

УДК 633/635+615.89:633.88(075.8)  
ББК 41/42я73+42.143я73  
ПЗ6

Рецензенты: доктор с.-х. наук, профессор **Т. П. Кобозева** (кафедра эксплуатации машино-тракторного парка и высоких технологий в растениеводстве ФГБОУ ВО «РГАУ — МСХА имени К. А. Тимирязева»), доктор медицинских наук, профессор **Е. Н. Стратиев** (кафедра физического воспитания и основ медицинских знаний ФГБОУ ВО «Брянский ГУ»)

**Наумкин В. Н., Крюков А. Н., Коцарева Н. В., Демидова А. Г., Манохина Л. А., Наумкина Л. А.**

ПЗ6 Пищевые и лекарственные свойства культурных и дикорастущих растений. — М.: ИКЦ «Колос-с», 2019. — 558 с.: ил. — (Учебники и учеб. пособия для студентов высш. учеб. заведений).

ISBN 978-5-00129-063-6

Учебное пособие дает исчерпывающие сведения об основных органических, биологически активных и минеральных веществах, содержащихся в культурных и дикорастущих растениях, которые используются для лечения в народной и научной медицине. В нем широко представлены полевые, овощные, плодовые культурные и дикорастущие растения лугов и степей, болот, водоемов и их берегов, лесов, кустарников, а также сорные растения, распространенные в Центрально-Черноземном регионе. Приводятся сведения об их распространении, местообитании, морфологии, химическом составе, пищевых и лекарственных свойствах, применении в научной и народной медицине. Дана информация о сроках сбора и заготовки лекарственных растений, сушке, сроках и условиях хранения сырья. Описываются способы приготовления из растений различных препаратов: отваров, настоев, вытяжек, экстрактов, порошков и мазей, применяемых в народной медицине.

Издание предназначено для бакалавров, обучающихся в сельскохозяйственных вузах по направлениям «Агрономия», «Агрохимия и агропочвоведение», «Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции». Представляет интерес и имеет практическую значимость для всех тех, кто интересуется растениями полевых, овощных, плодово-ягодных культур, дикорастущими растениями лугов и степей, болот, водоемов и их берегов, лесов, кустарников, а также сорными растениями, пищевыми и лекарственными свойствами растений.

УДК 633/635+615.89:633.88(075.8)  
ББК 41/42я73+42.143я73

© Наумкин В. Н., Крюков А. Н., Коцарева Н. В.,  
Демидова А. Г., Манохина Л. А., Наумкина Л. А. 2019  
ISBN 978-5-00129-063-6 © Издательско-книготорговый центр «Колос-с», 2019

# СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
<b>1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПИЩЕВЫХ И ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ.....</b>	<b>6</b>
1.1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О РАСТЕНИЯХ И ИХ ПРИМЕНЕНИИ .	6
1.2. ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ РАСТЕНИЙ С УСЛОВИЯМИ ВНЕШНЕЙ СРЕДЫ .....	13
1.3. МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАСТЕНИЙ .....	14
1.4. ФАЗЫ РОСТА И РАЗВИТИЯ РАСТЕНИЙ .....	22
<b>2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ.....</b>	<b>26</b>
2.1. ОСНОВНЫЕ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫЕ ВЕЩЕСТВА ...	28
2.2. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА .....	56
2.3. РОЛЬ ВОДЫ .....	67
<b>3. ПИЩЕВЫЕ И ЦЕЛЕБНЫЕ СВОЙСТВА ОСНОВНЫХ ПОЛЕВЫХ КУЛЬТУР .....</b>	<b>71</b>
3.1. ЗЕРНОВЫЕ КУЛЬТУРЫ СЕМЕЙСТВА МЯТЛИКОВЫЕ .....	71
Пшеница мягкая (твердая) — <i>Triticum aestivum (durum)</i> .....	71
Рожь посевная — <i>Secale cereale</i> .....	74
Ячмень культурный — <i>Hordeum sativum</i> .....	77
Овес посевной — <i>Avena sativa</i> .....	79
Просо обыкновенное — <i>Panicum miliaceum</i> .....	81
Кукуруза — <i>Zea mays</i> .....	83
Рис посевной — <i>Oryza sativa</i> .....	85
3.2. ЗЕРНОВЫЕ БОБОВЫЕ КУЛЬТУРЫ .....	87
Соя культурная — <i>Glycine hispida</i> .....	87
Чечевица культурная — <i>Lens esculenta</i> .....	89
Фасоль обыкновенная — <i>Phaseolus vulgaris</i> .....	90
Горох посевной — <i>Pisum sativum</i> .....	92
Люпин — <i>Lupinus</i> .....	92
Кормовые бобы — <i>Vicia faba</i> .....	94
Арахис (земляной орех) — <i>Arachis hypogaea</i> .....	95

3.3. ЗЕРНОВЫЕ КУЛЬТУРЫ ДРУГИХ СЕМЕЙСТВ .....	96
Гречиха культурная — <i>Fagopyrum esculentum</i> .....	96
Амарант — <i>Amaranthus</i> .....	97
3.4. КОРНЕКЛУБНЕПЛОДЫ .....	99
Сахарная свёкла — <i>Beta vulgaris</i> .....	99
Цикорий обыкновенный — <i>Cichorium intybus</i> .....	100
Турнепс (репа огородная) — <i>Brassica rapa</i> .....	101
Брюква — <i>Brassica napobrassica</i> .....	102
Морковь — <i>Daucus carota</i> .....	102
Картофель — <i>Solanum tuberosum</i> .....	104
Топинамбур (земляная груша) — <i>Helianthus tuberosus</i> .....	105
3.5. МАСЛИЧНЫЕ И ЭФИРОМАСЛИЧНЫЕ КУЛЬТУРЫ .....	106
Подсолнечник однолетний — <i>Helianthus annuus</i> .....	106
Лён обыкновенный — <i>Linum usitatissimum</i> .....	108
Мак самосейка — <i>Papaver rhoeas</i> .....	109
Горчица полевая — <i>Sinapis arvensis</i> .....	110
Клещевина обыкновенная — <i>Ricinus communis</i> .....	112
Рапс и сурепица — <i>Brassica napus</i> , <i>Barbarea</i> .....	113
Рыжик яровой — <i>Camelina sativa</i> .....	114
Кунжут — <i>Sesamum</i> .....	114
Кориандр посевной — <i>Coriandrum sativum</i> .....	115
Анис обыкновенный — <i>Anisum vulgare</i> .....	116
Тмин обыкновенный — <i>Carum carvi</i> .....	118
Мята перечная — <i>Mentha piperita</i> .....	119
Мелисса лекарственная — <i>Melissa officinalis</i> .....	121
Фенхель обыкновенный — <i>Foeniculum vulgare</i> .....	122
Шалфей лекарственный — <i>Salvia officinalis</i> .....	123
3.6. МНОГОЛЕТНИЕ ТРАВЫ .....	124
Клевер луговой, или красный — <i>Trifolium pratense</i> .....	125
Люцерна посевная — <i>Medicago sativa</i> .....	126
Эспарцет песчаный — <i>Onobrychis arenaria</i> .....	127
Лядвенец рогатый — <i>Lotus corniculatus</i> .....	127
Донник желтый и белый — <i>Melilotus officinalis</i> , <i>Melilotus albus</i> .....	128
3.7. АЛКАЛОИДНЫЕ И ЛЕКАРСТВЕННЫЕ КУЛЬТУРЫ .....	130
Табак (настоящий, виргинский) — <i>Nicotiana tabacum</i> .....	130
Календула лекарственная (ноготки) — <i>Calendula officinalis</i> .....	130
Валериана лекарственная — <i>Valeriana officinalis</i> .....	131
Эхинацея пурпурная (рудбекия пурпурная) — <i>Echinacea purpurea</i> .....	132
Женьшень обыкновенный — <i>Panax ginseng</i> .....	133
Хмель обыкновенный — <i>Humulus lupulus</i> .....	133
Стевия (двулистник сладкий, медовая трава) — <i>Stevia rebaudiana</i> .....	134

3.8. НЕТРАДИЦИОННЫЕ КУЛЬТУРЫ .....	136
Маралий корень (левзея сафлоровидная) — <i>Rhaponticum</i> <i>carthamoides</i> .....	136
Козлятник (галега) — <i>Galega</i> .....	137
Окопник — <i>Symphytum</i> .....	138
Мальва (просвирник) — <i>Malva</i> .....	140
Борщевик сосновского — <i>Heracleum sosnowskyi</i> .....	140
Хлопчатник обыкновенный — <i>Gossypium hirsutum</i> .....	142

#### 4. ПИЩЕВЫЕ И ЦЕЛЕБНЫЕ СВОЙСТВА ОВОЩНЫХ КУЛЬТУР ..... 144

4.1. КАПУСТНЫЕ КУЛЬТУРЫ .....	144
Брокколи — <i>Brassica silvestris</i> .....	144
Капуста белокочанная (огородная) — <i>Brassica oleracea</i> .....	146
Капуста краснокочанная — <i>Brassica rubra</i> .....	148
Савойская капуста — <i>Brassica sabauda</i> .....	148
Брюссельская капуста — <i>Brassica gemmifera</i> .....	148
Цветная капуста — <i>Brassica botrytis</i> .....	149
4.2. КОРНЕПЛОДНЫЕ КУЛЬТУРЫ .....	149
Катран приморский — <i>Crambe maritima</i> .....	149
Пастернак посевной — <i>Pastinaca sativa</i> .....	150
Петрушка — <i>Petroselinum crispum</i> .....	151
Сельдерей пахучий — <i>Apium graveolens</i> .....	152
Скорцонера (черный корень) — <i>Scorzonera hispanica</i> .....	153
Редька посевная — <i>Raphanus sativus</i> .....	154
Свекла столовая — <i>Beta vulgaris</i> .....	155
4.3. ЛУКОВЫЕ РАСТЕНИЯ .....	156
Лук репчатый — <i>Allium cepa</i> .....	156
Лук-порей — <i>Allium porrum</i> .....	156
Лук батун — <i>Allium fistulosum</i> .....	157
Лук многоярусный — <i>Allium proliferum</i> .....	158
Лук шнитт — <i>Allium schoenoprasum</i> .....	158
Лук душистый (джусай) — <i>Allium odorum</i> .....	159
Лук слизун — <i>Allium nutans</i> .....	160
Лук косой (лук ускун, горный чеснок) — <i>Allium obliquum</i> .....	160
Лук шалот (кущевка, семейный) — <i>Allium ascalonicum</i> .....	161
Чеснок — <i>Allium sativum</i> .....	162
4.4. ЛИСТОВЫЕ ОВОЩНЫЕ РАСТЕНИЯ .....	163
Базилик обыкновенный — <i>Ocimum basilicum</i> .....	163
Змееголовник молдавский — <i>Dracocephalum moldavica</i> .....	165
Иссоп лекарственный — <i>Hyssopus officinalis</i> .....	166
Кануфер (пижма бальзамическая) — <i>Pyrethrum majus</i> .....	167
Кервель обыкновенный — <i>Anthriscus cerefolium</i> .....	168
Котовник лимонный — <i>Nepeta cataria</i> .....	169

Кресс-салат — <i>Lepidium sativum</i> .....	170
Лаванда лекарственная — <i>Lavandula angustifolia</i> .....	170
Лофант анисовый — <i>Lophanthus anisatus</i> .....	172
Монарда — <i>Monarda</i> .....	173
Огуречная трава — <i>Borago officinalis</i> .....	174
Пажитник сенной (фенугрек, пажитник греческий, верблюжья трава) — <i>Trigonella foenum-graecum</i> .....	175
Пажитник синий — <i>Trigonella coerule</i> .....	176
Портулак огородный, дандур — <i>Portulaca oleracea</i> .....	177
Ревень — <i>Rheum officinale</i> .....	178
Розмарин лекарственный — <i>Rosmarinus officinalis</i> .....	179
Рута душистая — <i>Ruta graveolens</i> .....	180
Салат посевной — <i>Lactuca sativa</i> .....	181
Тимьян ползучий — <i>Thymus serpyllum</i> .....	182
Чабер садовый — <i>Satureja hortensis</i> .....	184
Шпинат огородный — <i>Spinacia oleracea</i> .....	184
Эстрагон — <i>Artemisia dracunculus</i> .....	185
<b>4.5. МНОГОЛЕТНИЕ ОВОЩНЫЕ РАСТЕНИЯ</b> .....	186
Артишок испанский — <i>Cynara cardunculus</i> .....	186
Любисток лекарственный — <i>Levisticum officinale</i> .....	187
Спаржа лекарственная — <i>Asparagus officinalis</i> .....	189
Хрен деревенский — <i>Armoracia rusticana</i> .....	190
<b>4.6. ПЛОДОВЫЕ ОВОЩНЫЕ КУЛЬТУРЫ</b> .....	191
Арбуз — <i>Citrullus lanatus</i> .....	191
Бамия — <i>Abelmoschus esculentus</i> , <i>Hibiscus esculentus</i> .....	192
Баклажан — <i>Solanum melongena</i> .....	193
Дыня — <i>Cucumis melo</i> .....	193
Огурец — <i>Cucumis sativus</i> .....	194
Перец — <i>Capsicum</i> .....	195
Томат — <i>Solanum lycopersicum</i> .....	196
Тыква — <i>Cucurbita</i> .....	197
<b>5. ПИЩЕВЫЕ И ЦЕЛЕБНЫЕ СВОЙСТВА ПЛОДОВЫХ КУЛЬТУР</b> .....	200
<b>5.1. СЕМЕЧКОВЫЕ КУЛЬТУРЫ</b> .....	200
Айва обыкновенная — <i>Cydonia oblonga</i> .....	200
Арония черноплодная — <i>Aronia melanocarpa</i> .....	202
Боярышник кроваво-красный — <i>Crataegus sanguinea</i> .....	204
Груша обыкновенная — <i>Pyrus communis</i> .....	206
Ирга круглолистная — <i>Amelanchier ovalis</i> .....	208
Рябина обыкновенная — <i>Sorbus aucuparia</i> .....	210
Яблоня домашняя — <i>Malus domestica</i> .....	212
<b>5.2. КОСТОЧКОВЫЕ КУЛЬТУРЫ</b> .....	216
Абрикос обыкновенный — <i>Armeniaca vulgaris</i> .....	216
Алыча — <i>Prunus divaricata</i> .....	219

Вишня обыкновенная — <i>Cerasus vulgaris</i> .....	220
Кизил обыкновенный — <i>Cornus masculus</i> .....	222
Персик обыкновенный — <i>Persica vulgaris</i> .....	224
Слива колючая (тёрн) — <i>Prunus spinosa</i> .....	225
Слива домашняя — <i>Prunus domestica</i> .....	226
Черемуха обыкновенная — <i>Padus racemosa</i> .....	228
Черешня — <i>Cerasus avium</i> .....	230

### 5.3. ОРЕХОПЛОДНЫЕ КУЛЬТУРЫ .....231

Каштан конский — <i>Aesculus hippocastanum</i> .....	231
Лещина обыкновенная — <i>Corylus avellana</i> .....	232
Миндаль обыкновенный — <i>Amygdalus communis</i> .....	234
Орех грецкий — <i>Juglans regia</i> .....	236

### 5.4. ЯГОДНЫЕ КУЛЬТУРЫ .....239

Актинидия коломикта — <i>Actinidia kolomikta</i> .....	239
Барбарис обыкновенный — <i>Berberis vulgaris</i> .....	240
Брусника обыкновенная — <i>Vaccinium vitis-idaea</i> .....	242
Бузина черная — <i>Sambucus nigra</i> .....	244
Бузина красная — <i>Sambucus racemosa</i> .....	246
Виноград культурный — <i>Vitis vinifera</i> .....	247
Голубика высокорослая — <i>Vaccinium corymbosum</i> .....	250
Ежевика сизая — <i>Rubus caesius</i> .....	251
Жимолость съедобная — <i>Lonicera edulis</i> .....	252
Земляника лесная — <i>Fragaria vesca</i> .....	253
Калина обыкновенная — <i>Viburnum opulus</i> .....	256
Клюква обыкновенная — <i>Vaccinium oxycoccos</i> .....	259
Крыжовник обыкновенный — <i>Grossularia reclinata</i> .....	261
Лимонник китайский — <i>Schisandra chinensis</i> .....	262
Лох узколистный — <i>Elaeagnus angustifolia</i> .....	264
Малина обыкновенная — <i>Rubus idaeus</i> .....	265
Облепиха крушиновидная — <i>Hippophae rhamnoides</i> .....	268
Смородина красная — <i>Ribes rubrum</i> .....	270
Смородина черная — <i>Ribes nigrum</i> .....	271
Черника обыкновенная — <i>Vaccinium myrtillus</i> .....	274
Шиповник майский, или Коричный — <i>Rosa majalis, cinnamomea</i> .....	275

## 6. ПИЩЕВЫЕ И ЦЕЛЕБНЫЕ СВОЙСТВА ОСНОВНЫХ ДИКОРАСТУЩИХ РАСТЕНИЙ .....279

### 6.1. ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ ЛУГОВ И СТЕПЕЙ .....279

Адонис весенний — <i>Adonis vernalis</i> .....	280
Алтей лекарственный — <i>Althaea officinalis</i> .....	282
Бедренец-камнеломка — <i>Pimpinella saxifraga</i> .....	283
Будра плющевидная — <i>Glechoma hederacea</i> .....	284
Буквица лекарственная — <i>Betonica officinalis</i> .....	285
Валериана лекарственная — <i>Valeriana officinalis</i> .....	287

Воробейник лекарственный — <i>Lithospermum officinale</i> .....	289
Герань луговая — <i>Geranium sanguineum</i> .....	290
Горец змеиный (змеевик, раковые шейки) — <i>Polygonum bistorta</i> .....	291
Девясил высокий — <i>Inula helenium</i> .....	292
Желтушник серый — <i>Erysimum canescens</i> .....	294
Живучка ползучая — <i>Ajuga reptans</i> .....	295
Золототысячник зонтичный — <i>Centaurium erythraea</i> .....	296
Кирказон ломоносовидный — <i>Aristolochia clematidis</i> .....	297
Козлобородник луговой — <i>Tragopogon pratensis</i> .....	299
Кровохлёбка лекарственная — <i>Sanguisorba officinalis</i> .....	300
Маргаритка многолетняя — <i>Bellis perennis</i> .....	301
Мать-и-мачеха обыкновенная — <i>Tussilago farfara</i> .....	302
Мытник хохлатый — <i>Pedicularis comosa</i> .....	303
Незабудка полевая — <i>Myosotis arvensis</i> .....	304
Очиток едкий — <i>Sedum acre</i> .....	305
Пион уклоняющийся (Марьин корень) — <i>Paeonia anomala</i> .....	307
Прострел луговой (сон-трава) — <i>Pulsatilla pratensis</i> .....	308
Пустьрник сердечный (обыкновенный) — <i>Leonurus cardiaca</i> .....	309
Репешок обыкновенный — <i>Agrimonia eupatoria</i> .....	310
Родиола розовая (золотой корень) — <i>Rhodiola rosea</i> .....	311
Сердечник луговой — <i>Cardamine pratensis</i> .....	313
Солодка гладкая (солодка обыкновенная) — <i>Glycyrrhiza glabra</i> .....	315
Стальник полевой — <i>Ononis arvensis</i> .....	316
Таволга вязолистная (лабазник обыкновенный, шестилепестковый) — <i>Filipendula vulgaris</i> .....	317
Термopsis ланцетный — <i>Thermopsis lanceolata</i> .....	318
Цмин песчаный (бессмертник) — <i>Helichrysum arenarium</i> .....	319
Чина луговая — <i>Lathyrus pratensis</i> .....	321
Шпажник черепитчатый (гладиолус) — <i>Gladiolus imbricatus</i> ...	322
Язвенник многолистный (ранозаживляющий) — <i>Anthyllis</i> <i>polycephala</i> ( <i>Anthyllis vulneraria</i> ) .....	323

## 6.2. ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ БОЛОТ, ВОДОЕМОВ

И ИХ БЕРЕГОВ .....	325
Аир обыкновенный (аир болотный) — <i>Acorus calamus</i> .....	325
Багульник болотный — <i>Ledum palustre</i> .....	326
Вахта трехлистная — <i>Menyanthes trifoliata</i> .....	328
Горец земноводный (водяная гречиха) — <i>Polygonum amphibium</i> .....	329
Гравилат речной — <i>Geum rivale</i> .....	330
Калужница болотная — <i>Caltha palustris</i> .....	331
Кубышка желтая — <i>Nuphar luteum</i> .....	331
Кувшинка белая (нимфея) — <i>Nymphaea alba</i> .....	333
Молочай болотный — <i>Euphorbia palustris</i> .....	334
Рогоз широколистный — <i>Typha latifolia</i> .....	336
Росжанка круглолистная — <i>Drosera rotundifolia</i> .....	337

Ряска маленькая — <i>Lemna minor</i> .....	338
Сабельник болотный — <i>Comarum palustre</i> .....	339
Сусак зонтичный — <i>Butomus umbellatus</i> .....	340
Сушеница топяная (сушеница болотная) — <i>Gnaphalium uliginosum</i> .....	341

### 6.3. ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ ЛЕСОВ, КУСТАРНИКОВ . 343

Адамов корень (тамус обыкновенный, переступень белый) — <i>Tamus communis</i> .....	343
Астрагал шерстистоцветковый — <i>Astragalus dasyanthus</i> .....	345
Бальзамин (недотрога обыкновенная желтая) — <i>Impatiens nolitangere</i> .....	346
Барвинок малый — <i>Vinca minor</i> .....	347
Береза повислая (бородавчатая, белая) — <i>Betula pendula</i> .....	348
Бересклет европейский — <i>Euonymus europaea</i> .....	349
Вереск обыкновенный — <i>Calluna vulgaris</i> .....	350
Вероника дубравная — <i>Veronica chamaedrys</i> .....	351
Ветреница лютиковая — <i>Anemone ranunculoides</i> .....	353
Вороний глаз четырехлистный — <i>Paris quadrifolia</i> .....	354
Вяз равнинный — <i>Ulmus campestris</i> .....	355
Гравилат городской — <i>Geum urbanum</i> .....	356
Гусиный лук желтый — <i>Gagea lutea</i> .....	357
Дрок красильный — <i>Genista tinctoria</i> .....	358
Дуб обыкновенный (дуб черешчатый) — <i>Quercus robur</i> .....	359
Душица обыкновенная — <i>Origanum vulgare</i> .....	360
Дягиль (дудник лекарственный) — <i>Angelica archangelica</i> .....	362
Ель обыкновенная (ель европейская) — <i>Picea abies</i> .....	363
Жостер слабительный (крушина слабительная) — <i>Rhamnus cathartica</i> .....	364
Заманиха высокая — <i>Oplopanax elatus</i> .....	365
Зверобой продырявленный — <i>Hypericum perforatum</i> .....	367
Золотарник обыкновенный (золотая розга) — <i>Solidago virgaurea</i> .....	368
Ива русская (чернотал, ива корзиночная) — <i>Salix viminalis</i> .....	369
Кипрей узколистный (иван-чай обыкновенный) — <i>Chamerion angustifolium</i> .....	371
Калистегия заборная — <i>Calystegia sepium</i> .....	372
Кислица обыкновенная — <i>Oxalis acetosella</i> .....	373
Клен платановидный (клен остролистный) — <i>Acer platanoides</i> .....	374
Колокольчик жестковолосый — <i>Campanula cervicaria</i> .....	375
Копытень европейский — <i>Asarum europaeum</i> .....	376
Коровяк обыкновенный (медвежье ухо) — <i>Verbascum thapsus</i> .....	377
Крушина ломкая (ольховидная) — <i>Frangula alnus</i> .....	378
Купальница европейская — <i>Trollius europaeus</i> .....	380
Купена лекарственная — <i>Polygonatum officinale</i> .....	381
Ландыш майский — <i>Convallaria majalis</i> .....	382
Лапчатка прямостоячая (калган) — <i>Potentilla erecta</i> .....	383
Липа сердцелистная — <i>Tilia cordata</i> .....	384



Лопух большой (репейник) — <i>Arctium lappa</i> .....	385
Манжетка обыкновенная — <i>Alchemilla vulgaris</i> .....	386
Марьянник дубравный — <i>Melampyrum nemorosum</i> .....	388
Медуница лекарственная — <i>Pulmonaria officinalis</i> .....	389
Можжевельник обыкновенный (верес) — <i>Juniperus communis</i> .....	390
Мыльнянка лекарственная — <i>Saponaria officinalis</i> .....	391
Норичник шишковатый — <i>Scrophularia nodosa</i> .....	393
Ольха серая — <i>Alnus incana</i> .....	394
Осина обыкновенная — <i>Populus tremula</i> .....	395
Очанка лекарственная — <i>Euphrasia officinalis</i> .....	395
Папоротник мужской (щитовник мужской) — <i>Dryopteris filix-</i> <i>mas</i> .....	396
Паслён сладко-горький — <i>Solanum dulcamara</i> .....	397
Первоцвет весенний — <i>Primula veris</i> .....	398
Пижма обыкновенная (дикая рябинка) — <i>Tanacetum vulgare</i> ..	400
Пихта сибирская — <i>Abies sibirica</i> .....	401
Плаун булавовидный — <i>Lycopodium clavatum</i> .....	402
Сирень обыкновенная — <i>Syringa vulgaris</i> .....	403
Смолёвка поникшая — <i>Silene nutans</i> .....	404
Сныть обыкновенная — <i>Aegopodium podagraria</i> .....	405
Сосна обыкновенная — <i>Pinus sylvestris</i> .....	406
Сочевичник весенний (чина весенняя) — <i>Orobus vernus</i> ( <i>Lathyrus vernus</i> ) .....	408
Толокнянка обыкновенная (медвежье ушко) — <i>Arctostaphylos</i> <i>uva-ursi</i> .....	409
Тополь черный (осокорь) — <i>Populus nigra</i> .....	410
Фиалка трехцветная (анютины глазки) — <i>Viola tricolor</i> .....	411
Чемерица Лобеля — <i>Veratrum lobelianum</i> .....	412
Чина лесная — <i>Lathyrus Silvester</i> .....	414
Чистец лесной — <i>Stachys sylvatica</i> .....	414
Ясень обыкновенный — <i>Fraxinus excelsior</i> .....	416
Ятрышник пятнистый (кукушкины слезки) — <i>Dactylorhiza</i> <i>maculata</i> .....	416
<b>6.4. СОРНЫЕ РАСТЕНИЯ</b> .....	419
Аистник (журавельник цикutowый) — <i>Erodium cicutarium</i> .....	419
Белена черная — <i>Hyoscyamus niger</i> .....	420
Бодяк обыкновенный (осот ланцетолистный) — <i>Cirsium vulgare</i> .....	422
Бодяк полевой — <i>Cirsium arvense</i> .....	422
Василек луговой — <i>Centaurea jacea</i> .....	423
Вербейник монетчатый — <i>Lysimachia nummularia</i> .....	424
Вьюнок полевой — <i>Convolvulus arvensis</i> .....	425
Гвоздика полевая — <i>Dianthus campestris</i> .....	427
Горец почечуйный (почечуйная трава) — <i>Polygonum persicaria</i> ..	428
Горец птичий (спорыш) — <i>Polygonum aviculare</i> .....	429
Горчак ястребиновый (горчак желтый) — <i>Picris hieracioides</i> .....	430

Грыжник душистый — <i>Herniaria odorata</i> .....	431
Гулявник лекарственный — <i>Sisymbrium officinale</i> .....	432
Дескурайния Софии (гулявник струйчатый) — <i>Descurainia Sophia</i> .....	433
Дрёма белая (дрёма луговая) — <i>Melandrium album</i> .....	435
Дурман обыкновенный (дурман вонючий) — <i>Datura stramonium</i> .....	436
Дурнишник обыкновенный — <i>Xanthium strumarium</i> .....	436
Дымянка лекарственная — <i>Fumaria officinalis</i> .....	438
Звездчатка средняя (мокрица) — <i>Stellaria media</i> .....	439
Икотник серо-зеленый — <i>Berteroa incana</i> .....	440
Короставник полевой — <i>Knautia arvensis</i> .....	441
Крапива двудомная — <i>Urtica dioica</i> .....	442
Крестовник обыкновенный — <i>Senecio vulgaris</i> .....	444
Куколь обыкновенный — <i>Agrostemma githago</i> .....	445
Латук дикий (латук компасный) — <i>Lactuca serriola</i> .....	445
Льнянка обыкновенная (дикий львиный зев) — <i>Linaria vulgaris</i> .....	446
Лютик ползучий — <i>Ranunculus repens</i> .....	448
Марь белая — <i>Chenopodium album</i> .....	449
Мелколепестник канадский — <i>Erigeron Canadensis</i> .....	450
Нивяник обыкновенный (поповник обыкновенный) — <i>Leucanthemum vulgare</i> .....	451
Одуванчик лекарственный — <i>Taraxacum officinale</i> .....	452
Осот огородный — <i>Sonchus oleraceus</i> .....	453
Паслён сладко-горький — <i>Solanum dulcamara</i> .....	454
Пастушья сумка обыкновенная — <i>Capsella bursa-pastoris</i> .....	455
Пикульник ладанниковый (жабрей) — <i>Caleopsis ladamum</i> .....	457
Подмаренник настоящий — <i>Galium verum</i> .....	458
Подмаренник цепкий — <i>Galium aparine</i> .....	459
Подорожник большой — <i>Plantago major</i> .....	460
Полынь горькая — <i>Artemisia absinthium</i> .....	462
Полынь обыкновенная (чернобыльник) — <i>Artemisia vulgaris</i> .....	463
Просвирник круглолистный (просвирник приземистый) — <i>Malva rotundifolia</i> ( <i>Malva pusilla</i> ).....	464
Пупавка красильная — <i>Anthemis tinctoria</i> .....	465
Пырей ползучий — <i>Elytrigia repens</i> .....	466
Резак обыкновенный — <i>Falcaria vulgaris</i> .....	467
Резеда желтая — <i>Reseda lutea</i> .....	468
Ромашка ободранная (аптечная) — <i>Chamomilla recutita</i> .....	469
Свиной пальчатый — <i>Cynodon dactylon</i> .....	470
Синеголовник плосколистный — <i>Eryngium planum</i> .....	471
Синяк обыкновенный — <i>Echium vulgare</i> .....	472
Скерда кровельная — <i>Crepis tectorum</i> .....	473
Сорго аллепское — <i>Sorghum halepense</i> .....	474
Сурепка обыкновенная — <i>Barbarea vulgaris</i> .....	475

Татарник колючий — <i>Onopordum acanthium</i> .....	476
Тысячелистник обыкновенный — <i>Achillea millefolium</i> .....	477
Хвощ полевой — <i>Equisetum arvense</i> .....	479
Черда трехраздельная — <i>Bidens tripartita</i> .....	480
Черноголовка обыкновенная — <i>Prunella vulgaris</i> .....	481
Чернокорень лекарственный — <i>Cynoglossum officinale</i> .....	482
Чертополох поникший — <i>Carduus nutans</i> .....	484
Чистец прямой — <i>Stachys recta</i> .....	485
Чистотел большой — <i>Chelidonium majus</i> .....	486
Щавель конский (густой) — <i>Rumex confertus</i> .....	487
Щирица запрокинутая (амарант колосистый) — <i>Amaranthus retroflexus</i> .....	488
Ярутка полевая — <i>Thlaspi arvense</i> .....	489
Яснотка белая — <i>Lamium album</i> .....	490
Яснотка стеблеобъемлющая — <i>Lamium amplexicaule</i> .....	491
Ястребинка волосистая — <i>Hieracium pilosella</i> .....	492

## 7. ЗАГОТОВКА И ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КУЛЬТИВИРУЕМЫХ РАСТЕНИЙ В МЕДИЦИНЕ..... 495

7.1. ПРИМЕНЕНИЕ КУЛЬТИВИРУЕМЫХ РАСТЕНИЙ В МЕДИЦИНЕ.....	495
О вреде самолечения растениями .....	509
7.2. СБОР, СУШКА И ХРАНЕНИЕ ЛЕКАРСТВЕННОГО СЫРЬЯ .....	512
Календарь сбора лекарственных растений Белгородской области.....	517
Причины и признаки порчи лекарственного сырья.....	531

## 8. ОХРАНА СЪЕДОБНЫХ ДИКОРАСТУЩИХ И ЛЕКАРСТВЕННЫХ ДИКОРАСТУЩИХ РАСТЕНИЙ..... 533

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ .....	538
ЛИТЕРАТУРА .....	542