

ISSN 1814.4764



9 771814 476008

ЦІЛЮЩІ ЯГІДНІ ДЕРЕВА ТА КУЩІ – МЕДОНОСИ І ПИЛКОНОСИ

З ДЕНДРОПАРКУ ДОКТОРА А. І. ПОТОПАЛЬСЬКОГО «ПЕРЕМОГА»

ГОРОБИНА ЗВИЧАЙНА

Добрий медозбір залежить від багатой кормової бази з різноманітних природних і культивованих медоносів.

Радимо кожному бджоляреві 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 бджолині сім'ї кормами.

У цій статті ви дізнаєтеся про чудову медоносну рослину – горобину.

Горобина звичайна (*Sorbus ^z aucuparia L.*) – дерево або кущ висотою 3–10 м. Має стовбур гладкий з світло-сірою корою та розлогу ажурну крону, чому і називають її в народі «кучерява горобина». Горобина – «сопляче дерево», яке не любить затінення. Це найбільш зимостійка плодова рослина, яку можна зустріти у віддалених північних районах. Молоді гілочки пухнасті. Листя великі і довгасті, черешкові, непарноперистоскладні, з зубчатим краєм, молоді опушені, пізні – голі. Квітки дрібні, жовтуватобілі, правильні, мають гірко-мигдальний запах і зібрані у великі щиткоподібні суцвіття на кінцях гілок діаметром до 10 см. Цвіте горобина в травні–червні 5–14 днів, насичуючи простір природними парфумами. Вона дуже добрий медонос. Бджоли беруть з неї нектар і пилок навіть при низьких температурах. Одна квітка виділяє

біля 6 мг нектару. Медопродуктивність з горобини біля 30–40 кг/га. Мед з неї червонуватий, великозернистий, духмяний. Плоди визрівають у вересні–жовтні. Кулясті, яблукоподібні, до 1 см в діаметрі, яскраво-жовтогарячого або червоного кольору, смак гіркуватотерпкий, а після заморозків – більш приємний кисло-солодкий. Серед плодових дерев і кущів горобина виділяється високою врожайністю, вага плодів з однієї дорослої рослини досягає 100 кг.

У дендропарку доктора А.І. Потопальського «Перемога» в с. Ходаки Коростенського району ще до початку його повноцінного формування, 45 років тому, була посаджена горобинова алея на піщаному ґрунті довжиною майже 200 м на садибі тодішньої господині, моєї матері – Анастасії Михайлівни Потопальської. Для посадки використані сіянці з місце-

вої дикої високоврожайної, стійкої до посухи горобини звичайної, яка росла поряд, серед беріз і сосон в місцевому лісі. Частина сіянців (57 штук) оброблена препаратами ДНК. Паралельно посаджена група контрольних рослин (15 шт.) без обробки. Усі рослини прижились і на 3–4 рік дослідні досягли висоти 1,5–2 м, рясно зацвіли і плодоносили. Серед 15 контрольних рослин 6 загинули, інші досягли висоти 1,3–1,8 м і також цвіли і плодоносили. В кінці алеї горобини звичайної одночасно посаджено 15 метрова алея чорноплідної горобини. Через кожні 5–7 м з обох сторін 200-метрової алеї звичайної горобини посаджені саджанці п'яти-семирічних рослин звичайної горобини, прищеплені у розщеп на висоті 1,5 м чорноплідною. Усі вони прижились і наступного року створили дуже гарну композицію горобин різної ви-



соти, кольору і форми. Така групова посадка зберігалася понад 20 років і викликала значний інтерес у пасічників і садівників. Але посушливі роки супроводжувались поступовим випадінням прищеплених рослин, розростанням навколо стовбуру дерев порослі у вигляді кущів, які супроводжувались поступовим висиханням основного деревця. Брак догляду і відсутність поливу за цей час значно пошкодили алею, але вона зберігається і прикрашає собою дендропарк.

З горобиною пов'язані древні обряди в Європі та інших країнах світу, які засновані на **древніх легендах і уявах, що горобина може захистити людину від усіляких бід**, тому її гілочки з ягодами разом з гілочками калини прикрашали житлові приміщення, сараї, ворота. Такий обряд зберігся в деяких місцевостях Полісся дотепер. Навіть на краю кожного поля втикали горобинові гілки. Під час весілля плоди горобини ховали в кишені одягу молодят для захисту від чаклунства, яке процвітало на великих урочистостях із давніх-давен і може зустрітись і в наш час. Горобина вважалась символом і гарантом щастя і миру в сім'ї, тому біля будинків з старовинних часів намагалися її посадити.

Давно помічено, що **листя горобини має сильну фітонцидну дію** і тому на Півночі хворих влітку виносили під неї, бо вірили, що «дух горобиновий відганяє хвороби». **Подрібнене листя** використовували для зберігання фруктів та овочів, а також риби і м'яса, часто комбінуючи його з листям **кропиви, хрину і смородини**.

Хімічний склад. Плоди

містять цукор, органічні кислоти (яблучну, лимонну, винну, бурштинову), дубильні і пектинові речовини, сорбіт і сорбозу, амінокислоти, вітаміни Р і С, каротин, ефірні олії, солі калію, кальцію, магнію, натрію, залізо, мідь, марганець, молібден. Сприятливе поєднання цінних фізіологічно-активних органічних та неорганічних компонентів заслужено ставить плоди горобини до найбільш цінних дієтичних та лікарських засобів.

Лікувальні властивості.

З давніх-давен горобину вважали цілющою рослиною. У Древньому Римі її використовували для оздоровлення шлунково-кишкового тракту і серцево-судинної системи. У народній медицині древніх українців варення з плодів горобини використовували як заспокійливий засіб, настої і навари – як сечогінний, жовчогінний, кровоспинний засіб та при спазмах шлунково-кишкового тракту. З лікувальною метою використовують її листя, квіти та плоди. З плодів горобини домогосподарки готують сік, вино, квас, оцет, мармелад, варення. Також їх можна споживати свіжими тривалий час, особливо для дітей і літніх людей. Горобина має протизапальну, кровоспинну, капіляррозміцнювальну, вітамінну, в'язучу, легку послаблюючу, потогінну, сечогінну дію, знижує кров'яний тиск при гіпертонії та підвищує згортання крові при кровотечах. Цей ефект посилюється застосуванням її в суміші з ягодами чорноплідної горобини. Як полівітамінний комплекс використовують її листя і плоди – встановлено, що в листі аскорбінової кислоти більше ніж у плодах. Корою дерева і квітами лікують захво-

рювання печінки і особливо циррози. В сучасній науковій медицині свіжі і сухі ягоди горобини рекомендують при вітамінній недостатності. Порошок з плодів горобини використовується в складі дієти для хворих цукровим діабетом, склерозом судин головного мозку, розсіяним склерозом та ожирінням.

В Польщі плоди горобини використовували при остеохондрозі і діабеті, в Болгарії – при сечокам'яній хворобі та ревматизмі, в Угорщині та Австрії горобина популярна при дизентерії. В усіх названих країнах ягоди вважаються незаміними при ослабленні пам'яті.

Відвар ягід, листя і квітів горобини п'ють, як сечогінне, послаблююче, при гіповітамінозі та при загальній слабкості. Для виготовлення **відвару** беруть 1 столову ложку плодів або суміші в рівних частинах на 1–2 склянки води. П'ють по 1 столовій ложці 3–4 рази на день протягом місяця.

Для лікування нирковокам'яної та жовчнокам'яної хвороби готують **чай** з 30 г листків на 3 склянки води. Випивають за 3 рази протягом дня.

Настій ягід, квітів і листя популярний при атеросклерозі, зобі, цукровому діабеті, застуді, клімаксі, кровотечах, гастритах із зниженою кислотністю шлункового соку, геморої, хворобах печінки і нирок. Напари та **відвари** з квітів і листя для лікування вказаних захворювань готують з 1–2 чайних ложок суміші, заливаючи 1–2 склянками окропу, 1 хвилину кип'ятять і 1 годину настоюють, проціджують і п'ють теплим по 1/4 склянки 3–4 рази на день протягом місяця. **Настій з плодів** при тих же хворобах готують так: 1 столову ложку



сухих подрібнених плодів горобини заливають 1/3 л води, кип'ятять 10 хвилин, настоюють у теплому місці 1 годину, проціджують і приймають по 3 рази на день до їжі протягом місяця.

Сироп з ягід вживають при ревматизмі та камінні в нирках і сечовому міхурі, геморої, в якості лікувального та профілактичного засобу при вітамінній недостатності, захворюваннях печінки і жовчного міхура та як кровоспинний засіб. В болгарській народній медицині для лікування вказаних хвороб смачний сироп з горобини готують з соку 1 кг плодів, варять його з 600 г цукру.

Сік травознаї рекомендують при злоякісних пухлинах, кашлюці, астенії, недокрів'ї, подагрі, гастриті, гіпертонії, глаукомі, геморої, вітамінній недостатності, асциті, атеросклерозі, дисменореях, при хворобах печінки і нирок. Вживають по 1 чайній ложці перед їжею протягом 20–30 днів.

Сушені плоди входять до складу вітамінних зборів, наприклад: суміш однакової кількості **сушених плодів горобини і шипшини**. 2 чайні ложки заварюють 2 склянками окропу, настоюють 1 годину і п'ють по півсклянки 3–4 рази на день.

Жителі Древланського краю, Карпат та лісостепу України запасали ягоди горобини разом з іншими фруктами і ягодами цілющих рослин на всю зиму. Тому вони зазнали значно менших втрат серед дорослих і дітей під час голодоморів і «морових епідемій». Цей невмирущий досвід наших предків треба поширювати і серед сучасників, особливо серед дітей і молоді. Молодь, на жаль, ще й дотепер всерйоз не сприймає загрозу голоду, епідемій

і пандемій. Наведений досвід поколінь бажано пам'ятати усім під час сучасної руйнівної російської агресії.

Древній досвід довгожителів різних регіонів України – **їсти постійно і досхочу ягоди з усіх їстівних доступних диких і садових форм ягідних рослин** і бути при доброму здоров'ї до похилого віку при достатній руховій активності, добрій пам'яті і відсутності таких небезпечних хвороб, як інсульт та інфаркти. Найбільш разючий приклад з досвіду мисливців за білками і соболями у тайзі, де постійно користуються свіжими і висушеними ягодами лимонника, елеутерокока, червоної горобини та морошки. Нещодавно один з моїх давніх знайомих, мудрий науковець, який відразу ні в що не вірить, а тільки після підтвердження ретельною перевіркою, повідомив про цікавий власний досвід, коли йому літній супутник в електричці порадив не користуватись окулярами, **а їсти досхочу свіжі ягоди горобини і відновиться зір**, то він йому не повірив. А тепер, готуючись до важкого 70-літнього ювілею і перевіривши на собі пораду незнайомця, читаючи постійно без окулярів, він з вдячністю його згадує. Принагідно він згадує і інші **поради місцевого аксакала з міцною пам'яттю: постійно вживати достатньо часнику, цибулі, кропу, петрушки, селери, перцю, хрину і фенхелю**. Він же **рекомендує пити талу воду** самостійного приготування в морозильнику, вимороженої і очищеною шляхом видалення осаду шляхом його зливання.

Тут також варто згадати одного з найдревніших представників нашого роду, який

прожив 104 роки важкого, але цікавого життя, колишнього матроса із повсталого у 1905 році броненосця «Потьомкін» – Адама Семеновича Потопальського. Він після захоплення влади в Україні більшовиками був активним членом місцевого більшовицького комітету незаможних селян («комнезаму»). Під час примусової колективізації не захотів іти до колгоспу на загарбницьких умовах. Тому місцеві партійні і комсомольські вожаки його ігнорували, ні в чому не допомагали, не давали коней ні на обробіток городу, ні на заготівлю дров. Так продовжувалось і коли він став досить немічним, але продовжував вручну обробляти город, на плечах носити довгі в'язки хмизу з лісу для опалення. Життя у ритмі природи, харчування за досвідом предків: споживання дикорослих і садових ягід, **особливо горобини і шипшини**, самостійно вирощених овочів і фруктів, бджолопродуктів, відмова від лихослів'я, тютюнопаління і зловживання алкоголю підтримували його здоров'я навіть і після столітнього віку. Адам Семенович був доброзичливим, жартівливим оптимістом, ділився досвідом з нами – школярами, і не користуючись окулярами, вільно читав газети і на кілька років пережив свій столітній ювілей. На жаль, теперішні мої земляки, а особливо учні вже закритої у 2022 році школи майже нічого не знають про цю цікаву нестандартну людину, яка на власні очі бачила початок більшовицьких бунтів 1905, 1917 рр. та дві світові війни – 1914 і 1941 рр. На цьому прикладі чітко видно, як зникає пам'ять поколінь, пам'ять народу. В таких умовах завжди популярні брехня і



зрадливі обіцянки. Завершується цей брудний процес безпам'ятства фальсифікацією історії держав і народів, безвідповідальним і поки що безкарним злочинним масовим безпам'ятством, байдужістю і спустошенням душ.

Протипоказання. При схильності до вираженого підвищеного згортання крові і у випадках індивідуальної непереносимості плоди горобини вживати заборонено.

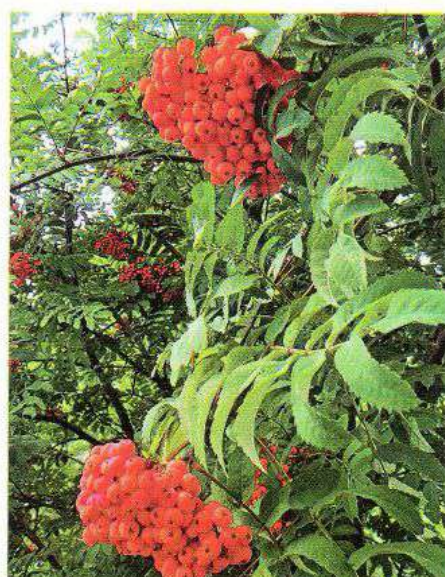
УВАГА! Лікування плодами горобини, як і іншими цілющими рослинами, необхідно узгоджувати з лікарями відповідного профілю.

Заготівля сировини. Листя і квіти заготовляють на початку цвітіння і сушать у затінку, в добре провітрюваних приміщеннях. Зрілі плоди збирають у вересні–жовтні, видаляють плодоніжки, гілочки, листя, зіпсовані плоди і сушать у сушарках при температурі 60–80°C. Зберігають у тканинних мішечках. Строк зберігання листя і квітів – 1 рік, плодів – 2 роки. Для виготовлення фруктово-ягідних кондитерських виробів слід використовувати горобину, зібрану після заморозків, після чого вона менше гірчить та солодша. **Желе** доброї якості виходить з горобинового і такої ж кількості яблучного та калинового соку.

Розмноження. Горобину розмножують насінням, яке



Квітує горобина в дендропарку «Перемога»



Врожай горобини звичайної

стратифікують під час весняного посіву при температурі 0-5 °С. Висівають у заздалегідь підготовлений ґрунт із шириною міжрядь 30–40 см. Після дворічного догляду висаджують на постійне місце, бажано, з нормальною вологістю. Користуються живцюванням здерев'янілих живців. Популярний метод розмноження прикореневими пагонами. Плодоносить насадження на 3–4 рік, зрідка на 5-й. При доброму догляді кожна доросла рослина дає 1–2 центнери цілющих плодів, які користуються значним попитом у населення України у свіжому і висушеному вигляді. Популярна ця рослина і при посадках у запропонованому нами «килимі пасічника» як гарний і продуктивний медонос.

А.І. Потопальський,
кандидат медичних наук,
доцент,
директор Інституту
оздоровлення і
відродження народів
України,
заслужений винахідник
України,
керівник «Центру
духовного відродження
та оздоровлення
людини і довкілля»
на базі Національного
університету
біоресурсів і природо-
користування України,
старший науковий співро-
бітник Інституту молеку-
лярної біології і генетики
Національної Академії наук
України
labmsbar@gmail.com
Фото О.І. Василенко