

## **АКЛІМАТИЗАЦІЯ ЦІННИХ І РІДКІСНИХ ЕКЗОТИЧНИХ РОСЛИН (ГІНКГО ДВОЛОПАТЕВЕ, ЗИЗИФУС СПРАВЖНІЙ, ІНЖИР (СМОКІВНИЦЯ), ЛАВР БЛАГОРОДНИЙ, ФЕЙХОА)**

О. В. Гиндич

Мале державне науково-виробниче підприємство по репродукції цінних, рідкісних і зникаючих видів рослин «Фонд відродження флори Карпат – Стародуб», м. Чернівці, Україна

Чорнобильська трагедія змусила шукати нові способи для збереження здоров'я і виживання в несприятливому екологічному середовищі. Завдяки успішним багаторічним дослідженням, проведених автором разом з Інститутом оздоровлення і відродження народів України (ІОВН України) (Київ), є можливість надати інформацію про використання для лікування цінних і рідкісних рослин, які походять з теплих країв і, крім Південного узбережжя Криму, в Україні ніде і ніколи не зростали, за винятком поодиноких дерев гінкго у деяких парках і ботанічних садах. Для прискореного розмноження цих рослин використовували препарат “Дивостим”, одержаний із зазначеного інституту.

Інтродуковані цінні і рідкісні рослини мають специфічну лікувальну дію, яка відсутня у наших загальновідомих рослин, що збагачує цінною сировиною існуючий на сьогодні лікувальний арсенал. Зокрема, це – сповільнення старіння і омолодження організму із застосуванням препаратів з гінкго; потужні енергетичні властивості лавра благородного; наявність легкозасвоюваного організмом людини йоду в фейхоа і неперевершений смак її зрілих плодів, що поєднують смак лісової суниці, ананасу і авокадо у перетертому з цукром вигляді.

**Гінкго дволопатеве (*Gingo biloba*).** Цей релікт флори третинного періоду за 200 млн років витримав усі земні катаклізми і дожив до наших днів. Проявив неймовірну стійкість після зруйнування атомною бомбою Хіросіми у 1945 р. Батьківщиною цієї рослини є Китай. Ще 4 000 років тому гінкго використовували при багатьох захворюваннях. За оцінками провідних

сучасних експертів з лікарських рослин, гінкго – “дерево молодості”, яке сповільнює процес старіння мозку і всього організму. Зменшує імовірність інфарктів, інсультів, запобігає пухлинним захворюванням тощо.

Основна дія гінкго – збільшення притоку крові у ті органи, де є недостатність в ній, зокрема, в мозок, нижні кінцівки, у всі артерії, вени і навіть найдрібніші капіляри, що запобігає їхній ламкості, при цьому зростає еластичність стінок кровоносних судин. Ліки з гінкго при тривалому вживанні нормалізують кров'яний тиск підвищують працездатність, концентрацію уваги, знижують розсіяність, покращують пам'ять, зір, слух, сприяють зникненню головного болю. Препарати з гінкго не мають протипоказань, їх використовують при 20 різних захворюваннях. Для найкращого і стійкого ефекту спиртові настоянки з гінкго потрібно приймати по 10–15 крапель тривалий час – не менше 3 місяців. У домашніх умовах їх використовують як чай з листя або 10 % настоянку на горілці.

**Зизифус справжній (*Ziziphus jujuba*) – китайський фінік, унабі, ююба.** Невеликий кущ до 3 м заввишки. Розповсюджений в Індії, Середній Азії і в Криму. На Буковині щорічно і рясно родить. Лікувальну дію має 10 %-й відвар плодів – 60 мл, 4–6 разів на день. Використовують свіжі плоди – 10–15 шт. 3–4 рази на день для загального зміцнення організму. Зникають головні болі, запаморочення голови, шум у вухах, серцебиття. Поліпшується сон, загальне самопочуття, настрої і працездатність. Застовують при анемії, запаленні верхніх дихальних шляхів, гарячці, виразці кишковика і кишкових інфекціях. Плоди використовують в космонавтиці як один з найкращих препаратів для регулювання тиску. У висушених плодах з інактивацією ферментів кількість вітаміну С зростає в чотири рази до (1500–2000 мг/%).

Плоди містять дубильні і смолисті речовини, флавоноїди, аскорбінову кислоту, каротин, жирну олію, солі калію і фосфору.

**Інжир (*Ficus carica*) – смоківниця.** Батьківщина інжиру – Середземномор'я, де він сягає висоти до 15 м. За наших кліматичних умов –

це кущ висотою 2–3 м. При легкому укритті інжир зимує у відкритому ґрунті без пошкоджень морозом. У сніжні зими можна обійтися без укриття, оскільки від холоду надземну частину рослини захищає сніг. В умовах Буковини та Прикарпаття (район м. Коломиї) плоди інжиру дозрівають у серпні.

Вся надземна частина інжиру має лікувальні властивості, але найефективнішу дію виявляє молочний сік з гілок і з листя навесні, протягом літа і до глибокої осені. Плоди використовують як ліки і поживну їжу. З листя готують чаї проти лишайів, кропивниці, кашлю, укусів отруйних тварин і комах. Сік з листя знімає сліди татуювання, знижує кількість жиру в організмі. Молочко з листя і гілок широко застосовують у гінекології, при бородавках, папіломах, загоєнні ран, пухлинах, які важко розсмоктовуються. А в суміші з медом воно допомагає при вологій катаракті на початковій стадії, виганяє пісок із сечостатевих шляхів.

Препарати з інжиру швидко проникають у судини і розсмоктовують пухлини, затримують ріст саркоми, їх використовують при захворюваннях серцево-судинної системи, анемії, вони корисні ослабленим хворобою людям, особливо похилого віку, при бронхіальній астмі, ентеритах і ентероколитах. Чай з листя: 2 столові ложки сировини на 400 мл окропу, настоювати протягом 1 год, процідити і пити 4 рази на день до їжі. Плоди інжиру протипоказані хворим на цукровий діабет, при гострих запальних захворюваннях шлунково-кишкового тракту, при сечокиислому діатезі.

**Лавр благородний (*Laurus nobilis* L.) – домашній лікар.** У місцевостях, де зростає лавр, чисте з пряним ароматом повітря, люди більш спокійні, відрізняються лагідністю, чистотою помислів, ясністю розуму, менше хворіють і довше живуть.

Як широкоживана пряність і розповсюджена кімнатна культура лавр є найпоширенішою рослиною на земній кулі. Батьківщина лавра – країни Середземномор'я, де він сягає до 18 м у висоту. Чернівці – найпівнічніша

точка Європи, де у відкритому ґрунті з легким укриттям на зиму лавр успішно росте кущем. Дає запашне листя і життєздатне насіння. Шляхом багаторічної акліматизації і селекції виведено нову ботанічну форму лавра благородного “Буковинський кущистий”.

Із стародавніх джерел відомо, що лавр – єдине дерево, яке не побиває блискавка. До знаменитого лаврового гаю на землях Антіохії (Близький Схід) приходили звідусіль тисячі людей для очищення. Сучасним людям, які живуть у промислових центрах, перенасичених автотранспортом і викидами в атмосферу, лавр може допомогти зберегти здоров’я і силу.

Лікувальний потенціал лавра без труднощів можна використовувати в домашніх умовах для очищення організму від шлаків, болів у суглобах, хребті, головних болях, запаленнях вуха, зубів тощо і особливо під час епідемії грипу.

Для цього до хворого місця прикладають гілочки з листочками, обв’язавши його рушником. Щоб листя не ламалося, а контакт з тілом був найщільніший, потрібно полежати так у зручній позі 15–25 хв. Зробити 10–20 подібних сеансів.

На початковій стадії грипу лікування проводиться безперервно протягом 12 год. Контакт лавра з тілом упродовж 30–40 хв чергується з перервами у 15–20 хв. За 12 год температура тіла з 39° спадає до 36,6° без усяких ускладнень.

При занепаді сил, запаленнях суглобів, перевтомі, виснаженні нервової системи, порушенні сну, стресах, ослабленні імунітету і працездатності використовують подрібнені гілки і листя лавра (краще вирощеного вдома) – 50 г, надземну частину ехінацеї пурпурової – 250 г, кору або молоді гілки верби ламкої (звичайної) – 25 г. Суміш заливають 7–8 л води. Накривають покриттям, доводять до початку кипіння і на малому вогні настоюють протягом 3–4 год. Одержану витяжку заливають у приготовлену ванну з температурою води до 38° С через марлю. Тривалість – до 15 хв. Слідкувати

за кров'яним тиском і частотою пульсу. Навіть від декількох таких ванн з проміжком часу у 2–5 днів настає швидкий і досить відчутний результат.

**Фейхоа (*Feijoa sellowiana*) – винна ягода.** Це нова і досить перспективна рослина, яку вперше досліджують для вирощування у відкритому ґрунті за кліматичних умов Буковини і Прикарпаття. При належній підтримці держави вона може набути масового поширення для оздоровлення населення.

Невеликий вічнозелений розлогий кущ родини миртових до 3 м заввишки. Батьківщина – тропічні ліси Південної Америки. Промислові плантації фейхоа існують у Краснодарському краї. Добре зростає і плодоносить у кімнатних умовах.

Цінна як декоративна (особливо під час цвітіння), плодова і лікарська рослина. У плодах і листі міститься легкозасвоюваний організмом йод. За різними даними – від 15 до 30 мг/‰.

Плід має неперевершений смак і аромат, що нагадує ананас в поєднанні з лісовою суницею і авокадо. Дуже смакує дітям. Перетерті з цукром плоди зберігаються більше одного року. Крім йоду, містить ефірні олії, до складу яких входить понад 26 біологічно активних речовин, і велику кількість протигіпертонічного вітаміну Р, а також високий вміст вітамінів С, В, Е.

Високий вміст йоду сприяє виліковуванню захворювань щитоподібної залози, запобігає гіпертонії, допомагає при захворюванні легень, шлунково-кишкового тракту, при атеросклерозі, особливо в похилому віці.

Крона фейхоа збагачує навколишнє повітря іонами йоду і цілющими ефірними оліями. З пелюсток квітів готують високоякісний лікер та інші цілющі напої. Крім споживання у свіжому вигляді, з плодів виготовляють неповторне варення, соки, джеми, вина.

Розроблена нами технологія сприяє поширенню цих корисних рослин на всій території України.