



ISSN 1814-4764



9 771814 476008



## КОРМОВА БАЗА

# ЦІЛЮЩІ ЯГІДНІ ДЕРЕВА ТА КУЩІ – МЕДОНОСИ І ПИЛКОНОСИ

З ДЕНДРОПАРКУ ДОКТОРА А. І. ПОТОПАЛЬСЬКОГО «ПЕРЕМОГА»

## АРОНІЯ ЧОРНОПЛІДНА ТА ІРГА КРУГЛОЛИСТА

*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 чудові медоносні рослини – аронію чорноплідну та іргу круглолисту.*

### НЕДООЦІНЕНІ ТА НЕДОСТАТНЬО ПОШИРЕНІ ВІТАМІНОНОСНІ ПЕРСПЕКТИВНІ РОСЛИНИ-МЕДОНОСИ

З давніх-давен за Задумом нашого Творця людину супроводжують зелені друзі рослинного світу. Можна абсолютно стверджувати, що навколо людини росте доступна і ефективна «зелена аптека», яку корисно вивчати і використовувати, необхідно поважати, берегти і примножувати, а набуті знання в царині рослинного світу передавати нащадкам. Чому ми впевнено стверджуємо, що вивчення рослин «за спиною не носити»? Ми бігаємо по аптеках за дорогими іноземними і супердефіцитними ліками і часто не знаходимо їх. А дари природи і ліки навколо нас, навіть часто під ногами. І, як каже відомий травознай-науковець Оксана Піон, вони «біжать за нами», і особливо бур'яни. Але зараз мова буде не про бур'яни.

Ми хочемо звернути увагу читачів журналу ще на декілька медоносних і вітамі-

ноносних, ягідних, цілющих рослин, які корисно посадити вже на початку цього річного весняного сезону на своїх дачних і сільських ділянках. Вони надалі віддячать вам покращанням вашого здоров'я, зміцненням імунітету і продовженням активного життя, а для бджіл – розширять кормову базу і нададуть зібраному ними меду особливих, неповторних, цілющих властивостей.

В попередньому випуску журналу «Пасіка» №1 за 2023 рік допитливому читачу була запропонована стаття про дикорослу горобину звичайну та її садові форми. На продовження теми пропонуємо ознайомитись і використовувати аронію (горобину чорноплідну) та іргу.

### АРОНІЯ ЧОРНОПЛІДНА (ГОРОБИНА ЧОРНОПЛІДНА)

Аронія чорноплідна (горобина чорноплідна) *Aronia melanocarpa Elliot* – це кущ, з родини розоцвітих (Rosaceae) висотою до 2,5–

4 м, дуже невибагливий до умов зростання. Походить з Північної Америки. Індіанці племені делавари соком плодів лікували опіки шкіри і з плодів виготовляли борошно. Має блискуче темно-зелене просте цілокрає листя з короткими черешками, квітує в наших умовах з середини травня до кінця червня білими або біло-рожевими квіточками, зібраними у щиток. На вересень підходить пора дозрівання ягід і чорні блискучі, з сизим нальотом, до 12 мм у діаметрі кулясті ягоди на кущі надають йому якусь підкреслену офіційність і суворість. В момент дозрівання ягід листя на кущі забарвлюється в помітний бордовий колір. Кущ в будь-яку пору року виглядає дуже декоративно і привабливо. Продуктивний період плодоношення – від 20 до понад 50 років, який продовжується завдяки обрізці старих 8–9 річних пагонів. Ця невибаглива рослина – істинна краса для присадибної ділянки і має тільки плюси на користь





господарям, не враховуючи бджіл — травнево-червневі квіти аронії для них медоносний сюрприз і насолода.

Рослина зимостійка і швидкоплідна, високоврожайна, має регулярне плодоношення, стійка до хвороб і шкідників.

Плоди аронії їстівні, мають терпкий присмак, кисло-солодкі. Знімають їх до настання заморозків. Збір ягід треба проводити швидко, тому що врожай успішно за вас зберуть птахи. Ягоди транспортбельні. Мають добру лежкість — до 2 місяців у звичайних умовах без холодильника. Для зберігання ягоди висушують, при цьому їх лікарські властивості не знижуються. Для сушки плоди розкладають тонким шаром і сушать у добре вентиляваних приміщеннях або в сушарці при температурі 60 °С.

**Хімічний склад.** Плоди містять цукри (від 6,2 до 10,8 % маси), серед яких виявлено сакхарозу, глюкозу і фруктозу. Також в плодах є пектини і дубильні речовини, вітаміни В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, Р, РР, А, С, В, Е, каротини, мікроелементи (бор, фтор, залізо, марганець, молібден, магній, мідь, йод), органічні кислоти, глікозид амігдалин. За вмістом органічних кислот аронія перевершує смородину, суницю, мандарини та інші плоди. Що цікаво, йоду в аронії 40 мг%, майже як у фейхоа, що підвищує рівень інтелекту та ще й дуже важливо для здоров'я жителів саме України після Чорнобильської трагедії, при недостатній функції щитоподібної залози. Особливо багато речовин з Р-вітамінною активністю, що зміцнюють судини, активізують діяльність щитоподібної залози, надниркових залоз та інших залоз внутрішньої секреції. Крім того, вітамін Р сприяє кращому засвоєнню вітаміну С. Також чорноплідна горобина покращує функціонування печінки і регулярне

вживання ягід аронії значно підвищує імунітет.

Листя та квіти багаті на флавоноїди, рутин, органічні кислоти.

**Лікувальні властивості.** Препарати аронії володіють жовче- та сечогінними, кровотворними, судинорозширювальними і спазмолітичними властивостями, знімають розумову та фізичну втоми. Велика кількість активного йоду корисна при променевих ураженнях, дерматиті рук у рентгенологів, зобі, бактеріальних і вірусних інфекціях, підвищує активність шлункового соку.

Сік аронії може бути використаний при опіках.

Ягоди корисні при гіпертонії, атеросклерозі — 100 г тричі на день за 30 хвилин до їжі протягом 10–30 днів, після чого роблять перерву на 1,5–2 місяці. Вони корисні при появі крові в сечі, геморагічному діатезі, цукровому діабеті, гастриті із зниженою кислотністю, капіляротоксикозі і токсикозі вагітних, вбивають золотистий стафілокок і дизентерійну паличку. У людей з нормальним тиском зазвичай зниження тиску не спостерігається. Як допоміжний засіб, плоди аронії додають у збори для лікування септичного ендокардиту, ревматизму, висипного тифу, алергічних станів, мокнучої екземи. Також плоди корисні при використанні препаратів-антикоагулянтів, тобто тих медичних препаратів, що гальмують процес згортання крові.

В похилому віці при міокардіосклерозі з явищами гіпоксії серцевого м'яза, холестеринемією призначають таку суміш: плоди аронії — 1000 г, цукру — 700 г. Наносити на хліб 70–100 г 2 рази на добу. Можна пити натщесерце по 0,5 склянки соку впродовж 15 діб. (Д.П. Плахтій, К.О. Бобкович, Е.О.Жигульова «Захворювання серцево-судинної

системи. Лікування лікарськими рослинами і продуктами бджільництва.» вид.2 — Кам'янець-Подільський, ПП «Медобори», 2008 — 208 с.)

При виснаженні організму, недокрів'ї і в якості сечогінного засобу вживають 2–4 чайні ложки ягід аронії залиті 2 склянками окропу. Випивати настій треба протягом дня в 3–4 прийоми за 30 хвилин до їжі або через 2 години після їжі.

Аронія широко застосовується самостійно та в лікарських зборах з іншими рослинами.

Для лікувальних потреб з досвіду відомого цілителя Є.С. Товстухи використовують наступний рецепт: беруть 1 кг плодів аронії і 1 кг плодів свіжої шипшини коричної, розтирають в ступці і змішують з 3 кг цукру-піску — добре розмішують і зберігають у щільно закупореному скляному посуді. При потребі 1 столову ложку суміші заливають склянкою гарячої води, температура якої не перевершує 40 °С і настоюють 2 години. П'ють по склянці тричі впродовж доби за 30 хвилин до їжі.

**Протипоказання:** не рекомендують чорноплідну горобину при гастритах з підвищеною кислотністю, виразковою хворобою шлунку, і підвищеному протромбіновому індексу крові (підвищеному згортанню крові).

**Розмноження.** Розмножують аронію кореневими відводками, від 5–7 річних і більш зрілих рослин, укоріненням пагінів та насінням, яке висівають під зиму. Рослина невибаглива до ґрунтів, посухостійка і морозостійка, не вражається шкідниками.

На жаль, аронія в Україні розповсюджена дуже мало. В країнах Європи її плантації займають сотні гектарів, догляд за рослинами та збирання врожаю повністю механізовано. Промислова посадка повинна бути розміщена по



схемі 1,5 x 2,5 – 3,0 м.

В дендропарку «Перемога» с. Ходаки закладена приблизно 45 років тому горобина алея, на якій насаджено рослини дикорослої звичайної горобини та чорноплідної аронії. Завдяки активному споживанню ягід місцевими птахами в дендропарку та його околицях виросло багато самосівних рослин, які добре плодоносять.

### ІРГА КРУГЛОЛИСТА

Ірга круглолиста (*Amelanchier ovalis*) – кущ з родини розоцвітих (Rosaceae) висотою 1–4 м з гарно розвиненою кореневою системою, яка проникає у глибину землі на 3–4 м. Колір кори від оливкового до коричневого. Листки чергові, округло-овальні, по краях зубчасті, зверху голі зеленого кольору, знизу опушені білуваті. Квітки білі або кремові, правильні, п'ятипелюсткові, зібрані в густі по 3–10 квіткові китиці на верхівках гілок. Цвіте кущ в наших умовах з квітня по травень, і охоче відвідується бджолами і джмелями. Відмінний медонос. Плід – ягода темно-червона, в стиглому вигляді – чорна соковита з сизуватим відливом розміром 5–15 мм у діаметрі. Плоди, в залежності від кліматичних умов досягають в кінці липня – вересні в південних областях, в північних – з серпня по жовтень. Рослина дуже врожайна, невибаглива до складу і кислотності ґрунту, легко розмножується і не вимагає постійної уваги. Витримує малосніжні зими при температурі до мінус 40 °С. Мінуси рослини – потужна коренева система, яка постійно засмічує ділянку. Не любить рости на місцях, де близько підходять ґрунтові води та заболочених. Культивується в Україні, Європі та на Кавказі. В дикому вигляді зустрічається в Криму. Виглядає дуже декоративно і

привабливо протягом всього вегетативного періоду: весною радує рясним цвітінням і співом задоволених бджіл, влітку – іргу прикрашають різнокольорові ягоди різного строку досягання, восени – на ірзі яскравий пурпурожовтий одяг листя.

**Хімічний склад.** В ірзі знайдено від 10% цукрів, органічні кислоти (переважно близько 0,5% яблучної), глікозид антоціан, кумарини, значна кількість вітаміну С, вітамінів групи В і провітаміну А, мікроелементи (мідь, кобальт, залізо), дубильні речовини, стерини, флавоноли. У корі і листі – дубильні речовини.

**Заготівля.** З лікарською метою використовують квіти, ягоди, листя і кору.

Листя заготовляють весною та в червні. Кору збирають восени. Збір плодів починається на початку серпня, стиглі плоди не опадають, якщо не встигають зібрати люди, збирають задоволені птахи. Тому рекомендують в період досягання плодів закривати кущ сітками. Плоди ірги надзвичайно смакують усім: не дуже солодкі, та дуже ароматні і соковиті – дітлахів взагалі неможливо відігнати від куща ірги. Плоди очищують від плодоніжок і використовують свіжими та сушеними. Сушать в провітрюваних приміщеннях та в сушарках при температурі 60 °С. Інший варіант заготівлі – заморозка, при розморожуванні плодів всі смакові властивості зберігаються повністю.

Переробка свіжих плодів дає можливість виготовляти варення, джеми, пастилу, желе, компоти, узвари.

**Лікарські властивості.** Про численні оригінальні лікувальні властивості ірги, на жаль, мало знають садівники і активісти-аматори.

Високий вміст провітаміну А та вітаміну С в ягодах обумовлюють використання їх

при зниженні гостроти зору в сутінках, при розладах шлунку (разом з дикими яблуками і грушами). При диспепсії, порушеннях пам'яті та координації рухів свіжі плоди вживають в комплексі з плодами і соками диких яблунь і груш.

Завдяки вмісту різноманітних вітамінів, а особливо групи В, ірга має ефективний вплив на нервову і серцево-судинну систему, сприяє попередженню хвороби Альцгеймера. Тому її особливо рекомендують їсти людям похилого віку.

В плодах ірги присутні ситостерини, які мають значення для запобігання атеросклерозу завдяки їх антагоністичній властивості проти холестерину.

Ягоди ірги також вживають для профілактики гіпо- та авітамінозів С і В, особливо при порушенні травлення. Темно-синій колір ягід свідчить про присутність в ягодах глікозиду антоціану, який є найпотужнішою природною захисною сполукою – щитом від хвороб і збудників, навіть доброякісних і злоякісних пухлин. Ірга корисна також при хворобах печінки, нирок і кровотворних органів.

Свіжий сік ірги зміцнює стінки вен при варикозі, гальмує утворення тромбів. Сік має високі антисептичні властивості, тому ефективний при ранах та застарілих гнійних і трофічних виразках. Як полоскання, його використовують при ангіні.

Завдяки в'язучій дії, листя та кора рослини ефективні при шлунково-кишкових захворюваннях (виразкових, колітах, ентероколітах), а також при гнійних ранах і трофічних виразках. В народній медицині суміш листя і квітів ірги використовують у вигляді настою і напару: всередину – при серцевій недостатності, гіпертонії, панкреатиті, а як зовнішнє – для обробки ран. Для цього 2 столових ложки





суміші квітів з листям заливають 0,5 л окропу, настоюють впродовж 2-х годин і п'ють процідженим по 0,5 склянки тричі на день.

Кора ірги, яка містить значну кількість дубильних речовин, використовується у вигляді відвару, як зовнішнє – при обробці ран і опіків, нею полощуть порожнину рота і горла при запальних процесах, так і внутрішньо – при захворюваннях шлунку і кишківника. Відвар готується з 1 столової ложки подрібненої кори на склянку окропу, який спочатку настоюють протягом 30 хвилин і доводять до кипіння, варять на слабкому вогні впродовж 20–30 хвилин. Вживають по 1 столовій ложці 4 рази на день протягом місяця.

За даними відомого фітотерапевта Є.С. Товстухи при лікуванні маткових, гемороїдальних та шлункових кровотеч, гострих кишкових інфекцій (дизентерії, черевного тифу, паратифів А та В, сальмонельозу) необхідно поєднувати перемелені плоди ірги з перемеленими коренями та кореневищами родовика лікарського, травую парила звичайного, листям та квітами алтеї лікарської, листям подорожника великого у співвідношенні 2:4:2:2:2. З отриманої суміші беруть 2 столові ложки, заливають склянкою води, кип'ятять на малому вогні 5 хвилин та настоюють 4 години. Вживають по 50 мл тричі на добу за 30 хвилин до їжі курсами в залежності від ефективності і стану хворого.

Для лікування глибокого атеросклерозу відомий фітотерапевт-цілитель Є.С. Товстуха рекомендує зробити суміш плодів ірги круглолистої з плодами глоду колючого, кореневищами пирію повзучого, коренями та кореневищами синюхи блакитної, травую собачої кропиви серцевої (пустирнику) у спів-

відношенні 4:4:2:2:4. З суміші взяти 2 столові ложки на склянку води, прокип'ятити 5 хвилин, настояти 4 години. П'ють відвар по 50 мл тричі на добу за 30 хвилин до їжі. Курс лікування 2 роки з щоквартальними перервами по 10–15 діб.

**Протипоказання:** при вираженій гіпотонії необхідно обмежити споживання ягід ірги в раціоні.

**Розмноження і догляд.** Ірга легко розмножується: насінням, кореневими відростками, живцями. Рослина стійка до захворювань, тому не потребує додаткових зусиль на хімічний захист від хвороб та шкідників.

Для неї необхідно робити обмежувальну обрізку по висоті, інакше для збору врожаю потрібно буде шукати довгу драбину. Крім того посадки швидко загущуються і знижується врожайність, тому важливо регулювати кількість стовбурів в кущі. Взагалі під час обрізки важливо залишати найсильніші пагони. Краще удобрювати рослину виключно органікою.

Ірга спокійно витримує посуху завдяки глибоко розташованому корінню. Але добрий господар обов'язково знайде можливість і варіант її порадувати поливом.

У садівництві поширюються багато культурних форм ірги: ірга канадська, ірга криваво-червона, ірга вільхолиста та інші.

В дендропарку «Перемога» с. Ходаки на Житомирщині переважають високорослі рослини ірги круглолистої, які тягнуться на випередки серед високих 45-річних дерев до сонця. А в розсаднику 22-річного Свято-Покровського дендропарку с. Білоусівка Вознесенського району Миколаївської області, заснованого автором статті разом з колишнім головою сільради, ентузіастом поширення нових рослин нашої се-

лекції в умовах ризикованого землеробства півдня України, нині покійним В.Ф. Батурським та активістами церковної громади В.І. Волошиним і його дружиною Наталією та родиною Л.Ф. Москалюк, вчителями і учнями місцевої школи, ростуть дуже продуктивні, але низькорослі кущі ірги (див. книгу Н.В. Дрозд «Школа – осередок навчання, виховання і культури» К.: Вид. «Колобіг», 2007. – 112 с.).

В дендропарку «Перемога» с. Ходаки завдяки ягідним культурам, що згадані в цій публікації, та багатьох інших ягідниках збільшилась кількість місцевих птахів і з'явилися на зимівлю перелітні птахи – зовсім невідомі для цієї місцевості, навіть старожилам с. Ходаки та ветерану обійстя М.І. Потопальській. Марія Іванівна, як «берегиня дендропарку», відзначає кожної весни свій день народження, все ближче наближаючись «до життєвої зрілості», як кажуть місцеві жартівники. А молодша сестра Людмила Степанівна Дідківська, як громадський директор парку, віддавна чекає на путівник по дендропарку для поширення інформації про цю перлину Полісся. Тут нещодавно організований єдиний в Україні музей древнього (дуплянки, колоди) і сучасного стаціонарного і пересувного бджолярства (див. відео «На Коростенщині відроджують бортництво та розвивають сучасне бджільництво» <https://www.youtube.com/watch?v=tysqMJQ9MGc&list=PLbg8Levo8jnDi4ZYYVbS21KQhcxFUwrhE&index=10&t=8s>, «Невеличка екскурсія по Дендропарку «Перемога»» <https://www.youtube.com/watch?v=97Eto5x5bh4&t=13s> та інші на ютуб-каналі «Ін-т оздоровлення і відродження народів України» та сайт <http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/dendropark.html> ).







**Квітує горобина  
чорноплідна в дендропарку  
«Перемога»**



**Врожай горобини  
чорноплідної**



**Ірга**

Не меншої уваги заслуговує і представлений лише фрагментарно музей-садиба родини Потопальських. Час летить, а обіцянки відпові-



**Плоди ірги**  
(фото з «Вікіпедії», автор – Tigerente)

дальних людей про максимальну допомогу відлітають у небуття... А нові, як земляки, так і словесні патріоти, зацікавлені у збереженні і від-

новленні докільця і добрих справ своїх попередників, на жаль, за останні десятиліття не з'явилися. Тому закликаю: сучасників і наступне покоління – спішіть робити добрі справи, спішіть садити сади, ліси і парки «Перемоги», засівати поля і грядки оздоровчими рослинами.

Пасічників закликаю збільшувати кількість медоносів у кожному персональному «килимі пасічника» та поширювати інформацію про медоноси-цілителі.

Посадковим матеріалом дендропарк може поділитися з шанувальниками природи на умовах дружнього співробітництва.

**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**

