

Приложение
Описание ароматических растений Чувашии.

	Биологическое описание растения	Лечебные свойства растения
	1. Ландыш майский - <i>Convallaria majalis</i> L. Обычное травянистое растение лесов и лесных опушек. Корневая система представлена корневищем. Стебель укороченный. Листья в числе 2 (3), ланцетные, острые, с длинными черешками, цельно крайние с дуговым жилкованием. Соцветие - длинная однообразная кисть. Цветки на изогнутых цветоножках, поникшие выходящие из пазух мелких ланцетных прицветников. Околоцветник белый, спайнолистный, шаровидно-колокольчатый с 6 отогнутыми наружу широко треугольными зубцами.	Отличающийся таким уникальным составом, ландыш майский уверенно можно назвать панацеей от многих заболеваний. Его принимают не только наружно, но и вовнутрь. Список заболеваний, от которых можно избавиться с помощью препаратов на основе ландыша, впечатляет: Неврозы, Гипертония, Холециститы, Холангиты, Водянка сердечного происхождения, Эпилепсия, Головные боли, Паралич,
	2. Укроп пахучий - <i>Anethum graveolens</i> L. Травянистое растение. Корневая система - стержневая. Стебель прямостоячий, по поперечному сечению округлый. Лист влагалищный, перисто-рассечённый на узкие доли, без прилистников. Цветки желтые собраны в соцветие сложный зонтик. Нет ни обертки, ни оберточки. Околоцветник двойной, пятичленный, лепестки свободные. Тычинок 5, чередуются с лепестками. Гинецей ценокарпный, сросшийся из 2 плодолистиков образующих нижнюю двугнезную завязь. Плод - вислоплодник, плоский с крылатыми краевыми ребрами.	В народной медицине трава применяется как мочегонное средство, при почечнокаменной болезни, как отхаркивающее, ветрогонное, улучшающее пищеварение. Свежая зелень в виде салата применяется для лечения сердечной астмы. При правильной сушке укроп не теряет ни цвета, ни своих свойств. А вот солить укроп и закладывать в банки не следует — он теряет ценные качества.

	3. Лилия царственная-Lilium regale Wils. Многолетнее травянистое луковичное растение. Стебель прямостоячий, в поперечном сечении округлый. Листья простые, продолговатые цельнокрайние. Цветок обоеполюй. Околоцветник венчиковидный из 6 свободных листочков. Гинецей ценокарпный, состоит из 3 плодолистиков. Завязь верхняя, рыльце 3-х лопастное. Плод вскрывающаяся коробочка.	Лучшее впечатление производят небольшие группы лилий. Не сажайте их прямо под окнами, поскольку в некоторых людей их сильный аромат может вызвать головную боль. На клумбах эти импозантные цветы задают основной тон. У подножия посадите низкорослые травянистые многолетники, которые будут притенять основания стеблей.
	4. Жимолость голубая-Lonicera coerulea L. Кустарник высотой 1-2 метра с сизовато-зелеными листьями и сросшимися у основания черешками, образующими подобие влагалища. Цветки кремовые или желтые, сидят попарно на поникающих цветоножках, пушистые. Завязи попарно сросшиеся. Ягода эллиптическая, довольно крупная, темно-голубая с сизым налетом.	Современная народная медицина использует все части растения - кору, листья, ветки, цветки и зрелые плоды - при различных болезненных состояниях. Из лекарственного сырья готовят препараты (настои, отвары, спиртовые настойки, порошки, соки). Предназначаются они как для внутреннего, так и для наружного применения.
	5. Можжевельник обыкновенный Juniperus communis L. Дерево до 15-18 метров высоты. Двудомен. Стебель прямостоячий. Хвоя линейная плотная с широкой белой полоской сверху и с тупым килем снизу. Тычиночные колоски ярко-желтые, удлинено-овальные, состоят из щитовидных чешуек, несущих на нижней стороне 4-7 пыльников. Женские колоски светло-зеленые, состоят из мутновато-расположенных семенных чешуй. Плод-шишкоягода, зеленая, твердая,	Повышает умственную активность. Оказывает успокаивающее действие. Обладает антисептическим, противовоспалительным, тонизирующим свойствами. Очищает и освежает угреватую, жирную кожу, способствует ее регенерации, усиливает кровообращение, препятствует возникновению сосудистых «звездочек». Повышает упругость кожи, устраняет растяжки и целлюлит. Эффективно против зуда и раздражения от укуса насекомых

	шаровидная.	
	6. Табак душистый - <i>Nicotiana glauca</i> L. Травянистое растение. Стебель прямостоячий покрыт железистыми волосками, по поперечному сечению округлый. Корневая система мочковатая. Прикорневые листья достаточно крупные, собраны в розетку. Стеблевые листья более мелкие. Листья широколанцетовидные, низбегающие. Цветки крупные имеют длинную трубку и звездчатый отгиб. Цветки правильные. Венчик и чашечка 5 надрезанные. Столбик с цельным рыльцем. Цветки актиноморфные. Плод 2-гнездная коробочка, без шипов.	Улучшить память. Сам витамин В3 и его производная – котицин, позволяют справиться с потерей памяти в пожилом возрасте, в том числе облегчая течение болезни Альцгеймера и Паркинсона. Стимулировать кровообращение. При попадании никотиновой кислоты в организм процессы восстановления кровеносных сосудов происходят гораздо быстрее, равно как увеличивается и скорость кровообращения. Как результат – происходит быстрое заживление повреждений кожи, устраняются основные симптомы диабета, связанные как раз с кровообращением.
	7. Бархатец - <i>Tagetes erecta</i> L. Травянистое растение. Стебель прямостоячий, опушенный, по поперечному сечению округлый. Листья простые, непарноперисторассеченные о семи листочках. Листья в свою очередь рассеченные, широколанцетовидные, голые, темно-зеленого цвета. Листья полные, черешковые с прилистниками. Корневая система мочковатая. Цветы желто-оранжевые. Венчик раздельнолепестный, чашечка сростнолепестная. Плод семянка.	Надземная часть тагетеса богата эфирными маслами, основным компонентом которых является оцитомен. Эфирное масло также содержит и другие компоненты, обладающие специфическим ароматом, благодаря которым запах чернобрицев отличается удивительной палитрой. Кроме эфирного масла в составе бархатцев обнаружены макро- и микроэлементы, витамины и другие биологически активные вещества. Водные настои бархатцев оказывают благоприятное действие на пищеварительный тракт, в частности на функции поджелудочной железы, от нарушения работы которой могут возникать такие заболевания, как панкреатит и сахарный диабет.

	8. Флокс шиловидный-<i>Phlox subulata</i> L. Травянистое растение, многолетнее. Образует плотные дерники-подушки высотой 10-15 см. Стебли стелющиеся, многочисленные у основания, одревесневающие. Листья шиловидные до 2 см длиной. Цветки сиреневато-розовые, светло голубые, собраны в соцветие дихазий. Не плодоносит.	
	9. Иссоп меловой-<i>Hussopus cretaceus</i> Dubjan. Полукустарничек с приподнимающимся округлым густолиственным стеблем. Листья узколинейные, цельнокрайние, покрыты железками. Соцветие верхушечное, колосовидное, однобокое. Чашечка трубчато-колокольчатая, с короткими туповатыми зубцами. Венчик темно-синий; верхняя его губа почти плоская, 2-лопастная или выемчатая, нижняя 3-лопастная, с более крупной средней лопастью. Тычинки наверху расходящиеся, сильно выдаются из венчика.	Химический состав. Трава содержит эфирное масло, флавоноиды, тритерпеновые кислоты, дубильные и горькие вещества, красители.
	10. Душица обыкновенная-<i>Origanum vulgare</i> L. Многолетнее травянистое растение с косым ползучим корневищем и прямостоячими стеблями. Листья черешковые, снизу светло-зеленые, цельнокрайние. Цветки в щитковидной метелке. Чашечка колокольчатая пурпурного цвета. Венчик розовый; верхняя губа его плоская, прямая с 3 равными лопастями. Тычинки наверху расходящиеся.	Душица обыкновенная обладает успокаивающим, противовоспалительным, антибактериальным, обезболивающим, диуретическим, глистогонным, инсектицидным свойствами. Ещё душица повышает тонус кишечника и усиливает его перистальтику, стимулирует выделение желчи, секрецию пищеварительных, бронхиальных, потовых желез, улучшает аппетит, тонизирует гладкую мускулатуру матки, регулирует менструальный цикл, повышает лактацию.

	11. Полынь горькая - <i>Artemisia absinthium</i> Травянистое растение. Серо - или серебристо-войлочное растение с сильным запахом. Стебель прямостоячий. Листья в очертании яйцевидные, дважды или трижды перисторассеченные, конечные дольки их ланцетные. Корзинки поникающие или отклоненные, в метельчатом соцветии. Обертка шаровидная. Цветки обоеполые. Плод семянка.	Химический состав полыни разнообразен: сюда входят горечи и эфирные масла. Она содержит гликозиды абсинтин, анабсинтин, яблочную и янтарную органические кислоты, белок, смолистые и дубильные вещества. Собственно химический состав и обуславливает специфику воздействия препаратов полыни на организм. К слову, полынь — фармакопейное растение во многих цивилизованных странах. Горечи полыни стимулируют работу пищеварительного тракта, благотворно влияют на секрецию желудочного сока, выработку ферментов поджелудочной железы, а также дают желчегонный эффект.
	12. Зверобой продырявленный-<i>Hypericum perforatum</i> L. Травянистое, голое растение с прямыми, ветвящимися в верхней части стеблями, с 4 продольными гребнями на каждом междоузлии. Листья яйцевидно-эллиптические или широкоовальные, тупые, сидячие, с просвечивающимися точками. Соцветие многоцветковое, рыхлое, метельчатое. Чашелистики острые, овальные. Лепестки золотисто-желтые. Тычинки многочисленные. Завязь яйцевидная, с 3 столбиками. Плод - яйцевидная коробочка.	Зверобой лечит свойствами входящих в его состав дубильных веществ. Эфирные масла растения образованы пиненами, также применяемыми в капилляротерапии.

	13. Полынь обыкновенная-<i>Artemisia vulgaris</i> L. Травянистое растение. Стебель прямостоячий, ветвистый, угловато-ребристый, слабо волосистый, буро-фиолетового цвета. Листья дважды перистораздельные, самые верхние лопастные. Корзинки в метельчатом соцветии. Цветки обоеполые, трубчатые. Плод семянка.	Полынь обыкновенная обладает успокаивающим, противоглистным, лёгким снотворным и потогонным свойствами. Галеновые препараты этого растения стимулируют аппетит, регулируют функциональную деятельность пищеварительного тракта, нормализуют менструальный цикл. Отвар полыни обыкновенной показан при плохом аппетите и вялом пищеварении, неврастении, эпилепсии, бессоннице, связанной с нервными расстройствами.
	14. Мята длиннолистная-<i>Mentha longifolia</i> L. Травянистое растение с ползучим корневищем и прямостоячим, с 4 гранями стеблем. Беловатое от мягкого войлочного опушения. Листья продолговато-яйцевидные, пильчато-зубчатые, снизу беловойлочные. Ложные мутовки собраны на концах ветвей в густые безлистные колосовидные соцветие. Венчик розово-лиловый, воронковидный, с 4-лопастным отгибом. Тычинки одинаковой длины.	Восстанавливает силы, обладает антисептическим, стимулирующим действием. Освежает, пробуждает кожу, стирает с лица следы усталости, неполноценного сна. Повышает защитные функции эпидермиса, придает коже упругость, бархатистость и нежность. Оказывает очищающее воздействие на кожу. Эффективно при лечении кожного зуда, дерматита, угревой сыпи, расширения капилляров. Ванны с добавлением мятного масла восстанавливают силы, устраняют нервозность. Используется при нарушениях пищеварительной системы, а также простудных и вирусных заболеваниях, облегчает восстановление после солнечных ожогов. Эффективно при стрессах, депрессии, умственном перенапряжении. Борется с усталостью и раздражительностью. Применение эфирного масла мяты особенно полезно при жирной коже.

	15. Мелисса лекарственная-Melissa officinalis L. Многолетнее травянистое растение. Стебель прямостоячий, опушенный. Имеет запах лимона. Листья черешковые, яйцевидные, городчато-пильчатые, снизу железисто-волосистые. Цветки собраны по 3-10 в однобокие ложные мутовки в пазухах верхних листьев. Чашечка колокольчатая, опушенная, 2-губая. Венчик желтовато-белый. Плод орешек.	Способствует быстрой акклиматизации, помогает при депрессии, меланхолии, раздражительности и бессоннице. Против герпетическое средство.
	16. Дуб черешчатый-Quercus robur L. Дерево. Буро-серая кора молодых дубков гладкая, но с возрастом темнеет и на ней появляются продольные трещины. Листья обратнояйцевидные, с заметными лопастями. Женские цветки расположены в пазухах листьев на длинных цветоносах. Мужские цветки образуют соцветия сережки. Плод орех.	Кора дуба обладает противовоспалительным, вяжущим, противогнилостным, ранозаживляющим, кровоостанавливающим свойствами. Настой или отвар коры дуба применяют при гастрите, желудочных кровотечениях, диарее, энтерите, заболеваниях печени и селезёнки, выпадении прямой кишки, заболеваниях лимфатических узлов, отравлениях различной этиологии (грибами, алкалоидами, солями меди, олова, свинца).
	17. Тысячелистник обыкновенный-Achillea millefoliumL. Травянистое, зеленое растение с продолговатыми, дважды или трижды перисторассеченными листьями. Стебель прямостоячий. Корзинки в щитковидных соцветиях. Краевые цветки белые. Плод семянка.	Отвар тысячелистника применяют при носовых кровотечениях, туберкулезе и кровохарканье. Настой растения рекомендуют при диатезах, истерии, недержании мочи, ожирении и в качестве средства, улучшающего лактацию. Растение помогает вылечить кровоточивость десен, атеросклероз. Из отвара делают клизмы при геморрое. На основе тысячелистника принимают ванны при

		кожных заболеваниях. Сок растения, смешанный с медом, используют в качестве общеукрепляющего средства. Также сок растения применяют при кожном туберкулезе, свище и язвах.
	18. Девясил-Inula L. Многолетнее травянистое растение. Стебель прямостоячий, равномерно листовенный. Листья цельные, зубчатые. Корзинки одиночные в щитковидном соцветии. Листочки обертки зеленые, ланцетные. Ложка корзинки плоское, голое или бахромчатое. Срединные цветки трубчатые, обополюе, желтые; краевые – ложноязычковые. Плод семянка.	Лечебными свойствами обладают его корневища. Оказывает большую помощь при желтухе, водянке, задержке мочи, малокровии. Он полезен при аритмии, варикозном расширении вен и атеросклерозе, рекомендован при импотенции и болезненных месячных. Укрепит иммунитет и защитит от вируса гриппа.
	19. Жасмин лекарственный – Jasminum officinale L. Кустарник с тонкими голыми угловатыми ветвями, лазающий по опоре. Листья супротивные, непарноперистые о 5-10 яйцевидных почти сидячих листочков. Цветки белые, Собранные в полусонтики, поникающие на тонких цветоножках. Плод ягода.	Это растение широко применяется для приготовления лекарственных средств в народной медицине. Для этого используют разные его части. Так, листья оказывают жаропонижающий эффект на организм человека. Жасминовый чай способствует усилению лактации. Компресс из листьев рекомендуют прикладывать на участок тела, с кожными заболеваниями. Для лечения головной боли используют корень в сыром виде. Он же помогает избавиться от бессонницы и является болеутоляющим средством.

	20. Лещина обыкновенная-Corylus avellana L. Крупный кустарник. Округлые крупные листья по краю неравномерно-зубчатые, а у вершины, суженные в острие. Верхняя сторона листа темно-зеленая, снизу лист светлее и опушен. Мужские цветки сережки. Плод орех.	Растение обладает вяжущим, противодизентерийным, жаропонижающим, сосудорасширяющим действием. Ядра орехов улучшают функции кишечника, способствуют растворению камней в почках, проявляют общеукрепляющие и стимулирующие свойства. Ореховое масло является легкоусвояемым и содержит ненасыщенные жирные кислоты: стеариновую, миристиновую, олеиновую, пальмитиновую, линолевую. Они являются антиоксидантами и предотвращают развитие атеросклероза, улучшают работу сердца и кровеносной системы, повышают защитные силы организма.
	21. Смородина черная-Ribes nigrum L. Кустарник. Листья 3-5 лопастные, крупнозубчатые, снизу опушены. Цветки колокольчатые розовато-серые, собраны в соцветие кисть. Плод ягода.	Природа снабдила черную смородину множеством витаминов и полезных для здоровья человека веществ. Среди ее ценных ингредиентов числятся: разнообразные витамины — группы В (польза для нервной системы и волос), Е, С, К (повышает свертываемость крови), Р (укрепляет сосуды), D; кератин (превращается в витамин А); эфирное масло; пектин; сахара; -органические кислоты (особенно полезна омега 6 кислота); соли железа, калия (для сердечной мышцы), фосфора; дубильные вещества.
	22. Тмин обыкновенный – Carum carvi L. Травянистое растение с мясистым стержневым корнем и прямостоячими побегами. Листья черешковые, дважды-трижды перистые, с ланцетно-линейными острыми сегментами. Соцветие зонтик, оберточники отсутствуют. Цветки мелкие лепестки белые.	Лекарственное растение тмин обыкновенный применяется при метеоризме, атонии и болях в кишечнике, повышения перистальтики и тонуса, для усиления секреторной деятельности пищеварительных желез. Народная медицина использует тмин при пневмониях, как бронхорасширяющее и отхаркивающее средство при хронических и острых бронхитах, при бронхиальной астме и туберкулезе. Тмин усиливает и восстанавливает лактацию. Тмин обыкновенный

		мужчинам будет крайне полезен во всех блюдах при поллюциях и аденоме предстательной железы.
	23. Валериана лекарственная – <i>Valeriana officinalis</i> L. Чрезвычайно полиморфный вид. Травянистое многолетнее растение с корневищем. Листорасположение супротивное, очередное или мутовчатое. Листья непарноперистые. Стебли прямостоячие. Цветки мелкие в щитковидном соцветии. Плод семянка.	Некоторыми лекарственными свойствами обладают все части растения, однако, основная целебная сила сосредоточена в корне (корневище достаточно толстое, достигающее 2-3 см в диаметре и короткое, около 3-4 см), который содержит валенотриаты, эфирные масла и прочие летучие основания, органические кислоты (в основном, муравьиную, яблочную и уксусную), а также кетоны, дубильные вещества, алкалоиды, гликозиды, сахара, макро- и микроэлементы (бор, йод, селен, ванадий, хром, железо, калий, марганец, натрий кальций, калий, цинк, магний и др.), смолы.
	24. Чубушник тонколистный -<i>Philadelphus tenuifolius</i>. Кустарник. Листья яйцевидные, черешковые, по краю зубчатые. Цветки белые собраны в кистевидные соцветия. Плод 4-угольная коробочка.	Чубушник тонколистный цветёт в июне, в течении 14 дней. Чубушник тонколистный посредственный медонос , выделяет мало нектара, но с большим содержанием сахаров, до 50%. Пчелами чубушник тонколистный посещается очень охотно, преимущественно ради пыльцы желтого цвета, которую чубушник выделяет в больших количествах, поэтому для пчеловодства чубушник важен именно как прекрасный пыльценос.

	25. Герань -Geranium L. Травянистый многолетник с тонким корневищем, восходящими стеблями, округлыми, глубоко надрезанными листьями. Цветки правильные с 5 чашелистиками, 5 розовато-фиолетовыми лепестками, 10 тычинками и 1 пестиком с верхней завязью. Плод коробочка.	Герань полезна людям, страдающим неврастенией, бессонницей, гипертонией, сердечными заболеваниями и заболеваниями желудочно-кишечного тракта. Особенно благотворно действует на энергетику больных хроническим гастритом с повышенной кислотностью.
	26. Магония падуболистная –Mahonia aquifolium Nutt. Кустарник обладает шаровидной кроной. Листья непарноперистые о 5 листочках с колючими зубцами по краю. Цветки ярко-желтыми цветками, собранными в многоцветковые кисти. Плод ягода.	Ценными являются не только ягоды магонии. Так, корневища и кора этого растения считаются отличным сырьем для приготовления средств народной медицины.
	27. Чабрец	Уменьшает отеки, заживляет раны, снимает боль. Его настой принимают при простатите и импотенции, а чай полезен при любом виде кашля, пневмонии и коклюше. Растирка поможет снять мышечные боли, а ванна восстановит силы и очистит кожу.

	28. Календула	Считается, что календула обладает магической силой. Цветы, собранные в полдень, когда самое горячее и сильное солнце, способны утешать сердце и избавлять от переживаний. В народе считалось, что если повесить гирлянды из ноготков на дверные косяки, то можно избежать сглаза и злых сил.
	29. Ромашка	Сильное болеутоляющее и противоаллергическое средство. Используется при простудных заболеваниях. Снижает повышенную температуру тела. Заживляет порезы и раны. Обладает бактерицидным и противовоспалительным действием. Отбеливает, успокаивает и устраняет аллергические проявления. Подходит для сухой и чувствительной кожи. Стимулирует рост волос, питает, способствует их осветлению. Запах ромашки успокаивающе действует на нервную систему, ликвидирует раздражительность, нормализует сон