільки це може призвести до негативних побічних ефектів: діареї, блювоти, частого сечовипускання тощо. Кора і коріння у великих дозах можуть викликати запалення слизової шлунково-кишкового тракту. Один з авторів статті, доктор А.І.Потопальський, не рекомендує збільшувати дози і в лікуванні рослинними засобами завжди притримуватися розумної міри і призначень лікаря. Також бажано вивчити взаємодію бузини чорної з одночасним вживанням ліків, призначених хворому. Так, вживання бузини разом з діуретиками не рекомендується, так як бузина має виражену сечогінну дію.

Страви з бузини чорної. Переважно бузину чорну переробляють на оцет, сиропи, кисілі, компоти, кетчупи, вина, варення, повидло, настойки, лікери, кондитерські вироби (мармелад, желе, начинок для цукерок і пирогів тощо). Смачніше все ж таки використовувати бузину у суміші з іншими ягодами і плодами. Для цього використовувати рекомендований нами «килим пасічника» та оздоровчі комплексні збори власної авторської рекомендації «рюкзачок-травничок» доктора А.І. Потопальського.

Вирощування. Якщо ви збираєтеся вирощувати бузину, то уважайте, що вам пощастило, адже насправді бузина не вибаглива рослина. Вона практично не має хвороб та шкідників. Можна провести обприскування кілька разів після закінчення цвітіння для профілактики від борошнистої роси. Важливо витримати умову при посадці – між деревами повинно бути достатньо простору для

вільної циркуляції повітря. Для кращого плодоношення необхідно для бузини підібрати сонячне місце. Якщо від рослини вимагається тільки її декоративність, то можна знайти місце і з частковим затіненням. Деревця мають дрібне коріння, тому упродовж першого вегетаційного періоду їм важливо підтримувати ґрунт постійно вологим, але не мокрим. Для збереження вологості ґрунту та побудови органічних речовин на зону коріння слід нанести шар компосту або тріски, залишків вирваної або скошеної трави і бур'янів. В перший рік після посадки добрива вносити не потрібно, так як бузина не потребує їх і може отримати всі необхідні поживні речовини з розкладених органічних складників в ґрунті.

Бузину треба постійно обрізати, щоб зберегти її привабливою та врожайною. Перші два роки після посадки кущів бузини їй обрізку робити не потрібно. В подальшому, догляд і обрізання можна проводити трьома способами:

- 1) щорічно видаляти відмерлі або слабкі стебла;
- 2) зрізати всі стебла до землі, щоб вона повністю омолодилася;
- 3) вкоротити стебла приблизно на 1/3.

Бузина цвіте на нових паростках, тому обрізку слід завершити наприкінці зими або рано навесні.

Для збереження бузини здоровою і красивою добрива не потрібні при умові, що рослина сильноросла і щороку дає багато нового приросту. Якщо у бузини мало нових пагонів і малий приріст – добрива необхідні. Для цього б було добре перевірити ґрунт на рівень рН та наявні поживні речовини. Також бузині необхідна допомога в боротьбі з бур'янами, які можуть її витіснити.

Післямова. Про бузину чорну існує багато інформаційного матеріалу на просторах інтернету і в пресі. Наскільки можливо стисло і інформативно ми ознайомили нашого читача з унікальною, максимальною корисною (!) рослиною для усіх органів і систем живого організму. Тому важливо для такої чудової лікувальної помічниці кожній людині знайти в своєму дворі або городі ділянку для її вирощування.

В дендропарку «Перемога» доктора А.І. Потопальського для бузини чорної теж знайшлось місце. Пожежа 2015 року та щорічні посушливі літні місяці значно скоротили багаторічні насадження, але, на щастя, не знищили їх. Тому древнє прислів'я «На городі бузина, а в Києві дядько» актуальне і в наш час, але в зміненому вигляді, такому як його подала всесвітньо відомий фітотерапевт і хімік за освітою Оксана Миколаївна Піон (Людмила Миколаївна Степаненко): «На городі бузина – дядьку на здоров'я!» [5].

Використана література:

1. Вельма В.В., Кисличенко В.С. Дослідження елементного складу плодів представників роду *Sambucus* L. // Матер. міжнар. наук. конф. «Лікарські рослини: традиції та перспективи досліджень». — К., 2006;
2. Вельма В.В., Кисличенко В.С. Дослідження ліпофільних екстрактів з квіток та листя бузини чорної // Фітотерапія. Часопис. — К., 2005. — №3;
3. Лікарські рослини / За ред. М. Гродзінського. — К., 1991;
4. Растительные ресурсы СССР: Цветковые растения, их химический состав, использование; Семейства *Caprifoliaceae* — *Plantaginaceae*. — Л., 1990.
5. Серія: Золота бібліотека здоров'я № 1-2 (2021). О. П'юн «Аптека Бур'янів» - Вид. ФОП Присяжнюк І.І. - 2021
6. Г.К. Смик «У природі й на городі». — К. «Урожай, 1990

ГЛІД – ЛЮБОВ МОГО СЕРЦЯ, СЕРДЕНЬКО МОЄ

Кучерявий, розкішний, ажурний, медоносний... – важко підібрати епітети в захопленні від зовнішнього вигляду нашого нового героя статті. Коли цвіте глід, здається, природа вплітає духмяні мережива гарненьких квітів в крону, над якими парять трудівниці-бджоли. А коли дозрівають плоди – не лінуйся, а збери, серцю в допомогу, всьому організму на укріплення і посилення витривалості.

Глід [(*Crataegus*)] народні назви: бариня-дерево, бориня, боярка, гліг, глогина, лога, логиня, малай та інші] – ця рослина являє собою рід кущів або невисоких дерев (до 5 м) родини трояндових (*Rosaceae*). Латинська назва **Crataegus** має своє походження від грецького слова «Cratanos», що перекладається як сильний, міцний. Вважається, що цю назву глід отримав за довговічність (він живе до 400 років), за міцну і тверду деревину, а також за витривалість і стійкість до несприятливих умов виживання. Але зважаючи на існуючі знання з прадавньої медицини щодо властивостей глоду, можна сказати, що його можливість посилювати скорочення серцевого м'яза, та посилювати кровообіг в серці і мозку, теж відповідає назві «Cratanos» (сильний і міцний). В I столітті н.е. Діоскорід радив використовувати плоди глоду при хворобах шлунково-кишкового тракту, ожирінні, кровотечах, порушенні функції нирок. В XIX віці глід вважався одним з найцінніших відкриттів того часу, тому що втамовував серцевий біль і знімав нервову напругу.

У глоду червонуваті гілки темно-коричневого відтінку, вкриті ко-



***Цвіте великоплідний
китайський глід***



***Плоди великоплідного
китайського глоду***

лючими шипами. Його листя довгасте, іноді яйцеподібне з витягнутим кінчиком, з гострими зубцями. Буває листя розрізане на кілька окремих видовжених як пальчики частин – трьох-п'ятилопате. Таке листя, наприклад, у глоду Пояркової, який є Кримським ендеміком. Цвіте глід у травні-червні в межах 10–15 днів. Зазвичай квіти невеликі, білі, зібрані в густі щіткоподібні суцвіття, із слабким специфічним ароматом. Плід глоду червоний, буває бурий, кисло-солодкий, з мучнистою м'якоттю і з 2–3 кісточками – дозріває наприкінці серпня і у вересні. Відомі різновиди декоративного і плодового глоду з рожевими, малиновими махровими квітами, безколючкові, з жовтими плодами. На фото представлений вітаміноносний великоплідний китайський глід (плоди у нього розміром з райські яблущка – 2–4 см). Такий глід в дендропарк «Перемога» с. Ходаки передали наші київські ентузіасти-однорумці – залишається на даному етапі існування дендропарку

надіятися на Божу допомогу в його виживанні.

Нараховується у світі понад 200 видів глоду – «Такому роду, нема переводу». Росте по всій території України біля 24 видів глоду: на узліссях, пагорбах, схилах, біля доріг, в лісах – як цінна меліоративна рослина. Його широко культивують у парках і садах, як декоративно-садову.

Всі види глодів чудові медоноси і пилконоси. Мед, зібраний з їх квітів, цілющий і духмяний, пилко у глоду жовтого кольору. Кожен різновид пилку і меду, в залежності від виду рослин і місцевості

їх вирощування, має притаманні даним рослинам лікувальні властивості. За А. Каясом [6] пилок з глоду має свою специфічну дію: він зміцнює капіляри, регулює артеріальний тиск, зміцнює серцевий м'яз. Також за В.К. Лавреновим пилок глоду володіє жарознижувачими і заспокійливими властивостями. Його споживання з медом є ефективним засобом оптимізації морфологічного складу крові, лікування ішемічної хвороби, атеросклерозу, стенокардії, захворювань простати. Взагалі пилок проявляє протизапальну і антибактеріальну дію, стимулює обмін речовин, підвищує імунну реактивність організму людини, нормалізує сон, поліпшує фізичну і розумову працездатність, попереджає передчасне старіння, оптимізує стан нервової системи, регулює функцію шлунково-кишкового тракту, сприяє виведенню з організму токсичних речовин, зокрема нітратів [6].

До речі, цікавий факт: визнаний всім цивілізованим світом академік ВАСГНІЛ, біолог, селекціонер-помолог, автор багатьох сортів плодово-ягідних культур, якими користуються на всіх континентах світу, розробник багатьох методів селекції плодово-ягідних рослин, а особливо прославленого методу віддаленої гібридизації (підбір батьківських пар, подолання несхрещуваності та інше), яким користуються всі професіональні садоводи і аматори, І.В. Мічурін використав пилок глоду для опилення квітів горобини звичайної, в результаті чого отримав високоврожайний гібрид – горобина «Гранатна» (*Crataegosorbus miczurinii*) з пурпуровими, кисло-солодкими, без гіркоти з високим вмістом корисних речовин плодами, яка популярна в Україні.

Заготівля. В гліді цінуються квіти, листя і плоди. Їх збирають у відповідні сезони початку цвітіння і вегетації, та плодоношення. Не слід збирати для заготівлі квіти і листя під час роси і дощу. Переробляють їх не пізніше 1–2 годин після збору. Висушують квіти і листя в провітрюваних приміщеннях, під навісами. Строк зберігання сушеної квітково-листяної сировини – 3 роки у відповідних сухих пакетах та скляній тарі. Плоди заготовляють з вересня до заморозків. Плоди мають більше варіантів для зберігання лікувальних і харчових властивостей – їх сушать, з них готують напої, джеми, варення, кисілі, соки. Для просушки плоди розстилають тонким шаром в сушарках, духовках і нагрівають до температури 50–60 °С, також можливо сушити на повітрі в сонячні осінні спекотні дні, теж досушуючи в духовках і сушарках. Сушені плоди можуть зберігати свої лікувальні цінності протягом 8 років в сухих пакетах, скляній тарі.

Склад. Плоди глоду криваво-червоного мають у своєму скла-

ді яблучну, лимонну, виннокам'яну, аскорбинову (вітамін С), олеанову, урсолову і кратегову кислоти. Також в них є цукри, дубильні і пектинові речовини, фітостерини, сапоніни, кумарини, каротин, глікозиди, білки, ефірні олії, вітамін К, Е, макро- і мікроелементи К, Са, Mg, Fe, Mn, Cu, Zn, Cr, Se, B, I та ін. По вмісту каротину вони не уступають моркві та шипшині. Плоди глоду містять значну кількість антоціанів, в них виділені і індифіковані з флавоноїдів гиперин, вітексин.

У квітах і листях знайдені кавова та хлорогенова кислоти, гіпероозид, кверцетин, триметиламін, холін і ацетилхолін, витексин, сапонаретин, гомоорієнтин, рамнозиди витексину, макро- і мікроелементи К, Са, Mg, Fe, Mn, Cu, Zn, Mo, Cr, Se, B, I та ін. В насінні – амігдалін, жирна олія, гіперозид [1, 2].

Для людського організму важливі ті рослини, в складі яких знайдено аскорбинову кислоту (вітамін С). Процитуємо, ще одне «джерело знань»: «Вітамін С – бере участь в окисленні ароматичних амінокислот, регуляції обміну колагену, оксидаційно-відновних процесах, вуглеводному обміні, згортанні крові та регенерації тканин, стимулює утворення стероїдних гормонів, нормалізує проникність капілярів... Для гіпо- й авітамінозів характерні наступні відхилення від нормального фізіологічного стану організму: ...С – знижується опірність організму, підвищується проникність і ламкість дрібних кровоносних судин, порушується обмін речовин, утворення колагену та синтез білків мозку. Людина хворіє на цингу (скорбут) – нездужання, слабкість, запаморочення, головний біль, швидка втомлюваність, поганий апетит, порушення сну, розхитування і випадіння зубів...» [3]. Тому його вживання – це «...профілактика та лікування С-гіповітамінозів; геморагічні діатези, кровотечі, пов'язані з променевою хворобою, інфекційні захворювання, інтоксикації, захворювання печінки, рани, що повільно гояться, посилена фізична і розумова напруга, період лактації і вагітності...». Він виступає «як профілактичний і лікувальний засіб при променевої хворобі. Експериментально доведено, що великі дози аскорбинової кислоти сприяють виведенню із організму катіонів стронцію, кадмію, хрому, свинцю і ртуті. Науково підтверджено, що вітамін С стимулює імунну систему організму. Радіопротекторна дія аскорбинової кислоти полягає в її антиоксидантних властивостях: здатності інактивувати вільнорадикальні форми кисню та інші продукти радіолізу, а також підтримувати у відновленому стані Н-групи білків» [3]. Але треба знати, що вітамін С «...швидко розкладається під дією світла, значно руйнується при термічній обробці і довгому зберіганні у водних розчинах...» [3].

З приводу вітаміну К в тій же книзі: «Вітамін К – необхідний для синтезу в печінці функціонального протромбіну та інших факторів зсідання крові... Для гіпо- й авітамінозів характерні наступні відхилення від нормального фізіологічного стану організму: ...К – кровотечі при незначних подряпинах чи пораненнях, підшкірні та внутрішньом'язові крововиливи...». Тому вплив вітаміну К насамперед на гоєння різного виду ран і зупинку різних видів кровотеч...». Важливо знати – він світлочутливий і розчинний в жирах.

Вітамін Е (токоферол) – «відіграє роль антиокислювача, який перешкоджає розвитку процесів утворення токсичних для організму вільних радикалів і пероксидів жирних кислот. Нормалізує обмін речовин у м'язовій тканині, сприяє накопиченню вітаміну А в печінці... Для гіпо- й авітамінозів характерні наступні відхилення від нормального фізіологічного стану організму: ...Е – зміни в м'язових тканинах – м'язова дистрофія, зниження вмісту в м'язах скорочувальних білків – міозину й актоміозину, параліч м'язів, порушення обмінних процесів у м'язових тканинах, порушення статевих функцій». Таким чином, він лікує «м'язові дистрофії, порушення менструального циклу, загрозу переривання вагітності, аміотрофічний боковий склероз, деякі захворювання шкіри, спазми периферичних судин, захворювання печінки, тромбофлебіти, гіпертонічну хворобу та ін. ...» Вітамін Е – це «сильний антиоксидант. Виявляє радіозахисну дію після прийомів малими дозами зразу після опромінення. Сприяє посиленню імунітету і прискорює відновлення кісткового мозку. Зменшує ймовірність виникнення злоякісних пухлин, як наслідків радіоактивного опромінення».

Лікувальні дані, наведені про деякі вітаміни, що знайдені у гліді, автори в цій публікації розміщують з надією на бажання наших читачів глибше досліджувати рослини, що нас оточують. Маючи базу знань про вміст в рослинах вітамінів, макро- і мікроелементів, дію цих компонентів на живі організми, можна логічно дійти до розуміння їх корисності, важливості і своєчасності вживання. І, головне, полюбити рослини, які несуть нам, по Божому промыслу надію на виживання в періоди важких хвороб і загальної нестабільності в суспільстві.

Лікувальні властивості. Глід знижує артеріальний тиск і збудливість центральної нервової системи, покращує і посилює кровообіг в коронарних судинах серця і судинах мозку, знімає неприємні відчуття в ділянці серця і має тонізуючий вплив на серцевий м'яз, покращує загальний стан хворого, зменшує тахікардію і аритмію. Його використовують при гіпертонічній хворобі, міокардитах, серцево-судинній недостатності I–II ступеня, стенокардії, в клімак-

теричний період, при безсонні, при атеросклерозі, серцевих і ангіо-неврозах, гіпертиреозі з тахікардією. Глід, як квіти, так і плоди використовують в якості анальгезуючого, седативного, судинорозширювального, спазмолітичного, кардіотонічного, гіпотензивного, протиатеросклеротичного, антигіпоксантичного, сечогінного, десенсибілізуючого і снодійного засобу. Квіти і плоди знижують проникність капілярів і судин. Встановлено, що квіти глоду діють сильніше, ніж плоди.

В народній медицині настій плодів і квітів використовують при ревматизмі, набряках серцевого походження, задусі, гарячці, кашлі, як заспокійливий засіб при нервовому збудженні, нервових хворобах з відчуттям сильного блукаючого болю в тілі, при епілепсії, гіпертонії, запамороченні, тривозі, пригніченому настрої, безсонні, після важких хвороб.

Прочитуємо варіант використання глоду в першій половині ХХ століття з книги відомого українського громадського діяча, лікаря за освітою, письменника, поета, публіциста, автора української геополітичної концепції Юрія Івановича Липи «Ліки під ногами! Про лікування рослинами» (1943 р.), в якій він подає власний досвід після 1919 року у вивченні дії лікарських рослин при обмеженій можливості дістати закордонні ліки. З 114 названих Ю.І. Липою найважливіших рослин для лікування він призначає стандартно цвіт і листя глоду звичайного (*Crataegus Oxyacantha*): «заспокоює нерви серця й судин, протикорчеве, зрівноважує працю симпатичного нерву і сонцевого спльоту». Спосіб застосування за Ю.І. Липою – «тінктура (авт. настоянка), напар» [4].

Глід використовують самостійно і в різних комплексах з фітопрепаратами і фізіотерапевтичними процедурами. Серед комплексних чаїв згадаємо рослинний збір доктора А.І. Потопальського «Спокій», доступний для українського споживача, який має заспокійливу дію, покращує сон, нормалізує кровообіг, особливо у серцевому м'язі та головному мозку, регулює тиск крові, ритм і силу серцевих скорочень, зміцнює імунітет і рекомендується особливо в складі комплексного оздоровлення онкохворих та хворих різного виду неврозів. Показання його також розповсюджуються на лікування безсоння, головного болю різного походження, серцевої діяльності, бронхіальної астми, коліків. В складі вищезгаданого чаю «Спокій» серед 24 лікарських рослин є квіти і плоди глоду. (<http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/dev.html>). Чай-фітокомплекс «Спокій» користується попитом усіх знавців оригінальної Системи духовного і молекулярно-генетичного оздоровлення.

Житомирським заводом «Ліктрави» до зміни власника у грудні

2011 р. на німецький холдинг «Martin Bauer Group» виготовлявся унікальний за складом і оздоровчою дією фіточай «Кардіосан», в складі якого глід, собача кропива, м'ята, чистотіл, меліса лимонна, синюха, ромашка аптечна, валеріана, бузина, золототисячник, аронія та інші (<http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/phytotea.html>).

Глід практично нешкідливий. Для ефективності лікування глодом його треба приймати довгий період, можливо і на постійній основі. Чим довше людина вживає глід, тим краще для її здоров'я. Важливі профілактичні чаї. При хронічній втомі, розумовому і фізичному виснаженні, які є причиною зношування серця і всього організму, використання глоду сьогодні стає вкрай потрібним сучасній людині.

Фармацевтичні сильні і одночасно нешкідливі серцеві препарати, такі як «Трикардин» та «Глоду настоянка», мають в своєму складі настоянку плодів глоду з екстрагентом – етанолом 70% (1:10). Спиртова настоянка плодів або квітів глоду готується наступним чином: беруть 30 г плодів або квітів на 200 г 40% спирту, настоюють 2 тижня. П'ють до 40 крапель з водою при сильному серцебитті (тахікардії), підвищенні артеріального тиску. Маючи відповідні складові – коріння валеріани, трави пустирнику, плоди глоду та естрагент можна самостійно виготовити препарат «Трикардин».

Серед готових фітопрепаратів, які поширюються через аптечну мережу, були, є, і залишаються перспективними і ефективними препарати глоду разом з багатьма добавками із інших рослин, а саме: «Кратал», «Пумпан», «Фітосед», «Кардіофіт» [6].

В похилому віці при міокардіосклерозі з явищами гіпоксії серцевого м'яза, холестеринемії колектив авторів книги «Захворювання серцево-судинної системи. Лікування лікарськими рослинами і продуктами бджільництва» пропонує використовувати наступний збір: «плоди кмину звичайного – 5 г, листки рути запашної – 10 г, листки меліси лікарської – 10 г, кореневищ валеріани лікарської – 15 г, квіток глоду колючого – 20 г, листків трави омели білої – 30 г. Одну чайну ложку суміші кип'ятити в 1 склянці води упродовж 5 хв. Пити по 3 склянки на добу» [6].

При миготливій аритмії беруть 5 г квітів глоду на склянку окропу, закривають кришкою і нагрівають на водяній бані 15 хвилин. Далі охолоджують, проціджують, віджимають залишок і доводять об'єм напою до 1 склянки (200 г). Вживають настій по ½ склянки 2–3 рази на день за 30 хвилин до прийому їжі.

При ревматизмі (інфекційно-алергічному захворюванні, яке характеризується системним запальним ураженням сполучної тканини з переважною локалізацією в серцево-судинній систе-

мі) фітотерапія проводиться протягом всього періоду активності ревматичного процесу без перерви, при цьому кожні 1,5–2 місяці фітозбори, або окремі компоненти в них замінюють. Навіть при стійкій ремісії протягом кількох років проводять 4–6 тижневі курси фітотерапії 1 раз у квартал, при цьому при спалахах респіраторно-вірусних хвороб, навесні та восени обов'язково. У різних варіаціях їх завжди рекомендували корифеї української фітотерапії: доктор біологічних наук Григорій Костянтинівич Смик та професор-уролог, хірург Федір Іванович Мамчур – наші однодумці і тодішні рятівники фітотерапії, як невід'ємної складової ефективного лікування важких і навіть безнадійних хворих. На жаль, на просторах сучасної України все рідше ви почуєте про цих невтомних і непохитних героїв медичної науки і практики. В активну фазу хвороби кращі наступні **фітозбори**, в складі яких плоди глоду:

1. Беруть порівну плоди глоду, траву звіробоя, квіти ромашки, бруньки сосни, траву фіалки трьохоколірної, траву хвощу польового, траву череди. 8 г збору заливають 300 мл окропу, нагрівають на водяній бані 15 хв., настоюють в теплі (термосі) 3 години, проціджують. Вживають по 1/3 склянки 3–4 рази на день за 30 хв. до їжі.

2. Беруть порівну квіти глоду, листя манжетки, траву лабазнику в'язолистого, пагони багна, всю рослину осоки піщаної, квіти горобини звичайної, листя брусниці. 8 г подрібненого в порошок збору заливають 300 мл холодної води, настоюють 4 години, доводять до кипіння, настоюють в теплі 1 годину, проціджують. Вживають по 1/4–1/3 склянки 3–4 рази на день за 30 хв. до їжі.

Після досягнення стійкої ремісії доцільно перейти на застосування зборів меншого складу:

1. Взяти порівну квіти глоду, трави: лабазнику в'язолистого, звіробоя, душиці. 8 г перемеленого в порошок збору залити 350 мл окропу, кип'ятити 3 хв., настоювати в теплі (термосі) 2 години, процідити. Вживати по 1/4–1/2 склянки 4 рази на день до їжі.

2. Взяти порівну плоди глоду, листя берези, трави деревію, трави чистотілу. 8 г перемеленого в порошок збору залити 350 мл окропу, кип'ятити 3 хв., настоювати в теплі (термосі) 2 години, процідити. Вживати по 1/4–1/2 склянки 4 рази на день до їжі.

Для зміцнення ослабленого організму, особливо при стресових ситуаціях, ефективний заспокійливий засіб під час алергічних і мікробно-вірусних захворювань: Беруть в рівних кількостях настоянку глоду і валеріани, змішують їх. Вживають перед сном в кількості 30 крапель в чарці з водою.

Для нормалізації кров'яного тиску ефективний такий збір: «Бра-

ти по одній частині квітів глоду і трави грициків, та по пів частини меліси і коріння валеріани. Цей рослинний склад необхідно заварювати як чай, дати йому настоятися 15 хв. і пити регулярно» [2].

Авторський збір для загального оздоровлення організму, регуляції обміну речовин, покращання функцій шлунково-кишкового тракту і верхніх дихальних шляхів (бронхітах, пневмоніях, бронхопневмоніях, трахеїтах, ларингітах тощо): Беруть для приготування суміші в рівних частинах цвіт глоду, цвіт липи, кореневища пирію. Для приготування чаю 1 чайну або столову ложку цієї суміші заливають 1 склянкою гарячої води (t 85–90°C). Настояють впродовж 1 години. Перед споживанням підігріти. Можна додавати за смаком мед або улюблене варення. Для зміцнення функцій організму і зменшення мікробно-вірусного навантаження вживають 1–2 рази на день.

Глід чудовий лікувальний харчовий продукт.

Насамперед, плоди смачні свіжими. З них варять компоти, кисілі, роблять начинку для пирогів, мармелад, варення, джеми. Для довгого зберігання плоди сушать і перетирають з цукром. Сушені плоди розмелюють і додають в борошно, з якого роблять солодке тісто для булочок, печива тощо. Ця добавка надає фруктовий присмак випічці і користь для організму, завдяки властивостям сушених плодів глоду.

Також сушені перемелені плоди глоду важливі для виготовлення крем-меду. Технологію виготовлення ніжної кремової структури і збагаченого смаку цього продукту розробили канадські бджолярі ще у 1928 р. і зараз він у Європі, Америці і Канаді став надзвичайно популярним.

Плоди і квіти глоду заварюють як вітамінний, лікувальний, загальнозміцнюючий і заспокійливий чай. В поєднанні з іншими корисними лікарськими рослинами (квітами, травами і плодами) користь, отримана від споживання такого чаю надзвичайно збільшується. Плоди заварюють або настоюють в термосі 2 години, квіти в звичайному заварнику – 15 хв. Чудове поєднання смаків і складових в чаї з плодів шипшини, сухих яблук і глоду. Окремі комплекси можна створювати і використовувати за своїми уподобаннями.

Для ознайомлення приведемо кілька рецептів страв з глоду:

1. Кавовий напій з глоду: Насіння з плодів глоду висушити, розмолоти на кавомолці. 10 г отриманого порошку, залити 200 мл окропу, настояти в теплі 5 хвилин, додати цукор за смаком.

2. Джем з плодів глоду з яблуками: Для виготовлення джему треба взяти 1 кг глоду, 1 кг яблук і 500 г цукру. Глід і яблука розріза-

ти надвоє, змішати з цукром і залити 1 л води. Все це варити протягом 30 хв. Далі протерти через дуршлаг і знову варити до певної густини. Розкласти у підготовлені стерилізовані банки, закрити.

3. Пюре з глоду: Зібрані плоди глоду залишають на добу для дозрівання. Потім ретельно миють, варять до розмягчення і розварювання. Розварені плоди протирають через сито, отриману масу знову нагрівають і розфасовують в стерильні банки.

4. Цукерки з глоду: Для приготування цукерок використовують пюре, картопляний або кукурудзяний крохмаль, цукор (на 1 кг пюре з глоду 400 г цукру, 100 г крохмалю). Змішують ретельно складові і розкладають тонким шаром (1–2 см) на дерев'яній дошці, нарізають прямокутниками, пересипають цукровою пудрою, після чого залишають на повітрі для підсушування. Готові цукерки перекладають в чисті сухі банки, зберігають при кімнатній температурі.

Протипоказання. Глід протипоказаний при вагітності і годуванні груддю. Під час вживання глоду слід притримуватися дозування, тому що зловживання можуть викликати побічні дії від прийому рослини, «які виражаються в зниженні тиску, уповільненні пульсу, порушенні серцевого ритму і пригніченні центральної нервової системи. Не можна вживати рослину та її похідні людям з артеріальною гіпотензією, підвищеним згортанням, брадикардією, тяжкими порушеннями роботи печінки» (<https://liktravy.ua/herbs/gلودu-plody>).

Розмноження. Глід невибагливий, має потужну кореневу систему, тому може рости на різних видах ґрунтів (кам'янистих, піщаних, збіднених), але полюбляє дреновані родючі, середні і важкі ґрунти. Для нормального плодоношення йому бажано обирати лужні типи ґрунту, або до посадки додатково провести розкислення ґрунтів вапном. Всі види глоду віддають перевагу сонячним відкритим місцям.

Часто глід висаджують для створення непрохідного живоплоту. Для отримання плодів його садять окремо на сонячному місці. Здійснюють посадку навесні або восени. Краще здійснювати осінню посадку. Посадкову яму бажано підготувати за кілька місяців до посадки: в неї закладають суміш піску, перегною, торфу, верхнього родючого шару землі і трохи (дуже мало) вапна. При посадці рослини коріння саджанця обережно розправляють, поміщають у яму, заливають водою і засипають підготовленою ґрунтовою сумішшю так, щоб коренева шийка виявилася на 3–5 см вище рівня поверхні. Після посадки саджанців їх ще раз поливають, а коли вода вбереться, пристовбурну ділянку мульчують шаром компосту, торфу товщиною не менше 5 см.

Для цих рослин рекомендують використовувати два основних способи розмноження: насінневий та вегетативний (кореневою по-

рослю, живцями, укоріненням відводків-гілок, щепленнями). Глід, вирощений вегетативним методом, вступає в плодоношення на 4–5 рік, з сіянців – на 2–3 рік, але все залежить від вологості і родючості ґрунту, загущеності і затемнення посадок. Для прискорення пророщування насіння глоду стратифікують, і навесні висівають, добре прикриваючи вологим опалим листям від пересихання. Через приблизно місяць з'являються сходи. Найкращі сіянці одержують зі стратифікованого насіння. Насінневий варіант розмноження звісно найкращий. Тим більше, що при вмінні щепити можна зробити щеплення будь-якого виду глоду на сіянець (навіть на одній рослині може бути прищеплено кілька сортів і різновидів). Наша порада, підтримайте рослину в перші 2–3 роки до її плодоношення: не скупіться на її підживлення і прополку навколо неї, і вона в майбутньому порадує вас високим врожаєм смачних і цілющих ягід.

Післямова. Глоду належить визнана суспільством і спеціалістами висока оцінка за його м'яку і дуже ефективну дію, як на весь організм, так і на серцево-судинну і нервову системи, найбільш вразливі в умовах війни і постійних стресів. Тому «без глоду – не з порогу, і не до порогу».

В дендропарку «Перемога» ми маємо велику честь від Бога мати таку потужну лікарську рослину. З великими зусиллями сіянцем глоду вдалося вирости і вижити з насіння, привезеного з посушливого півдня України. За це йому щиро вдячні місцеві бджоли, птахи і люди. Глід, який вижив після масштабної пожежі 2015 р. на збіднених ґрунтах обезводненого Полісся занехаяною за кілька десятків років меліорацією, був названий «Серденько моє».

Список використаної літератури:

1. «Лісова скарбниця: довідник лікарських рослин» (рос.) – Донецьк, ТОВ «Глорія Трейд», 2013р.
2. Кобзарь Н.Б. «Природосообразне харчування. Шлях до здоров'я.» (рос.) – Запоріжжя: Дике Поле, 2012.
3. «Вітаміноносні лікарські рослини: Довідник» / Ф.А. Жогло, В.П. Попович, П.В. Олійник, Р.М. Шурин – Львів: Світ, 1992
4. Ю.І. Липа «Ліки під ногами! Про лікування рослинами. Репринтне видання, 1943р.» - Київ: Центр учбової літератури, 2021р.
5. Смик Г.К. «У природі й на городі» - К.:Урожай, 1990.
6. Плахтій П.Д., Бобкович К.О., Жигульова Е.О. «Захворювання серцево-судинної системи. Лікування лікарськими рослинами і продуктами бджільництва.» Видання 2-е, доповнене і перероблене – Кам'янець-Подільський: ПП «Медобори-2006», 2008.

АРОМАТНІ КВІТИ УКРАЇНИ, ЯКІ НАЗВАНІ НА ЧЕШТЬ МІФІЧНИХ ГЕРОЇВ ДАВНЬОЇ ГРЕЦІЇ ТА РИМУ

ЧОРНОБРИВЦІ – ОКСАМИТЦІ – ТАГЕТЕСИ



***Бджола на квітці
чорнобривців***

**Чорнобривців насіяла мати
У моїм світанковім краю
Та й навчила веснянки співати
Про надію квітучу свою
Як на ті чорнобривці погляну
Бачу матір стареньку
Бачу руки твої моя мамо
Твою ласку я чую рідненька
(Слова Миколи Сингаївського)**

З давна чорнобривці полюбив-
лися українцям і стали народ-
ним символом Батьківщини – і лю-
бов ця взаємна. Милує око чарівний
оксамитець-чорнобривець, терпким
пряним ароматом доповнює свою
присутність, одночасно відлякуючи

шкідників з городуни, та незаражує від грибкових захворювань землю, на якій росте. Чорнобривці ми знаєм з дитинства, бо ростуть вони в кожному дворі, на клумбах, в парках. В давнину вони вважалися оберегом від недоброго ока і злих духів. Тому ними прикрашали садочки навколо хати, висаджували під паркани, вплітали у дівочі вінки, прикрашали ікони. Про чорнобривці згадують в українських піснях і казках. Одна з українських легенд розповідає, як під час втечі Божої Матері з Йосипом-обручником в Єгипет на них напали грабіжники, відібрали гаманця і замість грошей побачили в ньому голівки чорнобривців. Інша легенда розповідає, як землю захопили чужинці і вивозили діточок-хлопчаків на чужину в рабство. Їх матері благали небо, щоб земля рідна закрила дітей від чужоземців, і сповнилося прохання: перетворилися хлопчики у красиві дивовижні квіти – оксамитці.

Велику роль в поширенні чорнобривців і сплеск любові до них, зіграла популярна українська пісня відомого поліщука-поета Миколи Сингаївського – «Чорнобривці посіяла мати», кілька рядків з якої прикрашають початок нашої розповіді про них.

Але для багатьох наших співвітчизників буде новиною дізна-

тися, що чорнобривці – прибульці з Південної і Північної Америки. Свою латинську назву отримали від давньоримського красивого пророка-отрока Тагеса або Тагета, який міг бачити майбутнє і знаходити в землі заховане золото. Місцеве населення Америки доколумбової епохи використовувало чорнобривці в якості пряності, лікарської і ритуальної рослини, захищалося його ароматом від комах; вірило, що там, де поширені ці квіти, обов'язково є золото. Після завезення конкістадорами чорнобривців в Європу, вони поширилися по всій Європі, зокрема в Україні, як декоративна і ефіроносна рослина. А далі шлях проклали в Азію і Африку. Основна частина оксамитців-чорнобривців росте в дикому вигляді в Південній і Північній Америці. Культивується в Мексиці, Чилі, Бразилії, Франції, Марокко, Бельгії, Конго, Китаї, Таїланді, Індії, Грузії. В Грузії чорнобривець став улюбленою приправою, без якої, мабуть, не обходиться жодна національна страва. Там же і отримав назву – Імеретинський шафран. Цей шафран – спеція, виготовлена з двох видів чорнобривців: *Tagetes minuta* і *Tagetes signota*, які ростуть в Західній Грузії, місцевості Імереті. Цю пряність використовують також в якості ліків, інсектициду і харчового барвнику. Готується імеретинський шафран шляхом висушування і розмелення в порошок пелюсток чорнобривців.

З тагетесів шляхом екстракції добувають лютеїн (жовтий пігмент) для фармацевтичної і харчової промисловості. Ця шанована в усьому світі квітка особливо цінується народом Індії. Тут її здавна використовують як шанобливу вдячність за подвиги і благородні вчинки, удостоюють гірляндами з тагетесу і почесних гостей. З приємністю згадує один з авторів цієї статті (А.І. Потопальський) такі щирі зустрічі в дружньому колі господарів краю з їх гостями. Йому пощастило побувати в Індії в період розпаду Радянського Союзу і формування посольства України в столиці Індії – Делі. Казковий сюрприз із кількадеметрової гірлянди свіжих махрових духмяних квітів чорнобривців були подаровані кожному з нашої делегації, що відвідала Індію в плані міждержавного обміну спеціалістами. Автор довгий час зберігав цей вінок вдома, аромат якого наповнював кімнату в продовж декількох років. На жаль, в перші роки формування незалежної України такі зустрічі стали можливими для небагатьох спеціалістів. Хоч шанують українців там більше, ніж в часи Радянського Союзу.

Чорнобривці (лат. *Tagetes*), оксамітець, повняки – рід трав'янистих однорічних рослин родини айстрових. Рід нараховує близько 60 видів і безліч гібридних сортів, найбільш популярними вважаються чорнобривці прямоствоячі (*Tagetes erecta*), чорно-

бривці розлогі (*Tagetes patula*), чорнобривці вузьколисті (*Tagetes tenuifolia*). Тільки декілька видів придатні для кулінарного вживання: *Tagetes minuta* (чорнобривці дрібні), *Tagetes signata* (чорнобривці розсічені), *Tagetes patula* (чорнобривці французькі), *Tagetes erecta* (чорнобривці прямостоячі або африканські), *Tagetes lucida* (мексиканський естрагон, чорнобривці з анісово-тархунним ароматом), *Tagetes lemmonii* (чорнобривці лимонні), *Tagetes nelsonii* (чорнобривці з лимонно-м'ятним ароматом).

Чорнобривці мають розгалужене стебло, мочкувату кореневу систему, перисто-розсічене листя, листочки вузькі ланцетні, гострі. Листочки розташовані супротивно або в черговому порядку. Висота рослин в залежності від виду коливається від 20 до 40 см для розлогих видів, від 40 до 100 см – для прямостоячих. Суцвіття чорнобривців за формою поділяються на прості (гвоздикоцвіткові) і махрові (подібні на хризантему). Квіткові корзинки мають розмір від 1,5 до 6 см, колір – світло жовтий, жовтий, жовто-гарячий, помаранчевий, яскраво буро-помаранчевий, червоно-коричневий. Багато видів мають світлу зворотну сторону квіткових пелюсток. Краєві квіти в корзинках – хибноязичкові, серединні – трубчасті. Плоди – лінійні видовжені сім'янки. Зібране насіння в сухому приміщенні зберігає схожість до 4-х років. Чорнобривці невибагливі, тому їх вирощують, як літньо-осінню декоративну довгоквітучу (від червня до жовтня) прикрасу.

Цвітуть рослини рясно весь сезон з червня до заморозків. Квітучий чорнобривець, як медоносна рослина дає підтримуючий взяток (пилку і меду) для розвитку бджолам впродовж всього літньо-осіннього сезону!

Гарно виглядають в букеті – біля 3 тижнів можуть стояти у воді.

Заготівля сировини. Для чаю збирають оксамитці-чорнобривці в період масового цвітіння – липень місяць. Зрізають на висоті 15 см від поверхні ґрунту, або збирають квітучі корзинки. Сушать в затінку. Після зрізання тагетес відростає і восени починається другий період збору квіток з раніше зрізаної рослини.

Збирають імеретинський шафран теж в липні, коли вміст у ньому ефірних олій максимальний. Далі квітки висушують і відокремлюють пелюстки. На ринок імеретинський шафран потрапляє в двох варіантах – у вигляді цілих пелюсток, і у вигляді цих же пелюсток, перемелених у порошок.

За кольором мелений імеретинський шафран подібний з куркумою.

Хімічний склад. Квіти і листя тагетесу багаті ефірними оліями, фітонцидами, флавоноїдами, глікозидом рутином, вітамінами А, С,

P, E, каротином, мікроелементами.

Сухий імеретинський шафран, виготовлений з чорнобривців, багатий вітамінами – С, А, Р, вітамінами групи В, фосфором, натрієм, магнієм, кальцієм, калієм, залізом, селеном, цинком, марганцем.

Лікувальні властивості. Запах у тагетесу фруктовий, солодкий із цитрусовими нотами – розслаблює і заспокоює, знімає стрес і занепокоєння. До речі, аромати деяких французьких парфумів, включають аромат чорнобривців. Цей запах в парфумах поєднують з ароматом герані, лаванди, ромашки, шавлії. Одночасно відомо, що аромат чорнобривців використовують в боротьбі за врожаї, бо для шкідників запах цих квітів різкий і терпкий, неприємний і нестерпний. Ці однорічники – санітари проти комарів, клопів, блішок, нематод, тлі, шкідників капусти. Також чорнобривці збагачують виснажений ґрунт багатьма поживними речовинами і покращують його структуру. Їх рекомендовано висаджувати поряд із полуницями, огірками, цибулею, сунцею, капустою.

Наші мами та бабусі в період вірусних захворювань обов'язково заварювали чаї з бутонів чорнобривців. Часте вживання чаю з чорнобривцями – це профілактика інсультів, інфарктів, атеросклерозу, онкологічних захворювань, хвороб підшлункової залози, печінки, діабету, застуди, грипозних захворювань. Чай з чорнобривцями сприяє посиленню імунітету. Цей ефект корисно знати батькам неконтактних дітей – одинаків, які під час частування такими напоями, з цікавістю розглядають квіточки в склянці і одночасно оздоровлюються.

На початкових стадіях діабету оксамитець здатен суттєво знизити рівень цукру в крові. Чорнобривці також мають антибактеріальну активність у відношенні до *Staphylococcus albus*, *Bacillus subtilis*, *Bacillus pumilis* і *Bacillus mycoides*. Ця ароматна квітка здатна боротися з бактеріями і зменшувати запалення, може значно поліпшити перебіг хвороб через порушення обміну речовин, особливо алергічних, а також таких як псоріаз, діатез, нейродерміт, випадіння волосся, погіршення зору. Квіти нормалізують травлення, успішно борються із шлунковими захворюваннями, наприклад, такими як діарея і шлункові коліки. Використовують чорнобривці також для лікування закрепів, вони проявляють також сечогінний і жовчогінний ефект.

Входять в склад зборів для зниження тиску у гіпертоніків.

Можно приготувати екстракт чорнобривців, який має противірусний, антибактеріальний, протигрибковий ефект і використовується зовнішньо і внутрішньо.

З книги відомого вченого агронома, почесного пасічника України, академіка Української Академії Наук Г.М. Приймака читаємо, що чорнобривці проявляють сечо- та потогінну і протиглисну дії, для цього готується настій: «1 стол. ложку сухих корзиночок чорнобривців на 200 мл окропу, настоюють 2 години, проціджують. Приймають по 2 стол. ложки 3–4 рази на день за 30 хвилин до вживання їжі при простудних захворюваннях та як сечогінний засіб» [1].

Завдяки каротиноїдам (а особливо, лютеїну), які грають важливу роль в гостроті зору і входять до складу оксамитців-чорнобривців – ці квіти корисні в профілактиці вікових втрат зору і допомагають при віковій макулодистрофії, катаракті, кон'юнктивіту та ін. захворюваннях очей. Лютеїн відіграє значну роль у функціонуванні людського ока, особливо в умовах вікових змін, багатогодинної роботи за комп'ютером і різких змін погоди, тому що він є невід'ємною складовою жовтої плями на сітківці ока, яка є місцем найкращого бачення і відповідає за гостроту зору, можливість читати, водити машину, бачити дрібні деталі, навіть орієнтуватися в просторі. Тому лютеїн застосовують як лікарський засіб в лікуванні макулодистрофії.

«У 2010 році в дослідженні Віконського університету в Медисоні з 1800 учасницями було виявлено, що при вживанні лютеїну і вітаміну С можна знизити ризик розвитку катаракти у жінок» [3,4]. Але теплова обробка руйнує лютеїн, тому споживання тагетесів важливе у вигляді приправи для свіжонарізаних салатів, перед подачею до споживання багатьох страв у теплому вигляді: супів, соусів тощо.

Наводимо деякі з найбільш поширених оздоровчих рецептів:

При зовнішніх і внутрішніх кровотечах для зміцнення стінок судин: взяти 2 ст. ложки квіткових кошиків чорнобривців, 1 чайну ложку квіток таволги (комірника в'язолистого), заварити 2 склянками окропу, настоювати в закритому посуді 20 хвилин. Розділити напар на трьох разовий прийом в день до їжі. Приймати 2–3 тижні щодня.

Для лікування цукрового діабету:

1. Беруть 50 штук квіток чорнобривців з темним відтінком, заливають 0,5 л горілки, настоюють тиждень. Вживають цю настоянку по 1 чайній ложці 3 рази на день перед їжею протягом 5–7 днів.

2. При захворюваннях підшлункової та діабету – одну квітку заварюють склянкою окропу. Вживають по 1/4 склянки 4 рази на день. Під час загострення панкреатиту рекомендовано пити настій по 1 столовій ложці кожні 2 години. Оздоровлення проводити протягом 3–4 тижнів.

Від шлунково-кишкових захворювань і хвороб верхніх дихальних шляхів, особливо в період циркулювання сезонних вірусно-мікробних асоціацій А.І. Потопальський пропонує доступний рецепт з трьох популярних рослин – ехінацеї пурпурної (бажано авторського сорту «Поліська красуня») + нагідки (бажано авторського сорту «Нагайстра») + чорнобривці (краще темного забарвлення), які беруть в рівній кількості для оздоровчої суміші. В 1 склянці 1 чайну ложку цієї суміші запарюють гарячою водою (t 80–90°C) на 30–40 хв. Отриманий напар можна пити, розбавляючи гарячою водою, і розтягуючи задоволення на кілька прийомів. При тривалому (від 10 до 30 днів) споживанні такого чаю проявиться оздоровчий вплив на печінку, селезінку, підшлункову залозу, нирки, статеві залози, центральну нервову систему.

Для лікування високого тиску: відомо, що чорнобривці мають седативні властивості і сприяють зниженню і нормалізації артеріального тиску, тому їх потрібно подрібнити і змішати порівну з квітками календули, перцевої м'яти, залити 1 столову ложку (з верхом) суміші 1 склянкою окропу і залишити настоюватися на 10–15 хвилин. Після цього процідити і додати 1 чайну ложку меду. Випивати за півгодини до їжі. Приймати щодня до стабілізації стану.

Квіти можна додавати в чаї, компоти, кисілі для покращання смакових і цілющих властивостей. Вважаються найбільш корисними червоно-коричневі квіти, які найбільш багаті каротином (провітаміном А).

Ми вже розповідали про імеретинський шафран, але не тільки грузинська кухня використовує в якості прянощі пелюстки бархатців. У Франції, як ми знаємо тагетеси вирощують в промислових масштабах не тільки для парфумерної промисловості, але і в якості приправ вишуканих страв. В Туреччині полюбують разом з базиліком, коріандром використовувати пелюстки, що робить кулінарні вироби корисними і сприяє травленню. Також оксамитці використовують в соліннях, маринадах, виготовленні оцту. В Європі перетерте до борошна сушене листя оксамитців додають в борошняні вироби і супи. До речі, приправа з тагетесу сприяє фарбуванню страви у жовтий і навіть помаранчевий колір. Для салатів використовують тільки золотисто-жовті чорнобривці.

Рецепт жовтого печива: «Збити в піну білки з 4-х яєць, перетерти 100 г цукру з 2-ма столовими ложками свіжих пелюсток чорнобривців, з'єднати з білками. Розтерти до пухнастої маси 4 столові ложки вершкового масла, поступово додаючи чорнобривці з цукром і жовтками. Змішати одержану масу із 100 г борошна. Готове тісто викласти на деко, випікати до золотистого кольору і порізати

на шматочки» [2].

Протипоказання. Чаї та настої з імеретинським шафраном, тобто з чорнобривцями, заборонено вживати під час вагітності.

У зв'язку з великою кількістю ефірних олій в квітках і листі тагетесу, слід проявити на початку його застосування обережність і перевірити особисте сприйняття цієї рослини. Для цього одну квітку в склянці треба залити окропом. Через 15 хвилин проціджений настій спробувати. Таким чином, можна побачити реакцію організму на лікування і оздоровлення тагетесом.

Взагалі чорнобривці сприймаються добре. Особливих протипоказань не виявлено.

Розмноження і догляд. Тагетеси розводять висіванням насіння в ґрунт, або пересаджують вже готову розсаду. Краще насіння тагетесів сіяти навесні. При виборі місця посіву треба врахувати, що вони можуть рости на сонці і в затінку, і на збіднених на азот ґрунтах. Головне, щоб не було дуже волого і темно. Звісно найкраще їх слід посадити в сонячному місці і забезпечити їм помірний полив, також 1–3 підкормки мінеральними добривами на сезон. При посіві заглиблюють насіння в ґрунт на 0,5–1 см. Сіянци з'являться через 5–10 днів. Якщо посіви виявилися густо посадженими, вихід завжди є: розсадити лишнє в городі в якості захисту від шкідників. На перших порах життя чорнобривцям треба допомогти боротися з бур'янами, а потім вони вже зможуть справлятися з ними самі. Легко витримують пересадку в стані цвітіння.

Післямова. Ось такі наші рідненькі українські чорнобривці. Важливі в садочках, важливі в приправах – все літечко з нами, літечко проводжають і дні осінні прикрашають, лікують наші тіла і душі, очищують наш простір від хвороботворних вірусів і бактерій...А скільки ми про них ще не знаємо. Настав той час, коли кожному треба закохатися в рослини, які здаються нам непомітними, такими звичайними, що ми іноді не звертаємо на них уваги, а вони наші вірні і найпотужніші помічники і захисники, своєчасно послані нам Богом. Тому є ще час заготовити їх на осінь, зиму і ранню весну.

Використана література.

1. Г. Приймак «Наше здоров'я. Апітерапія, фітотерапія, оригінальні рецепти зцілення, корисні поради.» – К.:2011.
2. Н.Кобзар «Природосообразное питание. Путь к здоровью» – Запоріжжя, «Дике поле», 2012
3. Julie A. Mares, Rick Volland, Rachel Adler, Lesley Tinker, Amy E. Millen, Suzen M. Moeller, Barbara Blodi, Karen M. Gehrs, Robert B. Wallace, Richard J. Chappell, Marian L. Neuhouser, Gloria E. Sarto: Healthy Diets and the Subsequent Prevalence of Nuclear Cataract in

ЕНОТЕРА – ТАЄМНИЧА КРАСУНЯ РАПУНЦЕЛЬ

«Якось жили на світі чоловік і дружина; їм давно вже хотілося мати дитину, але її все не було; і ось, нарешті, з'явилася у дружини надія, що милостивий Господь виконає її бажання. А було у них у хатинці маленьке віконце, звідти було видно розкішний садок, де росло багато чудових квітів і всякої зелені. Але садок був обнесений високою огорожею, і ніхто не насмілювався в нього входити, тому що це був садок однієї відьми... Стояла якось жінка біля віконця, зазирнула в садок і побачила грядку, а росла на ній чудова рапунцель; була вона така свіжа та така зелена, що їй дуже захотілося покуштувати рапунцелі. Це бажання у неї все зростало кожного дня, але вона знала, що її дістати їй ніяк не можна, то вона схудла, поблідла і виглядала нещасною. Злякався чоловік і питає: « Чого тобі, моя жінко, не вистачає?». «Ах, – каже вона, – якщо не здобути мені з того саду, що за нашим домом, зеленої рапунцелі і її не скуштувати, то залишиться мені одне – померти»... І ось переліз він у темряві через кам'яну огорожу в садок відьми, нарвав швидко цілий жмуток рапунцелі і приніс її дружині....»

Казка братів Грімм «РАПУНЦЕЛЬ»

Хто з нас в дитинстві не читав казки братів Грімм?! Серед них виділяється чарівна казка «Рапунцель». Як пам'ятаємо, дівчинка, яка народилась після споживання цієї лікарської і їстівної рослини, була напрочуд вродлива і відрізнялась від усіх красивіших дівчат світу своєю незрівняною за міцністю, товщиною і довжиною косою. Що дивує, коли читаєш цю казку, бачиш підказку читачу, чим корисна, популярна в давнину овочева і салатна рослина енотера дворічна – рапунцель. Приведемо кілька зашифрованих сюжетних ліній: 1. Матір героїні була бездітна, а після споживання рослини завагітніла. 2. Дівчина, ув'язнена в високій вежі, в яку немає входу, але єдиним варіантом туди зайти, був спуск її напрочуд довгих і міцних кіс в якості драбини. 3. Дівчина захована від очей людей, як овочевий корінець, про який у всіх на слуху загадка нашого мудрого народу – «Сидить дівчина в темниці, а коса на вулиці». Шифр казкарів спробуємо розшифрувати далі в нашому новому оповіданні про рослини-медоноси з «килимусі пасічника».



Кеїмує Енотера

Отже, наша чергова героїня з «Килима пасічника» – енотера дворічна, яку в Західній Європі ще у 17 столітті називали рапунцель, і вирощували, як їстівну. Також «рапунцеллю» називали ще два різновиди рослин. З грецької переклад Енотера, походить від двох грецьких слів: oinos — «вино» і there — «бажання», тобто «вино бажання». В Україні вона також відома ще під такими назвами: трава ослова або ослинник дворічний, жовтера, корінь солодкий, нічна фіалка, свічник, салатний корінь, нічна свічка, нічна красуня.

Енотера дворічна (*Oenothera biennis*) — світлолюбива дворічна трав'яниста рослина з висотою стебла до 1 м з родини онагрових (Onagraceae), з

жовтими правильними чотирьохпелюстковими запашними квітами, зібраними в довгі кінцеві китиці. В перший рік життя формуює прикореневу листову розетку з довгого ланцетовидного листя, яка прилягає до ґрунту. Корінь у енотери товстий, веретеноподібний, нагадує буряковий. До речі, слово «рапунцель» утворено від латинського слова «гара», що означає «ріпа, ріпка». На другий рік життя енотера формуює високе прямостояче стебло, слабкорозгалужене, обліплене з усіх сторін ланцетним невеликим листям. У верхній частині лимонно-жовті квіти зібрані в довгі кінцеві китиці. Стеблові листки при основі клиноподібні на коротких черешках. Період цвітіння досить довгий – червень-вересень. Запах легкий, приємний, посилюється вночі. Після закінчення цвітіння, стебло буде рясно укрите стручковими насіневими коробочками. Насіння за кількості сягає до півмільйона на одній рослині. Енотера дворічна – медонос, який дає підтримуючий взяток з червня по вересень. В українській Вікіпедії про медопродуктивність нашої героїні читаємо: «Енотера – медодай, що дає пізній підтримуючий взяток. У кожній квітці є велика краплина нектару, легкодоступна бджолам та достатня для наповнення їх медового зобика. Медопродуктивність до 40 кг/га. Пилок з енотери бджоли не збирають. Він жовтого кольору, дуже липне до тіла бджоли та у польоті тягнеться за нею довгими нитками, які лишаються на прилітній дощі» [1]. За іншими джерелами [1,2,3]: медопродуктивність в різних регіонах і країнах коливається від 40,1 до 151,1 кг/га. Навіть тривалість цвітіння в однакових умовах у різних екотипів в різних регіонах складає від 57 до 75 днів.

Мед, зібраний з суцільних заростей енотери, має темно-жовтий колір з зеленуватим відтінком. Корисний для зимівлі бджіл.

Батьківщина енотери дворічної – Північна Америка. У Європу була завезена на початку XVII століття. Завдяки невибагливості і високій плодючості, вона стала дикоросом і зустрічається тепер по всій Європі. До XX сторіччя енотеру дворічну або ослинник дворічний масово використовували в якості добавки до салатів і овочів, в народній медицині вживали листя і товсті корені як очищувач крові і всього організму. А зараз з неї використовується тільки ефірна олія, і лише знавці істинної сили цієї цілющої рослини, що надає силу ослабленим, розум недоумкуватим і сміливість нескореним переможцям і яка колись вважалася магічною, продовжують використовувати властивості листя і коріння її для посилення імунітету, прискорення одужання від хронічних вірусних захворювань і виснажливих інфекцій (малярії, ревматизму, туберкульозу, сепсису, раку). Насіння енотери містить до 40–50% олії. Вирощують дику і сортові форми енотери в Західній Європі для отримання цінної олії, яка містить ліноленові кислоти, життєво важливі при atopічному дерматиті, нейродерміті і пошкодженнях шкіри при діабеті.

Енотера дворічна цінна пасовищна рослина, добре поїдається худобою, особливо вівцями і великою рогатою худобою. Також її люблять дикі кабани і олені, а на Поліссі – лосі, які після споживання енотери стають ще граціознішими. Один з авторів спостерігав, як дикі кабани і лосі викопували коріння дивосилу і енотери за півтора км від лісу.

Заготівля сировини. Збирають коріння 1 року життя. Сушать в провітрюваних приміщеннях, краще в порізаному вигляді.

Для кулінарного використання листя і коріння першого року життя йдуть відразу на приготування оздоровчої їжі.

Лікувальні властивості. В складі листків енотери знайдені аскорбінова кислота, дубильні речовини, інвертаза, смоли, пентозани, флавоноїди (кверцетин, кемпферол, та їх похідні), ситостерин, цериловий спирт, слизи, флобафени.

В складі квітів – ситостерин, жовтий пігмент.

В складі кореня наявні ситостерин, інвертні цукри, слизи. Тобто в усіх частинах рослини знайдено ситостерин, який знижує рівень холестерину в крові, зменшує симптоми втоми і стресу, протидіє запаленню, пов'язаному із захворюваннями серця.

Насіння має високий вміст жирної олії (суміш приблизно 35 триглицеридів насичених і ненасичених жирних кислот, ліноленова і ліолева кислоти (з класу Омега-6). Використання олії енотери оздоровлює всі клітини людського організму та підтримує в нор-

мі роботу багатьох систем організму [5]: репродуктивної, серцево-судинної, нервової, імунної [5]. Речовини, які виробляються в організмі під дією гамма-ліноленової кислоти, приймають участь у виробленні гормонів, згортанні крові, попереджують розвиток запалень, допомагають при лікуванні ревматичного артриту. Як при внутрішньому, так і при зовнішньому застосуванні ця олія зменшує активність сальних залоз, підтримує здоров'я волосся, шкіри і нігтів. Також гамма-ліноленова кислоти є профілактикою утворення вільних радикалів і сповільнює процес старіння, допомагає покращанню стану при менопаузі і в передменструальний період, таким чином, впливаючи на різкі коливання гормонального фону, може пригнічувати ріст пухлин і їх метастазування. Олія енотери дворічної ефективна при лікуванні atopічного дерматиту і пошкоджень шкіри, які виникають при діабеті, зменшує свербіння, запалення і сухість шкіри.

Мало кому відомо з наших співвітчизників, що енотера двурічна супер лікувальна і їстівна. Енотера вважається бур'яном, але властивості її дивують.

Енотера важлива, як «в'яжучий засіб при виснажливому водянистому проносі у дітей (у тому числі у немовлят) у випадках, коли вже ніщо не допомагає» [4].

В рослині знайшли інулін, тому рослина може використовуватися для лікування діабету.

Відвар коріння лікує туберкульоз легень, кашель, коклюш, спастичну астму, запалення нирок, нирковокам'яну хворобу. Суцвіття допомагає при запаленнях нирок.

Коріння рослини споживають для лікування нервових розладів, переляку і зурочення дітей, при невралгічних захворюваннях серця [4].

На жаль, наукова медицина не зацікавилась цією диво-дивною рослиною. Відомі спеціалісти народної медицини, такі, як згаданий нами в попередніх статтях науковець, досвідчений знавець народної медицини, професор Г.К. Смик, тільки довіреним особам давали контакти своїх колег – знавців народної медицини, які посвячені у таємниці зеленого рослинного царства. Завдяки Г.К. Смику, одному із авторів цієї статті (А.І. Потопальському) пощастило познайомитись і обмінюватись досвідом застосування рідкісних і так званих «чарівних» рослин (зокрема і енотери) з Петром Дементійовичем Утвенком із села Дивин Брусилівського району Житомирської області. Дід Петро порекомендував мені використовувати Енотеру дворічну («Плаквун» за його назвою) для ліку-

вання дітей з явищами перезбудження і страху, особливо нічного. Енотера виявилась дієвою і проблема була легко вирішена. Отже, розповідь про енотеру допомогла згадати Петра Дементійовича Утвенка – провидця, цілителя, травника Древлянського краю. Завдяки йому і таким як він були збережені унікальні знання цілющих властивостей рослин української флори для майбутніх поколінь українців. Порадами Діда Петра користувалися керівники України, багато урядовців і видатних особистостей того часу. Завдяки своїм даним провидця він всю другу Вітчизняну війну пройшов розвідником в складі групи, що брала у полон в глибокому тилу видатних німецьких офіцерів, яких називали «Язиками». Одержана від них інформація допомагала здобувати перемоги на окремих ділянках фронту з мінімальними втратами. Сам Петро Дементійович вцілів на війні, діставши лише поранення в руку. Всі його знайомі: лікарі, цілителі і вдячні пацієнти з глибокою пошаною впродовж всього життя пронесли невмирущу пам'ять про нього – неординарну людину і цілителя, місцевого блаженного і великого провидця. Завдяки їх старанням на почесному місці сільського цвинтаря Петру Дементійовичу Утвенку споруджено гарний величний пам'ятник. Як при житті, так і досі на його могилу приїжджають люди за допомогою, розрадою, з молитвою, як до місцевого святого (див. книгу О. Михайлюта «Книга святого Петра» – К.: Журналіст України, 2007.)

В ранньому дитинстві одному з співавторів – А.І. Потопальському довелося спостерігати мученицьку психічну хворобу своєї сусідки, яка не могла спати і кричала вдень і вночі. Ліків в той час не було, і народна цілителька Борисиха намагалась лікувати її відомими для всіх заспокійливими травами. Ранньою весною їй ставало значно краще, і тоді вона навчилась майстерно виготовляти паперові різнокольорові квіти. Вони користувались великою популярністю серед селян в зимовий період. Пізніше виявилось, що значне покращання здоров'я викликано посиленням харчуванням весняною зеленню: розетки кульбаби, енотери, чистотілу, городнього і дикого кінського щавлю. Вже будучи фельдшером, А.І. Потопальським ця зелень рекомендувалась хворим з різними шлунково-кишковими, нервовими захворюваннями, навіть епілепсією і шизофренією. Особливо слід відзначити ефективність цих рослин в післявоєнні голодні роки (Досвід: 1946-1947рр.).

Цікаві дані про лікування енотерою наводить фітотерапевт і цілителька Наталя Земна (<https://www.youtube.com/watch?v=eZ8A9sKfSw8> «Енотера дворічна»). Перерахуємо хвороби, які за словами Н. Земної лікує енотера дворічна: облітеруючий

ендартеріїт, варикозне розширення вен, облітерацію судин, тромбофлебіт. Рецепт Н. Земної для лікування вен, тромбофлебіту, нормалізації консистенції крові, зміцнення стінок судин і надання їм еластичності: Беремо 1 чайну ложку подрібнених всіх частин енотери на склянку окропу. Готовий напій вживати по 2 стол. ложки або 1/4 склянки протягом дня. Вживати курсами по 7 днів через 7 до полегшення стану.

Кулінарія. Рано навесні зібране коріння можна їсти сирим з сіллю, або приготувати салати. З вареного коріння виготовляють пюре, каші, супи. Квіти вживають як делікатес і ліки. Молоді ніжні листочки прикореневої розетки навесні та восени використовують як вітамінну добавку для юшки.

Навіть стебло, поки молоде, можна споживати сирим або смаженим, якщо попередньо очистити його від шкірки.

Також листя можна квасити і маринувати.

Протипоказання. Рослина не токсична! Особливих протипоказань не виявлено. З обережністю можна вживати при геморої і атонії кишківника [4, 5].

Необхідно пам'ятати, що своєчасність використання рослинних помічників підвищує ефективність їх застосування і м'якість оздоровчої дії на організм.

Вирощування. Під назвою «Енотера» в продажу можна знайти дворічні гібридні сорти з великими жовтими і рожевими квітками: Енотера місурійська «Жовта ріка» (цвіте з червня до вересня, розмір квіток до 5 см, висота рослини 25 см), енотера вишукана «Рожевий оксамит» (цвіте з кінця червня до приморозків, розмір квіток до 5 см, висота кущів 25 см).

Енотера дворічна сіє сама себе, але тоді, коли рослина вже поселилася на вашій ділянці. Посадковий матеріал можна пересаджувати, навіть дорослу квітучу рослину, але головна умова – пересадку робити ввечері, коли немає палючого сонця. Енотера невибаглива, тому не обов'язково вносити їй підкормку.

Післямова. Сьогодні ми розглянули ще одну корисну для людини рослину. Знати всі рослини неможливо, але знайомство з їстівними і одночасно лікарськими дикоросами для виживання в несприятливих умовах неврожаїв може бути в пригоді. Для прикладу візьмемо досвід наших предків, які жили на теренах України всього лише століття назад. І один з авторів цієї статті бачив на власні очі і відчув на собі голодомор 1946–1947 рр. та війну 1941–1945 рр. До революції 1917 року в Україні споживали в їжу набагато більше овочевих, салатних, пряних рослин ніж зараз. Як приклад, наведемо кілька назв поширених тоді городніх рослин: катран, бутень

запашний, ендивій, ложечниця лікарська, бораго та ін. Нам, сучасним освіченим людям, ці назви ні про що не говорять. А ці культури вирощувались на теренах Російської імперії, в т.ч. України в промислових масштабах. Про них можна дізнатися з старовинних дореволюційних кулінарних книг і збірників лікувальних трав. Після 1917 року на знаннях про цілющі рослини поставили тавро «шкідливих буржуазних ідей», які засновані на «буржуазних брехливих гіпотезах», які «чужі для радянської здоровомислячої людини». Ідеологія поставила хрест на багатьох цінних лікарських рослинах, на досвіді тисячоліть, на трудах великих вчених і їх іменах, що не вписувалися в її рамки. Багато чого з старого прогресивного багажу наукових, технічних, агрономічних знань і звершень було викинуто на смітник історії, багато продано і вивезено за кордон, і втрачено безповоротно. У вогні кривавих революційних перетворень і громадянської війни (1917–1923 рр.) на теренах Російської імперії, в яку входила Україна, загинуло 10,7 млн. людей, більше 2 млн. вимушено покинули назавжди свою батьківщину. Війна закінчилася окупацією більшовиками більшої частини території колишньої Російської імперії, серед якої опинилася і Україна. Розкуркулювання, полювання за «буржуазними недобитками», концтабори, штучні голодомори 1921–1923 рр., 1932–1933 рр. та 1946–1947 рр. викосили прогресивну частину населення: в голодомори загинуло приблизно 14,8 млн. людей, через ГУЛАГИ пройшло 18 млн. населення тодішнього Радянського Союзу, в ГУЛАГах близько 1,7 млн населення померли через нелюдські умови [7]. Тільки голодомор 1932–1933 рр. «викосив» в Україні 4,5 млн. населення [6]. В історії України 20 століття можна виділити декілька подій, що безпосередньо сприяли збільшенню кількості безпритульних дітей, а саме: Перша світова війна, Голодомори 21–23 рр. та 32–33 рр., Друга світова війна, неврожаї 1924 та 1928 рр., загальне безробіття, політика розкуркулення. Тільки через громадянську війну в Україні безпритульних дітей було близько 2 млн. Але до 1930 років Радянський уряд проблеми з безпритульними дітьми вирішив. За роки до Другої світової війни від 1917 до 1941 через сирітські будинки пройшли мільйони дітей. Що могли знати діти без батьків? Як виживали? До речі, дітей можна порівняти з флешкою, яку чим наповниш, те вона і несе в собі фактично все своє життя. Діти-сироти, які залишилися після цих хвиль геноциду українського народу, були виховані в дусі правлячої ідеології, і русифіковані. Про офіційну історію взагалі треба мовчати, бо кожна влада її перепише під себе. Таким чином, було виховано великий прошарок покоління, яке не знало своє коріння і історію, але ідеологічно було

«правильно підковано» в атеїстичному дусі марксизму і його послідовників. Багато істориків, лікарів і народознавців звертають увагу на можливість значного скорочення жертв, перерахованих голодоморів, при наявності у потерпілих знань про лікарські і їстівні рослини, які тулилися, як бур'ян, навколо житла селян і містян.

І не було б стільки невинних жертв, скалічених доль, озвірілих і продажних співвітчизників, якби панівною ідеологією в країнах, душах і мізках учасників тих подій були Заповіді Господні, які скорочено Ісус Христос звів до двох основних (Єв.Матф.22.37-40): «... Полюби Господа Бога твого всім серцем твоїм, і всією душею твоєю, і всією думкою твоєю. Це є перша і найбільша заповідь. Друга ж подібна до неї: люби ближнього твого, як самого себе. На цих двох заповідях утверджується весь Закон і Пророки» [8].

Перший ієрарх Ієрусалимської церкви, зведений брат Ісуса Христа, святий апостол Яков в своєму Першому соборному посланні дав нам вичерпну відповідь, чому стільки зла, несправедливості і воєн навколо (1посл.Іакова гл.1.13-17, гл.4.1-3): «У спокусі ніхто не кажи: Бог мене спокушає»; бо Бог не спокушається злом і Сам не спокушає нікого, але кожен спокушається, захоплюючись і зваблюючись власною похоттю; похоть же, зачавши, породжує гріх, а вчинений гріх породжує смерть. Не обманюйтесь, браття мої улюблені. Всяке добре даяння і всякий досконалий дар сходять зверху, від Отця світла, у Якого немає зміни і ні тіні перемены... Звідкіль у вас ворожнеча і чвари? Чи не звідси, від пристрастей ваших, що воюють у членах ваших? Жадаєте і не маєте; вбиваєте і задрите, і не можете досягти? Сваритесь і ворогуєте – і не маєте, бо не просите, просите – і не одержуєте, тому що просите не на добре, а щоб ужити для пристрастей ваших....» [8].

До чого все це ми написали? – запитаєте ви. Вже настає той час, коли тільки згуртованість, милосердя, підтримка один одного, мирність, неупередженість, лагідність зможуть зберегти залишки знекровленого народу. Або по слову пророка Т.Г. Шевченка: «Схаменіться! Будьте люди, бо лихо вам буде... Одцурається брат брата і дитини мати. І дим хмарою заступить Сонце перед вами, і навіки прокленетесь своїми синами!...» (вірш «І МЕРТВИМ, І ЖИВИМ, І НЕНАРОДЖЕННИМ ЗЕМЛЯКАМ МОЇМ В УКРАЇНІ І НЕ В УКРАЇНІ МОЄ ДРУЖНЄЄ ПОСЛАНІЄ») [10], «Погибнеш, згинеш, Україно, не стане й знаку на землі....» (вірш «ОСІЯ. Глава IV») [9]. Тому досвід дідів і прадідів наших показує єдиний шлях для сучасників – поспішати робити добро, примножувати добро в цьому світі, який скочується знов у прірву війн і голодоморів. І для нашого сьогодення знання рослинних рятівників – це воістину стратегічні знання.

Використані джерела інформації:

1. Інформаційний ресурс: https://uk.wikipedia.org/wiki/Енотера_дворічна
2. Інформаційний ресурс: https://ru.wikipedia.org/wiki/Ослинник_двухлетний
3. «Атлас медоносних рослин України» Л.І. Боднарчук, Т.Д. Соломаха, А.М. Ілляш, В.А. Соломаха, В.Г. Горовий – К., «Урожай», 1993
4. О. Піон «Аптека бур'янів» Серія «Золота бібліотека здоров'я №1-2 (2021)» – Х., ФОП Присяжнюк І.І., «Фактор-Друк».
5. Кобзарь Н.Б. «Природосообразное питание. Путь к здоровью»(рос.мовою) – Запоріжжя, «Дикое поле», 2012
6. Інформаційний ресурс: [https://uk.wikipedia.org/wiki/Голодомор_в_Україні_\(1932–1933\)](https://uk.wikipedia.org/wiki/Голодомор_в_Україні_(1932–1933))
7. Інформаційний ресурс: <https://uk.wikipedia.org/wiki/ГУЛАГ>
8. «БІБЛІЯ. Книги священного писання старого та нового Завіту.» – К.: КП УПЦ КП, Українське Біблійне Товариство, 2017
9. Інформаційний ресурс: Тарас Шевченко. Зібрання творів: У 6 т. – К., 2003. – Т. 2: Поезія 1847-1861.<http://litopys.org.ua/shevchenko/shev2133.htm>
10. Інформаційний ресурс: Тарас Шевченко. Зібрання творів: У 6 т. – К., 2003. – Т. 1: Поезія 1837-1847..<http://litopys.org.ua/shevchenko/shev140.htm>

Увага! Самолікування може бути шкідливим для вашого здоров'я. Обов'язково проконсультуйтеся з вашим лікарем.

**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 (I частина). – А.І. Потопальський, О.І. Василенко. – К. – 2024. – 68 с.

Дану книгу видано до 65-ліття одержання протипухлинного, протівірусного та імунорегулюючого препарату «АМІТОЗИН», автор препарат «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 ПРЕПАРАТУ «АМІТОЗИН»	4
МЕДОНОСНІ РОСЛИНИ – ЦІЛИТЕЛІ З ДЕНДРОПАРКУ ДОКТОРА А.І. ПОТОПАЛЬСЬКОГО «ПЕРЕМОГА»	7
ДО 65-ЛІТТЯ ОДЕРЖАННЯ ПРОТИПУХЛИННОГО, ПРОТИВІРУСНОГО ТА ІМУНОРЕГУЛЮЮЧОГО ПРЕПАРАТУ А.І. ПОТОПАЛЬСЬКОГО «АМІТОЗИН»	7
Лікарські рослини з родини макових. <i>Чистотіл звичайний</i> – Дар небес! Важкий шлях визнання	7
Повноважні представники родини губоцвітів. Біблійна рослина древності – <i>гісоп лікарський</i>	21
Бузинова матінка. Що нам відомо про <i>бузину</i>	27
<i>Глід</i> – любов мого серця, серденько моє	39
Ароматні квіти України, які названі на честь міфічних героїв Давньої Греції та Риму. <i>Чорнобривці</i> – оксамитці – тагетеси	50
<i>Енотера</i> – таємнича красуня Рапунцель	57

«КВІТИ УКРАЇНИ»

Науково-популярний журнал

№ 2, 2024 р.

Київ, «Дім, сад, город»

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

Передплатний індекс – 74275

Телефон редакції: (067) 989-40-25

Дизайн та верстка – А. Коваль

Віддруковано КП «Редакція журналу “Дім, сад, город”

На обкладинці:

Фото чистотілу Л. Яворської (Радухівської), О. Василенко, Я. Сусака



Цвіте бузина

Цвіте великоплідний китайський глід (на фото знизу)



Бджола на квітці чорнобривців

Квітує енотера



Плоди великоплідного китайського глуду





*Початок цвітіння
чистотілу на Київщині*



*Чистотіл
з корінням на Київщині
з подвір'я одного з
шанувальників цілющої
сили чистотілу (2024 р.)*



*Дарунок неба на клумбі
однієї з однодумців і
активної пропагандистки
цілющої сили чистотілу,
кандидата юридичних наук
Л. Радухівської (Яворської)
в Карпатах*



*Галявина квітучого
Чистотілу звичайного
біля будинку Л.Яворської
(Радухівської) в
українських Карпатах*

“Квіти України”. 2024. № 2 (198). Липень-грудень. 1–68 с.

ISSN 1814-5043



9 771814 504008

Індекс 74275