

Фитотерапия

И. Ф. ОСТАПЧУК

заболеваний
лёгких
и верхних
дыхательных
путей



И. Ф. ОСТАПЧУК

Фізіо- ТЕРАПІЯ

заболеваний
лёгких
и верхних
дыхательных
путей



ББК 54.12
О-76

Остапчук И. Ф.

О-76 Фитотерапия заболеваний лёгких и верхних дыхательных путей. — К.: „Украинская Советская Энциклопедия” им. М.П. Бажана, 1991. — 20 с.
ISBN 5-88500-043-3.

Брошюра содержит сведения о целебных свойствах растений, наиболее широко применяемых в фитотерапии заболеваний верхних дыхательных путей и лёгких. В статьях даны краткая биоэкологическая характеристика растений, химический состав, использование в научной и народной медицине. Особую ценность представляют приведённые сборы, рекомендуемые автором для лечения простудных заболеваний верхних дыхательных путей, пневмонии различной этиологии, бронхиальной астмы.

О 410802000-005
М 222(04)-91 БЗ-2-5-91

ББК 54.12

ISBN 5-88500-043-3

© Остапчук И. Ф., 1991 г.

Фитотерапия – наука о применении лекарственных растений. Науке уже известно более 12 тысяч лекарственных растений, однако в Государственную фармакопею включены и разрешены к использованию в медицине всего 150, а на практике применяют не более 40–50 различных трав. Это объясняется тем, что в конце XIX – начале XX вв. чашу весов в медицине перевесили успехи химии. Открытие сульфаниламидных препаратов, а затем антибиотиков явилось новой эрой в медицине. Ушли в прошлое многие опасные заболевания и эпидемии. Однако микроорганизмы приспосабливаются к антибиотикам, появилась „антибиотикоустойчивость”. Увлечение химическими препаратами привело к возникновению нового недуга – лекарственной аллергии. Практический опыт показывает, что 5–10% больных, поступающих на лечение в больницы, не переносят никаких аптечных препаратов. Это привело к тому, что интерес медиков к лечению травами значительно возрос. Так, например, известные учёные из Всесоюзного института пульмонологии профессора Н. В. Путов, Г. Б. Федосеев в своих работах подчёркивают, что гораздо физиологичнее применять при лечении больных заболеваниями лёгких вместо синтетических муколитических препаратов (ацетилцистеина, бромгексина, либексина, тусупрекса) настои лекарственных растений. Фитотерапия включает несколько методов: пероральное применение лекарственных трав в виде водных настоев, отваров; ингаляций парами растений; аэрофитотерапию (вдыхание фитонцидов, выделяемых растениями в природных условиях, а также в специальных кабинетах, где распыляются эфирные масла мяты, лаванды, шалфея, аниса; метод разработан в базовом санатории им. С. М. Кирова г. Ялты).

Растения содержат целый комплекс биологически активных компонентов, оказывающих благотворное влияние на обмен веществ, улучшающих функциональное состояние органов и систем организма, в т. ч. дыхательной системы. Это эфирные масла, слизи, смолы, витамины, крахмал, гликозиды и др. В зависимости от химического состава и механизма действия лекарственные растения, используемые в фитотерапии заболеваний дыхательной системы, подразделяются на 4 группы.

1. Содержащие эфирные масла: анис, багульник, девясил, душица, зверобой, можжевельник, мята, розмарин, сосновые почки, фенхель, шалфей, эвкалипт и др. Эфирные масла обуславливают отхаркивающий и местно-обезболивающий эффект. Кроме того, выделяясь через

слизистую бронхов и альвеол, они разжижают густую мокроту, подавляют рост патогенных микроорганизмов и уменьшают воспалительный процесс.

2. Содержащие сапонины и гликозиды: мыльнянка, боярышник, брусника, бузина чёрная, вероника, горицвет, донник, ландыш, первоцвет, солодка, фиалка трёхцветная, чистотел. Сапонины оказывают бронхолитический эффект. Отхаркивающее действие их обусловлено способностью эмульгироваться на слизистой бронхов. Гликозиды различают сердечные (положительно действуют при сердечной недостаточности) и горькие, которые усиливают секреторную деятельность желудочно-кишечного тракта.

3. Содержащие алкалоиды: спаржа, термопсис, фиалка душистая, чистотел и др. Оказывают спазмолитическое действие (у термопсиса более выражено отхаркивающее действие).

4. Содержащие слизи: корень алтея, коровяк, мать-и-мачеха, подорожник, просвирник, цетрария исландская и др. Терапевтическое действие их обусловлено способностью образовывать защитный покров на слизистых оболочках для предохранения их от вредных воздействий. Кроме того, слизи способствуют разжижению мокроты, что облегчает её отхождение, и оказывают местно-обезболивающее действие. При фитотерапии различных заболеваний более эффективно назначение комплекса определённых лекарственных трав (сборов), однако необходимо хорошо знать фармакологические свойства растений, так как в сочетании они могут быть несовместимыми. Предлагаемые в конце буклета прописи сборов основаны на опыте автора, работавшего в содружестве с болгарскими учёными.

Наиболее широко применяются при фитотерапии свежеприготовленные водные вытяжки из лекарственных растений – настои и отвары, несколько реже – экстракты, получаемые из сухого готового растительного сырья при помощи воды, спирта, спиртоводочных, спиртоэфирных смесей и др. Листья, цветки и другие органы растений, из которых легко извлекаются составные части, обычно заливают кипятком на 10–20 минут, затем процеживают и пьют горячий или холодный настои. Кора, корни, корневища, одревесневшие стебли и древесина медленно набухают и экстрагируются, поэтому их заливают водой температурой 20 °C, настаивают (5–8 часов) и кипятят 15 минут.

Выбор лекарственных трав при различных заболеваниях должен проводиться опытным врачом-фитотерапевтом. При заболевании органов дыхания необходимо уточнить остроту и распространённость процесса, особенности выделяемой мокроты, переносимость лекарств и др. При остром воспалительном процессе хорошо действуют травы, содержащие слизистые вещества, которые обуславливают успокаивающее действие на раздражённые оболочки бронхов (коровяк, мать-и-мачеха, подорожник, просвирник, исландский мох и др.). При хроническом процессе с наличием густой трудноотделяемой мокроты рекомендуются травы, действующие преимущественно отхаркивающе (алтей, термопсис, девясил, многоножка, фиалка душистая, анис, мыльнянка и др.).

При бронхоэктатической болезни, хроническом бронхите с эмфиземой назначают молодые сосновые побеги, плоды можжевельни-

ка, оказывающие не только секретолитическое, но и дезинфицирующее действие. При бронхиальной астме хороший эффект даёт назначение эфедры (содержащийся в ней эфедрин возбуждает дыхательный центр и расслабляет мускулатуру бронхов), а также чистотела (действует подобно папаверину и белладонне) и солодки голой, в которой имеются тритерпеновые соединения, действующие аналогично гормонам коры надпочечников. При туберкулёзе эффективны травы, содержащие силикаты (медуница, пикульник, хвощ полевой).

1. АЛТЕЙ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ – многолетнее растение с крепким разветвлённым корневищем и мясистыми корнями; распространён на Украине, в Белоруссии, на Северном Кавказе, в Средней Азии, Восточной и Западной Сибири. Используют корни двулетнего растения, заготавливаемые весной или осенью. Корни содержат слизи, крахмал, аспарагин, бетаин, пектины, танины и др. Алтей обладает отхаркивающим, смягчительным, противовоспалительным, обволакивающим свойствами. Применяют при бронхитах, бронхиальной астме, гастритах, энтероколитах, входит в состав грудного сбора.

Способ применения. 1–2 столовые ложки измельчённых корней алтея залить 0,5 л холодной кипячёной воды; настаивать 12 часов, процедить, добавить сахар для подслащения. По 1 столовой ложке каждые 2 часа.

2. АНИС ОБЫКНОВЕННЫЙ – однолетнее травянистое растение; в диком виде встречается только в восточном Средиземноморье. Культивируется в СССР. Плоды аниса содержат эфирное масло, главными компонентами которого являются анетол, метилхавикол, анисовый альдегид, анисовый кетон, анисовая кислота. Обладает отхаркивающим и слабым дезинфицирующим действием, стимулирует моторную и секреторную функции пищеварительного аппарата. Применяют при бронхите, бронхиальной астме, запорах, для увеличения выделения молока у кормящих матерей.

Способ применения. 1 чайную ложку измельчённых плодов залить стаканом кипятка, через 15 минут процедить (суточная доза). Пить глотками.

3. БАГУЛЬНИК БОЛОТНЫЙ – разветвлённый кустарник; распространён в лесной и тундровых зонах Европейской части СССР, Сибири и Дальнего Востока. Используется надземная часть растения, содержащая эфирное масло, дубильные вещества, флавоноиды, гликозид арбутин и аскорбиновую кислоту. Растение токсично, при употреблении необходимо соблюдать осторожность. Используется как отхаркивающее средство при острых и хронических бронхитах, туберкулёзе, при спастических энтероколитах.

Способ применения. 2 столовые ложки листьев залить 1 стаканом кипятка, нагревать в кипящей водяной бане 15 минут, после охлаждения довести объём до одного стакана. По 1/3 стакана 3 раза в день.

4. БУДРА ПЛЮЩЕВИДНАЯ – многолетнее травянистое растение; распространена по всей стране (в Крыму встречается сравнительно

но редко). Растёт по опушкам, среди кустарников, по берегам рек, на влажных лугах. Используется надземная часть растения, которая содержит дубильные вещества, смолы, каротин, эфирные масла, свободные аминокислоты (метионин, цистеин и др.), сапонины. Назначают при заболеваниях верх. дыхательных путей (фарингиты, ларингиты), хронических бронхитах, бронхиальной астме, при нарушении секреторной функции пищеварительного тракта и как мочегонное средство.

Способ применения. 1 чайная ложка травы на 1 стакан кипятка (суточная доза).

5. ВЕРОНИКА ЛЕКАРСТВЕННАЯ – многолетнее травянистое растение; распространена в Европейской части СССР, в Крыму, на Кавказе. Растёт в лесах, по опушкам. Используются верхушки растения, собираемые в начале цветения. Трава вероники лекарственной содержит гликозиды аукубин и веронин, сапонины, эфирное масло, витамин С, дубильные вещества и др. Назначают при заболеваниях дыхательных путей, при кашле, как диуретическое средство, при ангине, ревматизме, подагре, почечнокаменной болезни.

Способ применения. 1 столовую ложку травы залить 150 мл горячей кипячёной воды, настоять в течение 2 часов, принимать перед едой по 1 столовой ложке 3 раза в день.

6. ДЕВЯСИЛ ВЫСОКИЙ – многолетнее травянистое растение; распространён в Европейской части СССР, на Кавказе, в Западной Сибири и Средней Азии. Растёт во влажных местах, по оврагам, берегам рек; культивируется как лекарственное и декоративное растение. Используются корневища с корнями, которые в свежем виде пахнут камфорой, а высушенные – фиалкой, вкус пряный. Содержат полисахариды – инулин (до 44%), псевдоинулин, инуленин, эфирное масло, сапонины, смолы, слизистые и горькие вещества. Основным компонентом эфирного масла является аллантолактон. Растение обладает мочегонным, желчегонным, отхаркивающим, противовоспалительным и противомикробным действием. Аллантолактон оказывает также противоглистное действие. Применяют при заболеваниях дыхательных путей (бронхиты с повышенной секрецией), при заболеваниях печени и жёлчного пузыря, как противоглистное средство, при геморрое, болезненных и нерегулярных менструациях.

Способ применения. 2 чайные ложки измельчённого сырья залить 1 стаканом воды, настоять в течение 10 часов (суточная доза).

7. ДОННИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ – двулетнее травянистое растение; распространён по всей территории Европейской части СССР, кроме северных и северо-восточных районов. Растёт в степях, вдоль дорог, образуя заросли. В цветках обнаружено эфирное масло, содержащее кумарин, мелилотин, слизистые и смолистые вещества, кумаровую и мелилотовую кислоты, холин, таннин. Оказывает положительное действие на кровь, способствуя регенерации лейкоцитов, что особенно важно при лучевых поражениях. Применяют при хронических катарах бронхов, при мигренях, гипертонии, при болевых ощущениях в различных органах. Донник широко применяется фитотерапевтами разных стран.

Способ применения. 2 чайные ложки сырья на 2 стакана кипятка, настаивать 2–3 часа (суточная доза).

8. ДУШИЦА ОБЫКНОВЕННАЯ – многолетнее травянистое растение, растущее повсеместно в СССР, за исключением Крайнего Севера, в сухих местах, по склонам холмов, в светлых хвойных и берёзовых лесах, на опушках. Культивируется как эфиромасличное растение. Используются верхушки травы с цветками, собранные в период цветения. В траве душицы содержится эфирное масло, в состав которого входит фенол, тимол и его изомер карвакрол, а также дубильные вещества, аскорбиновая кислота и др.

Настой душицы оказывает успокаивающее действие на центральную нервную систему, обладает отхаркивающим, желчегонным и потогонным действием, усиливает аппетит, улучшает пищеварение. Назначается как отхаркивающее средство при бронхолёгочных заболеваниях, атонии кишечника и гастритах с пониженной секрецией желудочного сока, при отсутствии аппетита, а также при нервных расстройствах.

Способ применения. 3–4 чайные ложки измельчённой сухой травы душицы на стакан кипятка (суточная доза).

9. ЖЕЛЕЗНИЦА – род многолетних или однолетних травянистых растений; растёт на сухих, каменистых, известковых почвах в горах Крыма и южных районах Степи. Содержит эфирное масло, горькие вещества, танины. Из растения выделены вещества стероидной природы. Основное действие – отхаркивающее и мягчительное. Назначают железницу при бронхитах, эмфиземе лёгких, бронхиальной астме, стенокардии и как тонизирующее средство.

Способ применения. Верхушки стеблей с листьями и цветками (3 шт.) нарезать и залить 2 стаканами кипятка. Пить в тёплом виде каждые 2 часа.

10. ЗВЕРБОЙ ПРОДЫРЯВЛЕННЫЙ – многолетнее травянистое растение; широко распространён в Европейской части СССР, на Кавказе, в некоторых районах Средней Азии. Используются верхушки травы с цветками. Растёт на сухих участках в лесах и лесостепной зоне. Содержит дубильные вещества, флавоноиды (гиперозид, рутин, кверцитрин, лейкоантоцианы), эфирное масло, каротин, холин, никотиновую и аскорбиновую кислоты, смолистые и другие вещества.

Звербой обладает выраженным вяжущим, противомикробным, кровоостанавливающим, противовоспалительным и стимулирующим свойствами. Трава звербоя входит в состав различных сборов; служит сырьём для получения антибиотиков растительного происхождения – иманина и новоиманина, которые используются для ингаляций при лёгочных заболеваниях. Звербой нашёл широкое применение при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печени и жёлчного пузыря, циститах, ночном недержании мочи у детей, при ожогах, ревматизме, для смазывания дёсен и полоскания рта.

Способ применения. При заболеваниях лёгких – 2 чайные ложки сухого сырья на 0,5 л воды, варить 5 минут. Принимать по 1/4 стакана 3–4 раза в день.

11. ИСЛАНДСКИЙ МОХ – широко распространённый лишайник; на Украине встречается в сосновых и смешанных лесах. Заготовка производится летом. В исландском мхе найдено много углеводов (преимущественно полисахарид лихенин), а также органические

кислоты, камеди, минеральные соли, витамины группы В. Лихенин обладает желеобразующими свойствами; организмом человека не усваивается. Исландский мох действует обволакивающе на слизистые оболочки, поэтому назначается для лечения лёгочных заболеваний и при расстройствах деятельности кишечника.

Способ применения. 1 столовую ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, процедить (суточная доза) или 20 г сухого лишайника залить 0,5 л кипятка и варить 30 минут (суточная доза).

12. ИСТОД БОЛЬШОЙ – многолетнее травянистое растение; распространён в Европейской части СССР, в Сибири, на Дальнем Востоке, в Средней Азии, на Кавказе. Используются корни, а иногда и всё растение. Содержат сапонины, спирт – полигаликт, таннины, жиры, смолы и другие вещества.

Применяется в качестве отхаркивающего средства при острых и хронических заболеваниях лёгких и дыхательных путей – бронхитах, абсцессах лёгких, ларингитах, бронхиальной астме.

Способ применения. Отвар: 10 г корня залить водой комнатной температуры в соотношении 1:30, кипятить 30 минут, охладить, процедить; принимать по 1 столовой ложке 3–4 раза в день.

13. КОПЫТЕНЬ ЕВРОПЕЙСКИЙ – многолетнее растение; встречается по всей стране, кроме Крайнего Севера. Растёт во влажных тенистых лесах. Используется корневище с корнями, содержащее эфирное масло, слизистые вещества, таннины, смолы, аллантоин и др. Главное действующее вещество эфирного масла – азарон, а также метилевгенол, 1-борилацетат и др. Растение обладает отхаркивающим и болеутоляющим действием. Назначается при заболеваниях бронхов и лёгких, а также для лечения алкоголизма (способствует отвыканию от спиртного).

Способ применения. 2 чайные ложки сырья на 1 стакан кипятка, настоять до охлаждения (суточная доза). При приготовлении настоя строго выдерживать дозировку, так как растение токсично и может вызвать рвоту.

14. КОСТЕНЕЦ ВОЛОСОВИДНЫЙ – многолетнее травянистое спороносное растение, распространённое по всей Европе на влажных, каменистых и тенистых местах. Споры созревают летом. Используется надземная часть, в которой содержатся аминокислоты. Назначают как отхаркивающее и антибактериальное средство.

Способ применения. 1 столовая ложка сырья на 1 стакан кипятка (суточная доза).

15. КОРОВЯК ГУСТОЦВЕТКОВЫЙ – двулетнее либо однолетнее травянистое растение, растущее в Европейской части СССР, на Кавказе, в Средней Азии, главным образом на песчаной почве, по лесным опушкам, у дорог. Цветки коровяка содержат слизи, сапонины, камедь, кумарин, флавоноиды, эфирное масло. Применяют как отхаркивающее средство при заболеваниях органов дыхания, а также при желудочной патологии для снятия воспалительного процесса.

Способ применения. 2 чайные ложки сухих цветков на стакан кипятка (суточная доза).

16. ЛАВАНДА УЗКОЛИСТНАЯ – вечнозелёный серовато-опушённый полукустарничек; в СССР культивируется преимущественно в Крыму.

В медицине используют цветки лаванды и лавандовое масло. Все части растения содержат эфирное масло, дубильные вещества, сахара, органические кислоты, минеральные соли.

Основное действие лаванды – успокаивающее, спазмолитическое. Применяется при заболеваниях лёгких и бронхов, неврастении, мигрени, сердечном неврозе; наружно – при невралгических болях. Лавандовое масло широко применяется для ингаляций при заболеваниях лёгких.

Способ применения. 3 чайные ложки измельчённых цветков заливают 2 стаканами кипятка (суточная доза).

17. МАК-САМОСЕЙКА – однолетнее дикорастущее травянистое растение; распространён в посевах как сорняк. Используют высушенные лепестки, которые содержат алкалоиды – реадин (близок по действию к алкалоидам мака снотворного), коптизин, реagenин и др., гликозиды и слизи. Цветки мака рекомендуются как успокаивающее и мягчительное средство при кашле. Детям назначать с осторожностью!

Способ применения. 10 г лепестков мака на 0,5 л кипятка, прибавить 1 г лимонной кислоты, настаивать в течение 4 часов. После процеживания добавить сахар и варить сироп. Детям давать по 1 чайной ложке сиропа 5–6 раз в день, взрослым по 1 столовой ложке каждые 2 часа.

18. МАРГАРИТКА МНОГОЛЕТНЯЯ – многолетнее травянистое растение; растёт на лугах, среди травы и кустарников; выращивается как декоративное растение. Встречается по всей Европе. В медицине используется трава дикорастущей маргаритки многолетней, собранная во время цветения. Трава содержит слизи, эфирное масло, флавоны, антоксантин, гликозид белидин, смолы, жирное масло, инулин. Применяют при бронхитах, заболеваниях кожи. Противокашлевое и отхаркивающее действие маргаритки многолетней обусловлено наличием в её составе сапонинов и эфирного масла.

Способ применения. 3 чайные ложки настоять в течение 8 часов в 100 г воды, процедить и пить в течение дня.

19. МАТЬ-И-МАЧЕХА – многолетнее травянистое растение; широко распространена по всей территории СССР, за исключением Арктики. Произрастает на глинистых и песчаных почвах, по оврагам, берегам рек. В медицине используются цветочные корзинки, которые содержат фитостерины, дубильные вещества, каротиноиды и листья – содержат горький гликозид, аскорбиновую, яблочную и винную кислоты, эфирное масло, дубильные вещества. Растение обладает спазмолитическим и противовоспалительным свойствами, усиливает секрецию бронхиальных желёз, оказывая отхаркивающее и потогонное действие.

Применяется при различных заболеваниях дыхательных органов (острых и хронических бронхитах, абсцессах и воспалении лёгких, бронхиальной астме). Входит в состав многих сборов.

Способ применения. 1 столовую ложку сухих листьев залить 2 стаканами кипятка, настоять 1 час. Пить по 1 столовой ложке 4–6 раз в день.

20. МАЧОК ЖЁЛТЫЙ – одно- или двулетнее травянистое растение; растёт по побережью Чёрного и Средиземного морей. Используется

надземная часть растения, которая содержит алкалоиды глауцин (действует аналогично кодеину – спазмолитически), а также магнофлорин, протопин, ауротензин и др. горькие вещества. Растение является сырьём для изготовления препаратов от кашля (глаувента и глаутерпина). Применять настои мачка жёлтого не рекомендуется из-за их токсичности.

21. МЕДУНИЦА ЛЕКАРСТВЕННАЯ – многолетнее травянистое растение; распространена на западе Европейской части СССР, в Сибири, на Кавказе. Растёт в смешанных и берёзовых лесах. Используются листья и надземная часть растения во время цветения. Травя медуницы богата минеральными веществами (марганцем, калием, кальцием, железом, окисью кремния), а также содержит слизь, дубильные вещества, каротин, рутин, аскорбиновую кислоту. Оказывает противовоспалительное, отхаркивающее, вяжущее, а также мочегонное, кровоостанавливающее и ранозаживляющее действие. Препараты из медуницы особенно эффективны при катаре горла и бронхов, затруднении отхаркивания, охриплости, сухом кашле.

Способ применения. 2 столовые ложки сухого сырья залить 0,5 л горячей воды, настоять 2 часа. По 1/3 стакана 3–4 раза в день.

22. МНОГОНОЖКА ОБЫКНОВЕННАЯ – многолетний зимующий папоротник; растёт на влажных скалистых местах в горах, у подножья деревьев. Встречается везде в Европе (кроме Крайнего Севера и Юга). Используется корневище, содержащее эфирное и жирные масла, слизистые и дубильные вещества, гликозиды полиподин и самамбаин, белки, крахмал, ситостерин, кофейную, яблочную, лимонную, лавровую, аскорбиновую и другие кислоты. Основное действие многоножки обыкновенной – отхаркивающее. Назначается при заболеваниях верхних дыхательных путей и бронхитах.

Способ применения. 3 чайные ложки залить 1 стаканом холодной воды, настоять в течение часа. Процеженное сырьё залить 1 стаканом кипятка, настоять, процедить. Смешать обе вытяжки (суточная доза).

23. МОЖЖЕВЕЛЬНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ – вечнозелёный кустарник или небольшое дерево; растёт в хвойных лесах Европейской части СССР, в Сибири, на Кавказе. Используются зрелые чёрные можжевеловые шишкоягоды. В плодах можжевельника обнаружены эфирное масло, уксусная, яблочная, муравьиная кислоты, горькие и смолистые вещества, воск, спирты, соли калия, пектины. Применяются плоды можжевельника как мочегонное, дезинфицирующее мочевые пути, а также как отхаркивающее (разжижает мокроту), противовоспалительное средство. Наружно можжевеловое масло используется при ревматических болях для растираний.

Способ применения. 2 чайные ложки измельчённых плодов залить 2 стаканами кипятка, процедить и добавить сахар, варить на водяной бане до получения сиропа. Принимать по чайной ложке перед едой 3 раза в день.

24. МЫЛЬНЯНКА ЛЕКАРСТВЕННАЯ – многолетнее травянистое растение; растёт на песчаных местах по берегам рек, среди кустарников по всей стране. Используются корневища, которые содержат тритерпеновые сапонины, гликозид сапонарин. Основное действие

мыльнянки – отхаркивающее, диуретическое, потогонное, слабительное. Назначают при фарингитах, бронхитах с вязкой мокротой.

Способ применения. 1 чайную ложку корней варить в 0,5 л воды в течение 5 минут, пить по 1/3 стакана 3 раза в день.

25. МЯТА ПЕРЕЧНАЯ – многолетнее травянистое растение; культивируется во многих странах мира как лекарственное и эфирномасличное растение. Все надземные части мяты содержат эфирное масло, обладающее приятным ароматом, каротин, флавоноиды, три-терпеновые соединения, бетаин, урсоловую и олеаноловую кислоты. Основным компонентом эфирного масла является ментол, обладающий местно-обезболивающим, спазмолитическим и антисептическим действием. Ментол вызывает рефлекторное расширение коронарных сосудов, устраняет спазм бронхов, сосудов головного мозга. Назначают при стенокардии, болях в желудке и кишечнике, при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей и лёгких, при невралгических болях. Входит в состав широко известных лекарственных препаратов: валидола, корвалола, валокордина, противомигренового карандаша, растирки меновазина.

Способ применения. Горячий настой из мяты получают, заливая 1 столовую ложку сухих листьев 0,5 л кипятка. Выдерживают 2 часа. После остывания и процеживания принимают по 1/4 стакана 3–4 раза в день.

26. ПЕРВОЦВЕТ ВЕСЕННИЙ, примула – многолетнее травянистое растение, растущее среди кустарников, на лесных полянах и на лугах. Распространён по всей территории СССР, кроме Крайнего Севера и Юга. Содержит сапонины, таннины, флавоноиды, аскорбиновую кислоту и др. Используются корневище с корнями. Основное действие первоцвета – отхаркивающее. Благодаря наличию сложных эфиров салициловой кислоты первоцвет оказывает противовоспалительное действие при заболеваниях лёгких. Применяется также при неврозах, бессоннице, подагре, мигрени.

Способ применения. 1 столовая ложка сырья на 1 стакан кипятка, выдержать 10 минут, добавить сахар. По 1 столовой ложке 4–5 раз в день перед едой. Цветки примулы используют для витаминных салатов.

27. ПИКУЛЬНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ – однолетнее травянистое растение, повсеместно растущее на сухих и щебенистых местах и как сорняк в посевах. Содержит кремниевую салициловую кислоты, дубильные вещества, сапонины и др. Применяется надземная часть растения во время цветения. Основное действие пикульника – отхаркивающее и противовоспалительное. Назначается больным бронхитами, наружно – при кожных заболеваниях, а также как тонизирующее средство.

Способ применения. 3 чайные ложки травы на 2 стакана кипятка (суточная доза).

28. ПОДОРОЖНИК БОЛЬШОЙ – многолетнее травянистое растение; распространён по всей территории СССР, за исключением Арктики. Растёт вдоль дорог, на полях и огородах, по лесным опушкам и берегам водоёмов. Используются листья, собранные во время цветения, содержащие соли калия, смолы, дубильные вещества, гликозид аукубин,

оксикоричные кислоты, стерины, ферменты. Из листьев изготавливается аптечный препарат плантаглюцид, широко применяемый при хронических гастрите и язвенной болезни желудка с пониженной кислотностью. Препарат оказывает спазмолитическое и противовоспалительное действие, эффективен также при хронических колитах. Настой листьев подорожника применяется в качестве отхаркивающего средства. Экстракт листьев оказывает седативное и снотворное действие.

Способ применения. 1 столовая ложка сухих измельченных листьев на 1 стакан кипятка, настой выдержать 10 минут, выпивать в течение часа небольшими глотками (суточная доза).

29. ПРОСВИРНИК ЛЕСНОЙ – одно- или двулетнее травянистое растение; распространен по всей стране (кроме Крайнего Севера). Используются цветки и листья, в которых содержатся танины, каротин, витамин С, органические кислоты, сахара, следы эфирного масла, минеральные соли, слизистые вещества.

Основное действие – спазмолитическое (уменьшает кашель) и седативное. Обладает также противовоспалительным и отхаркивающим действием. Применяется при бронхитах, холециститах, заболеваниях органов желудочно-кишечного тракта и циститах.

Способ применения. 1 столовая ложка измельченных листьев на 1 стакан холодной воды, выдержать 5 часов (суточная доза).

30. ПЫРЕЙ ПОЛЗУЧИЙ – многолетнее травянистое растение, растущее на лугах, пастбищах. Распространен по всей стране. Подземные стебли содержат слизистые вещества, полисахарид тритицин, фруктозу. Содержание сапонинов обуславливает отхаркивающее действие и разжижение густого секрета бронхов. Эфирное масло действует бактерицидно. Назначают при заболеваниях верхних дыхательных путей и бронхов, при ревматизме и подагре, воспалении мочевого пузыря.

Способ применения. 2 чайные ложки сырья залить 1 стаканом холодной воды на 12 часов, профильтровать и снова залить 1 стаканом кипятка на 10 минут. Обе вытяжки сливают вместе (суточная доза).

31. РОЗМАРИН ЛЕКАРСТВЕННЫЙ – небольшой вечнозеленый кустарник; выращивается в садах как декоративное и эфирномасличное растение в теплых районах страны. В медицине используются сухие листья розмарина. Из свежих листьев растения получают эфирное масло, содержащее α -пинен, камфен, борнеол, цинеол, борнилацетат. Химический состав листьев характеризуется наличием суммы алкалоидов (в т. ч. розмарицина), горьких и дубильных веществ, флавонов, β -ситостерина и др. Основное действие розмарина – стимулирует пищеварение, оказывает спазмолитическое и желчегонное действие; применяют также для лечения ревматизма и подагры. Розмариновое масло используют для ингаляций при заболеваниях верхних дыхательных путей и легких.

Способ применения. 2 столовые ложки измельченных листьев залить 1 стаканом кипятка (суточная доза).

32. СОЛОДКА ГОЛАЯ – многолетнее травянистое растение; распространена на юге Европейской части СССР, Северном Кавказе, в Средней Азии, Дагестане, Азербайджанской ССР. Используются



1. Медуница лекарственная. 2. Мыльнянка лекарственная. 3. Можжевельник обыкновенный.



2

3



1. Зверобой продырявленный. 2. Сосна лесная. 3. Первоцвет весенний.



1



2



3

1. Душица обыкновенная. 2. Девясил высокий. 3. Эвкалипт шариковый.



Багульник
болотный.



Анис
обыкновенный.



Мать-и-мачеха.



Многоножка обыкновенная.



Истод
большой.

Будра
плющевидная.



Фиалка
трёхцветная.



Коровяк
высокий.



Шалфей
лекарственный.



Подорожник
большой.



Фенхель
обыкновенный.

Фиалка
душистая.



Копытень
европейский.





Солодка
голая.



Просвирник
лесной.

Мак-самосейка.



Пырей ползучий.



Маргаритка
многолетняя.



Шандра
обыкновенная.

Донник
лекарственный.



Вероника
лекарственная.





Пикульник
обыкновенный.



Мачок
жёлтый.

корни и подземные побеги, выкапываемые ранней весной или осенью. Содержат сапонин, глициризин, флавоноиды, фитостерины, аскорбиновую кислоту и др. Применяются в медицине как лёгкое слабительное, отхаркивающее и мочегонное средство, а также как регулятор водно-солевого обмена. Важным является наличие тритерпеновых соединений, близких по строению к гормонам надпочечников. Из солодки созданы препараты глицерам и др., используемые для лечения бронхиальной астмы, экземы. Солодка входит в состав различных сборов, в т. ч. официальных (аптечных).

Способ применения. 1 столовую ложку измельчённых корней солодки залить 0,5 л кипятка и варить 10 минут. Пить по 1/4 стакана перед едой.

33. СОСНА ЛЕСНАЯ – вечнозелёное хвойное дерево. Используются молодые почки, собранные до появления микростробил („цветения”), которые содержат эфирное масло, дитерпены, горькие вещества (пинипикрин), танины, витамин С, метильные производные флавоноидов. Основное действие – отхаркивающее, антисептическое, противовоспалительное, мочегонное. Назначают при простудных заболеваниях, бронхите, ангине, ревматизме, ишиасе.

Способ применения. 15 почек на 250 мл воды (отвар). По 1 столовой ложке 4 раза в день.

34. ТЕРМОПСИС ЛАНЦЕТОВИДНЫЙ – многолетнее травянистое растение; распространён в Западном Китае, Монголии, в южных районах Сибири. Очень ядовитое растение; требует осторожности при заготовке и применении. Травя термопсиса содержит алкалоиды, термопсин, гомотермопсин, пахикарпин, анагинин, гликозид термопсилантин, сапонины, смолы, слизи, аскорбиновую кислоту и др. В семенах термопсиса имеются алкалоиды, преимущественно цитизин. Термопсидин, содержащийся в траве термопсиса, возбуждает дыхательный и вазомоторный центры, активизирует надпочечники и повышает выделение адреналина. Эти свойства растения способствуют усилению сокращений гладкой мускулатуры бронхов и выделению мокроты.

Способ применения. 1 г травы термопсиса на 1 стакан воды, нагреть в закрытом сосуде на водяной бане в течение 15 минут, затем охладить и процедить. Пить по одной столовой ложке 4 раза в день.

35. ФЕНХЕЛЬ ОБЫКНОВЕННЫЙ – многолетнее или двулетнее травянистое растение; культивируется в разных странах, в диком виде встречается в странах Средиземноморья. Для медицинских целей используют плоды фенхеля и эфирное масло, которое содержит анетол (до 50%), пинен, камфен и др. Стимулирует пищеварение, назначается как отхаркивающее и лёгкое диуретическое средство.

Способ применения. 1 чайная ложка измельчённых плодов на 1 стакан кипятка, настоять 10 минут (суточная доза).

36. ФИАЛКА ДУШИСТАЯ – многолетнее без развитого надземного стебля травянистое растение; растёт в светлых лиственных лесах и среди кустарников, преимущественно в ложбинах и оврагах. Встречается по всей Европе, за исключением Крайнего Севера. В медицине применяют корневище с корнями, которые содержат сапонины, горькие вещества, эфирное масло, содержащее метиловый эфир салици-

ловой кислоты, др. фенолкарбоновые кислоты. В траве фиалки душистой обнаружен одоратин, понижающий кровяное давление. Основное действие – отхаркивающее, слабое – мочегонное.

Способ применения. 2 столовые ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, выдержать 2 часа, процедить и пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день.

37. ФИАЛКА ТРЁХЦВЕТНАЯ, анютины глазки, Иван-да-Марья – одно- либо двулетнее травянистое растение; встречается повсеместно на сухих лугах, по опушкам, среди кустарников, как сорняк в посевах. В медицине используют надземную часть растения. Фиалка трёхцветная содержит флавоноиды, в т. ч. рутин, виолантин, витексин, виоланин и др., каротиноиды, аскорбиновую и салициловую кислоты и др. Препараты фиалки назначают внутрь в качестве отхаркивающего средства при бронхитах, воспалении лёгких. Трава фиалки входит в состав грудного и мочегонных сборов.

Способ применения. 20 г листьев залить 1 стаканом воды и варить 15 минут, настаивать 45 минут, процедить и добавить воды до 1 стакана. Пить по 1 столовой ложке 3–4 раза в день.

38. ХВОЩ ПОЛЕВОЙ – многолетнее травянистое растение; распространён повсеместно в СССР, кроме пустынь Средней Азии, растёт на песчаных лугах, среди зарослей по опушкам леса, берегам рек и оврагов. Используется трава хвоща, которая содержит кислоты, дубильные вещества, горечи, смолы, сапонины. Применяется как сильное мочегонное средство при циститах, входит в состав противоастматической микстуры Траскова. Стимулирует процессы петрификации туберкулёзных очагов при туберкулёзе лёгких.

Способ применения. Отвар при соотношении сухой травы и воды 1:10. Пить по 1 столовой ложке 3–4 раза в день. Вытяжка – 2 столовые ложки сырья на 1 стакан кипятка, пить по $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день.

39. ЧАБРЕЦ ОБЫКНОВЕННЫЙ, тимьян обыкновенный – небольшой полукустарничек; распространён в Европейской части СССР, Западной Сибири, на Кавказе. Культивируется как лекарственное и эфирномасличное растение. Используются цветущая часть с травой. Содержит эфирное масло, горькое вещество – серпилин, таннины, флавоновые гликозиды и др. Хорошее успокаивающее средство при сухом и спастическом кашле, особенно при коклюше. Назначается чабрец при бронхите, бронхиальной астме, воспалении лёгких, коклюше, при гастритах, язве двенадцатиперстной кишки.

Способ применения. 5 чайных ложек травы на 1 стакан кипятка (суточная доза), настой пить глотками холодным.

40. ШАЛФЕЙ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ – полукустарничек; возделывается как лекарств. растение в Крыму, на Кавказе. Используют листья, которые содержат эфирное масло, дубильные вещества, органические кислоты, фитонциды, горькие и смолистые вещества. Шалфей обладает дезинфицирующим, противовоспалительным, вяжущим, кровоостанавливающим и смягчающим действием. Применяют для полоскания рта, при стоматитах, катарах верхних дыхательных путей, бронхите, при ангине, а также в виде спринцевания при гинекологических заболеваниях. Шалфей снижает потоотделение у туберку-

лёзных больных и при климаксе, понижает секрецию молочных желёз.

Способ применения. Отвар: 20,0–200,0; по 1 столовой ложке 3 раза в день. Для полоскания рта – 1 столовая ложка травы на 1 стакан кипятка.

41. ШАНДРА ОБЫКНОВЕННАЯ – многолетнее травянистое растение, растущее на сухих, покрытых сорняками местах, преимущественно в тёплых районах страны. Используется надземная часть растения в стадии цветения. Содержит горькие вещества (маррубин), таннин, алкалоиды, эфирное масло, слизь, смолистые вещества. Способствует выделению мокроты при воспалении дыхательных путей и лёгких (бронхите, трахеите, коклюше, эмфиземе, туберкулёзе лёгких). Рекомендуются также для лечения заболеваний печени и жёлчного пузыря, при желтухе, гастрите. Отвар из шандры применяют для ванн при кожных заболеваниях у детей.

Способ применения. 2 чайные ложки измельчённого сырья залить 1 стаканом холодной воды, выдержать 4 часа, процедить (суточная доза).

42. ЭВКАЛИПТ ШАРИКОВЫЙ – вечнозелёное большое дерево; в СССР культивируется на Черноморском побережье Кавказа (Абхазия, Аджария). Используют листья и молодые побеги. Основное действие – противовоспалительное, антимикробное и противовирусное, что обусловлено высоким содержанием эфирного масла, главным компонентом которого является монотерпен эвкалиптол. Назначается эвкалипт при бронхитах, бронхиальной астме, простудных заболеваниях, гриппе.

Способ применения. 1 столовую ложку листьев залить 0,5 л кипятка, пить настой горячим по 1/2 стакана до еды 3 раза в день. Широко применяются ингаляции эвкалиптовым маслом – 20 капель на 100 мл кипятка.

43. ЭФЕДРА ДВУКОЛОСКОВАЯ, кузьмичёва трава – невысокий кустарничек; распространена в южных областях Европейской части СССР, Западной Сибири, на Кавказе. Растёт на песчаных, известковых почвах на равнинах, скалах, в степях, пустыне. В медицине используется трава, которую собирают в период цветения. Содержит алкалоид эфедрин и его изомеры, а также дубильные вещества, аскорбиновую кислоту. Эфедрин – препарат, повышающий тонус симпатической нервной системы, что обуславливает снятие бронхоспазма. Эфедрин входит в состав противоастматических сборов и настоев. Назначают при бронхиальной астме, сенной лихорадке, хронических бронхитах, при отравлениях наркотическими веществами группы опия, как сосудосужающее средство при ринитах, фарингитах, носовых кровотечениях.

Способ применения. 1 чайная ложка травы на 1 стакан кипятка (суточная доза).

Водные настои и отвары травяных сборов рекомендуются при обострениях заболеваний и с целью их профилактики в переходные периоды года. Курс лечения продолжается 1–1/2 месяца, по показаниям повторяется через 2 недели.

ПРОПИСИ КОМПЛЕКСНЫХ ЛЕКАРСТВЕННЫХ СБОРОВ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ЗАБОЛЕВАНИЙ ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

Сбор № 1

(вес в граммах)

Лист малины	20,0
Лист мать-и-мачехи	25,0
Лист шалфея лекарственного	30,0

3 полные чайные ложки измельчённой травы залить кипятком. Для полоскания горла 3–4 раза в день (при фарингите, ларингите).

Сбор № 2

Плоды фенхеля обыкновенного		
Корневище лапчатки гусиной	aa	5,0
Кора дуба обыкновенного		
Корень алтея лекарственного	aa	15,0

1 чайная ложка смеси на 1 стакан холодной воды. Через 5 часов запарить. Для полоскания горла 3–4 раза в день.

Сбор № 3

Плоды фенхеля обыкновенного		
Лист мяты перечной	aa	5,0
Цветки ромашки лекарственной		
Лист шалфея лекарственного	aa	15,0

1 чайная ложка сбора на 1 стакан кипятка. Для полоскания горла 3–4 раза в день.

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ СБОРЫ, РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ВОСПАЛИТЕЛЬНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ БРОНХОВ И ЛЁГКИХ

Сбор № 1

Корень алтея лекарственного	40,0
Корень солодки голой	15,0
Лист мать-и-мачехи	20,0
Цветки коровяка густоцветкового	10,0
Плоды фенхеля обыкновенного	10,0

Измельчённые органы растений хорошо смешать. Столовую ложку (без верха) настоять на 1 стакане холодной воды, через 2 часа варить на медленном огне 5–10 минут, процедить после остывания. Выпить за 1 день в несколько приёмов.

Сбор № 2

Лист мать-и-мачехи		
Цветки коровяка лекарственного	\overline{aa}	5,0
Плоды аниса обыкновенного		10,0
Корень алтея лекарственного		25,0
Корень солодки голой		

Способ приготовления – см. сбор № 1.

Сбор № 3

Трава донника лекарственного		
Трава тмина обыкновенного	\overline{aa}	5,0
Плоды фенхеля обыкновенного		
Лист мяты перечной		
Лист подорожника большого		
Корень алтея лекарственного	\overline{aa}	10,0
Лист медуницы лекарственной		20,0
Лист мать-и-мачехи		

Способ приготовления – см. сбор № 1.

Сбор № 4

Трава подорожника большого	10,0
Трава вероники лекарственной	30,0
Корень истода большого	5,0
Трава фиалки трёхцветной	40,0

Способ приготовления – см. сбор № 1.

Сбор № 5

Лист мать-и-мачехи	10,0
Лист подорожника большого	20,0
Трава хвоща полевого	30,0
Цветки первоцвета весеннего	40,0

Способ приготовления – см. сбор № 1.

Сбор № 6

Трава шандры обыкновенной	20,0
Исландский мох	40,0
Корень алтея лекарственного	40,0
Лист вахты трёхлистной	20,0

Способ приготовления – см. сбор № 1.

Сбор № 7

Корень девясила высокого		
Лист мать-и-мачехи	\overline{aa}	20,0
Трава подорожника большого		40,0
Трава фиалки трёхцветной		

Способ приготовления – см. сбор № 1.

ПРОПИСИ ЛЕКАРСТВЕННЫХ СБОРОВ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМЫ

Сбор № 1

(вес в граммах)

Сосновые почки		
Лист подорожника большого		
Лист мать-и-мачехи	аа	30,0

4 полные чайные ложки сбора настоять на 1 стакане воды в течение 2 часов и затем варить на медленном огне 10 минут. Выпить в три приёма в течение дня.

Сбор № 2

Плоды аниса обыкновенного		
Плоды фенхеля обыкновенного		
Льняное семя		
Плоды тмина обыкновенного	аа	10,0

Способ приготовления — см. сбор № 1 (того раздела).

Сбор № 3

Листья розмарина лекарственного		
Сосновые почки		
Плоды можжевельника обыкновенного		
Корень алтея лекарственного	аа	20,0

Способ приготовления — см. сбор № 1.

Сбор № 4

Сосновые почки		10,0
Корень фиалки душистой		20,0
Исландский мох		40,0

Способ приготовления — см. сбор № 1.

Сбор № 5

Плоды аниса обыкновенного		
Плоды фенхеля обыкновенного		
Корень солодки голой		
Сосновые почки	аа	10,0

Способ приготовления — см. сбор № 1.

Сбор № 6

Плоды шиповника		
Плоды аниса обыкновенного		
Лист мать-и-мачехи	аа	20,0

Кора молодой ивы
Цветки бузины чёрной

аа

10,0

Способ приготовления — см. сбор № 1.

Сбор № 7

Лист мать-и-мачехи
Трава фиалки трёхцветной
Корень девясила высокого
Плоды аниса обыкновенного

аа

10,0

Примечание: аа — травы для составления сбора берутся в равных количествах.

В аптечную сеть поступают официальные грудные сборы, обладающие отхаркивающим действием, в упаковках по 100 г.

Грудной сбор № 1

Корень алтея

2 части

Трава фиалки трёхцветной

2 части

Трава душицы

1 часть

Способ приготовления: 1 столовую ложку сбора залить 1 стаканом кипятка. По 2–3 столовые ложки 3 раза в день после еды.

Грудной сбор № 2

Трава мать-и-мачехи

4 части

Лист подорожника большого

3 части

Корень солодки

3 части

Грудной сбор № 3

Корень алтея

Корень солодки

Лист шалфея

Плоды аниса

Почки сосновые

аа

14,4

КАЛЕНДАРЬ ЦВЕТЕНИЯ И СБОРА РАСТЕНИЙ НА ТЕРРИТОРИИ УКРАИНЫ

№	Растения	Месяцы года											
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII
1.	Алтей лекарственный						+	+	+	+			
2.	Анис обыкновенный						+	+					
3.	Багульник болотный					+	+	+					
4.	Будра плющевидная				+	+	+	+					
5.	Вероника лекарственная						+	+	+				
6.	Девясил высокий						+	+	+				
7.	Донник лекарственный					+	+	+					
8.	Душица обыкновенная						+	+	+	+			
9.	Железница							+	+				
10.	Зверобой продырявленный						+	+	+				
11.	Исландский мох							+	+	(время сбора)			
12.	Истод большой					+	+	+					
13.	Копытень европейский			+	+	+							
14.	Костенец волосовидный						+	+	+				
15.	Коровяк густоцветковый						+	+	+				
16.	Лаванда узколистная						+	+	+				
17.	Мак-самосейка					+	+	+	+				
18.	Маргаритка многолетняя				+	+	+						
19.	Мать-и-мачеха				+	+							
20.	Мачок жёлтый					+	+	+					
21.	Медуница лекарственная				+	+							
22.	Многоножка обыкновенная						+	+	(время сбора)				
23.	Можжевельник обыкновенный						+	+	+	+			
24.	Мыльнянка лекарственная							+	+				
25.	Мята перечная												
26.	Первоцвет весенний			+	+	+							
27.	Пикульник обыкновенный						+	+	+				
28.	Подорожник большой					+	+	+	+				
29.	Просвирник лесной					+	+	+	+				
30.	Пырей ползучий						+	+					
31.	Розмарин лекарственный				+	+							
32.	Солодка голая						+	+					
33.	Сосна лесная				+	+							
34.	Термопсис ланцетовидный						+	+	+				
35.	Фенхель обыкновенный							+	+				
36.	Фиалка душистая				+	+							
37.	Фиалка трёхцветная					+	+	+	+	+			
38.	Хвощ полевой				+	+	(споры)						
39.	Чабрец						+	+					
40.	Шалфей лекарственный						+	+					
41.	Шандра обыкновенная				+	+	+	+	+				
42.	Эвкалипт шариковый						+	+	+				
43.	Эфедра двуколосковая					+	+						

Научно-популярное издание

ОСТАПЧУК Ирина Филипповна,
доктор медицинских наук

ФИТОТЕРАПИЯ ЗАБОЛЕВАНИЙ
ЛЁГКИХ И ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

На русском языке

Зав. редакцией
канд. биологических наук А. П. Демьяненко
научный редактор А. П. Тимченко
Литературный редактор Д. Т. Франко
Художественный редактор А. Я. Насонова
Художественное оформление И. Г. Хороший
Технический редактор С. Ф. Бархатова
Корректоры: В. Я. Резник, К. Г. Шевченко
Редактор-программист Н. В. Шейко

ИБ № 130

Подписано в печать 26.03.91. Формат 84×108/32. Бумага типогр. № 2. Гарнитура Цюрих. Печать высокая. Усл. печ. л. 2,10. Усл. кр. отт. 5,04. Уч.-изд. л. 1,98. Тираж 200000 экз. Зак. № 1-52. Цена 2 р.

Издательство „Украинская Советская Энциклопедия” им. М. П. Бажана: 252601, г. Киев-30, МСП, ул. Ленина, 51.

Напечатано с оригинала-макета, подготовленного в издательстве „Украинская Советская Энциклопедия” им. М. П. Бажана, на Киевской книжной фабрике, 252054, г. Киев-54, ул. Воровского, 24.

у видавництві „Українська Радянська Енциклопедія” імені М. П. Бажана у 1992 році вийде друком енциклопедичний довідник

„Анатомія. Гістологія. Цитологія”.

Це перше у вітчизняній літературі науково-довідкове видання українською мовою з питань анатомії, гістології та цитології гуманітарної і ветеринарної медицини. В ньому подані тлумачення понад 10 тисяч термінів, відібраних на основі українських перекладів латинських нomenклатур, затверджених XI Міжнародним конгресом анатомів, гістологів і ембріологів у 1980 р. (Мехіко). Після українського терміна наводиться його назва російською та латинською мовами. Словник має покажчик російських та латинських назв і найбільш вживаних епонімів.

Словник-довідник розрахований на студентів медичних, ветеринарних і біологічних учбових закладів, біологів, науковців та практикуючих лікарів.

Це видання можна замовити в книгарнях України. Звертайтеся також до послуг магазину № 75 „Книга – поштою” міста Києва (Київ-117, вул. Попудренка, 26) або відповідних книгарень обласних центрів, а також безпосередньо до видавництва (252601, Київ-30, МСП, вул. Леніна, 51).

В издательстве „Украинская Советская Энциклопедия” им. М. П. Бажана выходит энциклопедический справочник

„Здоровье матери и ребёнка”.

Энциклопедический справочник содержит более 2500 статей по вопросам охраны здоровья матери и ребёнка. Кроме собственно медицинских терминов по педиатрии, акушерству и гинекологии, справочник включает также статьи по правовым вопросам, организации здравоохранения, социальной гигиене, нормальной и патологической физиологии, биохимии, иммунологии, эндокринологии, фармакологии, медицинской генетике и др.

Иллюстрирован (около 600 иллюстраций). В качестве приложения даётся 159 биографических статей о врачах-педиатрах, акушерах-гинекологах, внесших значительный вклад в развитие отечественной и советской медицины.

Предназначен для врачей-педиатров, акушеров-гинекологов, врачей смежных специальностей, научных работников, занимающихся вопросами охраны здоровья матери и ребёнка, студентов медицинских учебных заведений, широкого круга читателей.

Издание можно заказать в книжных магазинах республики или воспользовавшись услугами магазина № 75 „Книга – почтой” г. Киева (Киев-117, ул. Попудренко, 26) и соответствующих отделов областных центров. Обращайтесь также непосредственно в издательство по адресу: 252601, Киев-30, ГСП, ул. Ленина, 51.

Издательство „Украинская Советская Энциклопедия” им. М. П. Бажана готовит к выпуску в 1982–83 гг. энциклопедический справочник

„Акупунктурная энциклопедия”.

На основе современных принципов применения рефлексотерапии и с учётом требований унифицированной программы подготовки врачей-рефлексотерапевтов в систематической форме изложены вопросы, касающиеся истории развития, теории и практики рефлексотерапии, топографии акупунктурных зон, в том числе разработанных в последние годы микроакупунктурных систем. Детально представлена специальная рефлексотерапия. Рассматриваются задачи рефлексотерапии по каждой нозологической форме, её место в комплексе лечебных мероприятий, возможности сочетания с другими методами лечения, принципы выбора и композиций точек акупунктуры, даётся оценка результативности и перспективности использования рефлексотерапии.

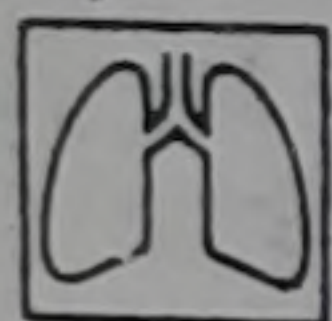
Книга предназначена для врачей различных специальностей, применяющих методы акупунктурной терапии, врачей-интернов, а также биологов и физиологов, интересующихся проблемами рефлексотерапии, студентов медицинских вузов.

Издание можно заказать в книжных магазинах республики или воспользовавшись услугами магазина № 75 „Книга – почтой” г. Киева (Киев–117, ул. Попудренко, 26) и соответствующих отделов областных центров. Обращайтесь также непосредственно в издательство по адресу: 252601, Киев–30, ГСП, ул. Ленина, 51.

2 р.

Фито- ТЕРАПИЯ

заболеваний
лёгких
и верхних
дыхательных
путей



БРОШЮРА СОДЕРЖИТ СВЕДЕНИЯ
О ЦЕЛЕБНЫХ СВОЙСТВАХ
РАСТЕНИЙ, НАИБОЛЕЕ ШИРОКО
ПРИМЕНЯЕМЫХ В ФИТОТЕРАПИИ
ЗАБОЛЕВАНИЙ ВЕРХНИХ
ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ И
ЛЁГКИХ. СТАТЬИ СОДЕРЖАТ
КРАТКУЮ БИОЭКОЛОГИЧЕСКУЮ
ХАРАКТЕРИСТИКУ РАСТЕНИЯ,
ДАННЫЕ О ХИМИЧЕСКОМ
СОСТАВЕ, ИСПОЛЬЗОВАНИИ
В НАУЧНОЙ И НАРОДНОЙ
МЕДИЦИНЕ. ОСОБЕННУЮ
ЦЕННОСТЬ ПРЕДСТАВЛЯЮТ
ПРИВЕДЕННЫЕ В КОНЦЕ
БРОШЮРЫ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ
СБОРЫ, РЕКОМЕНДУЕМЫЕ
АВТОРОМ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ
ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ
ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ,
ПНЕВМОНИИ РАЗЛИЧНОЙ
ЭТИОЛОГИИ, БРОНХИАЛЬНОЙ
АСТМЫ.
РАССЧИТАНА НА ШИРОКИЙ
КРУГ ЧИТАТЕЛЕЙ.

