Автор: admin
16.06.2012 14:39 -

Черёмуха: какая от нее польза?

...Красавицей-невестой ласково зовут её в народе, когда она, вся в праздничном нарядном белом убранстве, словно вплывая лебединой поступью под небесные своды, зацветая, переходит из поздней весны в жаркое раннее лето – да и что может быть более торжественным и более святым, чем неосквернённый суетливой рукою Храм Великой Природы?.. Тем более, украшенный таким чудесным растением в белом свадебном наряде...

Черёмуха *обыкновенная*
(укр. – черемха звичайна)
Padus avium Mill.
Семейство Розовые или розоцветные (Rosaceae)

Чудесное растение – не трава какая-то... А дерево (или, в крайнем случае, кустарник) до 17-18 м высотой, с диаметром ствола до 30-40 см, с буро-чёрной растрескивающейся корой (на которой заметны многочисленные беловатые чечевички), эллиптическими тонкими листьями до 7 см шириной и до 15 см длиной, голыми, остропильчатыми по краю. Молодые ветви имеют густое опушение.

Ароматные цветки, располагающиеся на цветоножках, собраны в белые соцветия – кисти до 12 см в длину. Лепестки (7-9 мм длиной) покрупнее, чем у близких видов – черёмухи виргинской и черёмухи поздней, часто встречающихся в городских парках; отличать заморских «кузин» от нашей красавицы можно ещё по одному признаку – цветки американских родственниц не имеют запаха.

Плод черёмухи обыкновенной – шаровидная костянка до 8 мм в диаметре, блестящая и чёрная, довольно сладкая (и вяжущая) на вкус. Цветёт черёмуха обыкновенная с апреля по июнь; плоды созревают к августу.

Встречается черёмуха обыкновенная в сырых лесах и среди кустарников, часто в западных, лесных областях Беларуси, России, Украины, реже в лесостепных и степных районах. Черёмуху разводят в садах как декоративное растение.

Вообще черёмуха довольно широко распространена в лесах по всей Европе и в Западной Сибири. Её древесину, плотную, твёрдую и упругую, редкого буровато-чёрного цвета, используют в столярном и токарном деле. А плоды, обладающие своеобразным вяжущим вкусом, употребляют в пищу – реже в свежем виде, чаще готовят разнообразные напитки или муку. Мука из перемолотых сушёных плодов применяется для приготовления киселей, начинки вареников и пирогов.

В цветках и плодах черёмухи содержатся витамины С (всем известная аскорбиновая кислота), Р и Е, фитонциды, макро– и микроэлементы – железо, медь, марганец, магний, цинк, и т.д. В плодах, кроме витамина С и эфирного масла, имеется до 5 % сахаров, антоцианы, флавоноиды (рутин, изокверцетин), яблочная и лимонная кислоты.

В ядрах косточек, помимо жирного масла, обнаружен гликозид амигдалин (привычное дело для семейства розоцветных), который при расщеплении даёт не только бензальдегид и глюкозу, но и весьма опасное вещество – синильную кислоту. Свободная синильная кислота находится также в листьях и в коре черёмухи, поэтому применять растение в лечебных целях надо крайне осторожно, чтоб не отравиться.

...И цветки, и плоды черёмухи являются хорошим желчегонным и диуретическим (мочегонным) средством, а кроме этого, эффективны при лечении ревматизма, туберкулёза лёгких, подагры, фурункулёза и гнойных ран, энтероколита, поносов неинфекционного происхождения, конъюктивита и начальных стадий сахарного диабета, импотенции, белей, хронического кольпита.

Листья черёмухи широко использовались в народной медицине (внутрь, водный настой) при кашле, для полоскания полости рта. Отвар коры использовался при болезнях глаз и радикулите, считался мочегонным, потогонным и даже инсектицидным средством (что неудивительно, учитывая относительную ядовитость красавицы-черёмухи... «Все они, красавицы, такие», – сказал один литературный персонаж).

Спиртовая настойка и водный настой на цветках черёмухи применялись якобы в качестве противозачаточного средства – упоминаем данный «аспект» исключительно «в качестве фольклора» (хотя в ряде издаваемых сегодня травников «от всех болезней» это применение рекламируют на полном серьёзе, что вызывает сомнения в адекватности – или упрёк в невнимательности – наших издателей). Если эффективность подобной «панацеи от детей» вызывает естественный здоровый скепсис (а также спонтанное

религиозное возмущение), то применение водного настоя на свежих цветках (для примочек) при заболеваниях глаз куда более реалистично.

Для лечения можно применять следующий рецепт: 1 чайная ложка плодов или цветков черёмухи заливается в термосе (на 4-8 часов) двумя стаканами кипятка. Пить настой следует в промежутках между приёмами пищи, по полстакана 4 раза в день.

Всего сказанного вполне достаточно, чтобы признать: черёмуха обыкновенная – замечательное лекарственное, медоносное, пищевое, красильное и декоративное создание Природы! Которая (т.е. Природа) словно заботится о Человеке – рассчитывая, надо полагать, на взаимность... но об этом – один из последующих текстов.

Ставя точку (в этой статье – но не в беседах о замечательном растении), заметим, что лечение надо проводить **только** под контролем специалиста, фитотерапевта или просто грамотного терапевта из районной поликлиники. Пока ещё такие «в природе» встречаются.

(Из книг «Новейший справочник лекарственных растений», Ростов-на-Дону, издательство «Феникс», и «Сам себе травник, или Пищевые растения-целители», Киев, издательство «Зелений пес».)

Автор - **Андрей Рябоконь**
Источник