

ЗЕЛЕНА АПТЕКА ПОДІЛЯ

Служба здоров'я

Багатий подільський край цілющими ягодами, травами. У лісах області ростуть береза, вільха, сосна, липа, дуб, на узліссі — калина, глід, шипшина, по сухих луках, лісових галявинах, біля доріг та канав можна знайти материнку, золототисячник, деревій, ромашку, пижмо та інші рослини. Все це — природна аптека. Трави, квіти, плоди, коріння застосовуються як в переробному вигляді, так і для одержання настоїв, екстрактів, таблеток та інших ліків.

Рослинні препарати становлять понад третину всіх лікарських засобів, які слугують людині. Дуже популярні цілющі трави і в народі. Важко ними знайти сім'ю, яка б не мала власної трав'яної аптечки.

Чим же пояснюється всезростаюча популярність фітотерапії (така наукова назва лікування травами)? Справа в тому, що рослини виробляють багато складних хімічних сполук, які сприятливо впливають на функції органів людського організму, рідше викликають негативні побічні явища, менш токсичні, ніж препарати хімічного синтезу, збільшують імунні властивості.

Лікарські рослини самостійно або в сумішах застосовують при хворобах дихальних шляхів, серця та кровоносної системи, захворюваннях нирок, шлунково-кишкового тракту, алергійних проявах. Проте лише такі трави дають позитивні наслідки, коли їх призначає лікар, котрий знає стан хворого. Так, при захворюванні дихальних шляхів, зокрема бронхів, слід спершу визначити, гостра чи хронічна форма, а тоді вживати відповідні трави. Обережно слід вживати їх при хворобах печінки та жовчних проток, так як усі лікарські засоби зазнають хімічного перетворення в печінці.

Багато видів рослин містять сильноїдуючі хімічні спо-

луки. Особливо небезпечні отруйні рослини для дітей: малюків приваблюють красиві ягоди, квіти, коробочки з насінням. Відомі випадки, коли діти, граючись без нагляду дорослих, отруювались бузиною трав'янистою, вовчим ликом, беладонною. Деякі рослини за своїм виглядом нагадують застосовувану в медицині сировину. Але самостійне вживання їх небезпечно для життя. Так, одна сім'я вирішила вилікуватися від грипу настійкою левзеї, яку взяли у знайомих, а ті, в свою чергу, придбали її на базарі. Після прийому сталося тяжке отруєння.

Тому користуватися послугами продавців «ліків від усіх хвороб» слід дуже обережно. Необхідно суворо дотримуватися рекомендованих доз кожної рослини, а також способів приготування ліків з них.

А збирати лікарські рослини треба в момент найбільшого вмісту в них ліючих речовин. Трави заготовляють, починаючи з травня, перед початком або під час цвітіння. Надземні частини зрізують ножем, з денних рослин зламують тільки верхівки, що цвітуть (полин, собача кропива, звіробій та ін). Квіти — під час цвітіння до початку в'янення; листя обережно зривають руками перед початком або під час цвітіння рослини. Плоди збирають у період їх повного досягання; корені, кореневища та бульби здебільшого збирають восени, коли припиниться рух соків у рослині. Найкраще збирати надземні частини повноцінних рослин в суху сонячну погоду. Зібрану сировину слід негайно висушити на повітрі у затінку або в приміщенні при доброму провітрюванні.

Слід зізнатися, що нині можливості дикорослої лікарської ниви не ті, що були в минулому. Бракує багатьох трав в аптеках. Все рідше можна побачити біло-рожеві кетяги ал-

тею вдовж доріг, майже зникли донедавна величезні запаси аїру, зменшилися зарослі звіробою, цмину піщаною та інших рослин. Розорювання земель, меліорація, надмірна заготівля та інші фактори дедали частіше призводять до скорочення запасів, а подекуди й до винищення рослин. На сьогоднішній день до «Червоної книги СРСР та УРСР» занесено близько 20 видів лікарських рослин. А потреба у лікарських травах, за прогнозами спеціалістів, за два десятиліття збільшиться у два-три рази. Саме тому турбота про майбутнє нашої природи, про здоров'я народу зобов'язує більш відповідально ставитися до зеленої аптеки.

З квітня минулого року набрали сили «Тимчасові правила організації раціонального використання лікарських рослин на території УРСР». Віднині безконтрольне збирання лікарських трав повсюдно заборонено. Цілком заборонено збирання видів, занесених до «Червоної книги СРСР та УРСР». Це беладонна лікарська, мачок жовтий, зозулинець (всі види), любка дволиста та інші рослини. Слід пам'ятати, що можливості природи безмежні, тому треба ставитися до неї вміло і чуйно. Не можна виривати рослини з корінням або підряд. Необхідно залишати незаіманними ділянки здорових рослин для вегетативного розмноження та самонасіння. При збиранні листя і плодів з дерев не ламати молодих пагонів, гілок.

Всі аптеки області приймають в сухому вигляді корінь аїру, березові бруньки, плоди та квіти глоду, кору дуба, й крушину, траву материнки, звіробою, золототисячника, кропиву, споришу, грициків, польового хвоща, полину, чебрецю, чистотілу, цвіт липи, кукурудзяні рильця та інші лікарські рослини. Основна маса їх переробляється на нашій фармацевтичній фабриці, решта йде в аптеки для продажу.

Літні дні сприятливі для збору більшості видів лікарських рослин, які допоможуть зберегти та поліпшити здоров'я наших трудівників.

О. ГРЕБЕНЮК,
начальник відділу фармацевтичної інформації обласного аптечного управління.

«Газ. Подільс. Сервіс», 7 серпня 1989