

ЭЛЕКТРОННОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ
К УЧЕБНИКУ

«ФАРМАКОГНОЗИЯ
С ОСНОВАМИ
ФИТОТЕРАПИИ»

Глава 11.

Лекарственное сырье животного происхождения

Объектом изучения в фармакогнозии являются не только лекарственные растения и лекарственное растительное сырье, но и сырье животного происхождения. История применения органов животных и продуктов их жизнедеятельности насчитывает многие тысячелетия. За это время накопился огромный эмпирический опыт применения лекарственных средств животного происхождения, который позволяет использовать их в лечебных целях.

11.1. Бадяга

Бадяга (речная губка) — *Spongilla*

Бадяга озерная — *Spongilla lacustris* L.

Бадяга речная — *Ephydatia fluviatilis* L.

Бадяговые — *Spongillidae*

Зоологическое описание животного. Бадяга, или речная губка, относится к классу губок с остовом из кремнезема. Бадяги — это кишечнополостные животные, образующие колонии. Цвет бадяги может быть зеленым, желтым, коричневым. Размножаются половым путем, а также почкованием. Скелет бадяги состоит из петливой сети игл кремнезема, связанных между собой органическим веществом спонгином.

Географическое распространение и местообитание. Встречаются бадяги во многих реках и озерах России на подводных предметах (коряги, камни).

Заготовка сырья. Заготавливают бадягу в течение всего лета. Извлеченный из воды заготавливаемый материал имеет вид слизистой массы с неприятным запахом. Бадягу очищают от ила, земли, песка и других остатков места прикрепления, хорошо промывают и сушат на солнце.

Внешние признаки сырья. Высушенное сырье представляет собой очень легкие, пористые и хрупкие куски различной формы и величины, легко рассыпающиеся при сжимании. Цвет серо-зеленый или серо-желтоватый, без запаха. При работе с сырьем следует соблюдать осторожность, т.к. пыль губок вызывает воспаление слизистых оболочек глаз и носа.

Химический состав. Действие бадяги основано на механическом раздражении кожи и ее структур иголочками кремнезема. Они внедряются в верхний слой эпидермиса, вызывая местное раздражение кожных покровов, расширение подкожных капилляров и более глубоко залегающих кровеносных сосудов. Это способствует активации поверхностного кровоснабжения, ослаблению боли, обеспечиваят «рассасывающий» эффект на пораженных местах.

Применение. При применении бадяги происходит локальное высвобождение гистамина, простагландинов и других биологически активных веществ, которые способствуют заживлению поврежденных тканей, рассасыванию синяков и ушибов, ликвидации рубцов и уплотнений.

Показания. Применяют бадягу при радикулите, артрите, ревматизме, кровоподтеках, а также с косметологическими целями. Она входит в состав геля «Спонгилан». Из порошка бадяги готовят суспензии для наружного применения, а также мази и растирания по магистральным прописям.

Противопоказания. Применение бадяги противопоказано при повышенной индивидуальной чувствительности. Она не наносится на поврежденную и чувствительную кожу.

Хранение. В сухих, прохладных помещениях. Срок годности 3 года.

11.2. Пиявка медицинская

Пиявки — Hirudines

Пиявка медицинская — *Hirudo medicinalis* L.

Челюстные пиявки — Gnathobdellidae

Зоологическое описание животного. Пиявка медицинская относится к типу кольчатых червей, подклассу пиявок. С биологической точки зрения она — паразит, питающийся кровью человека и животных. У данного вида брюшко зеленовато-желтое с черными пятнами, а вдоль спины на оливково-буром фоне расположены шесть узких оранжевых полосок с черными пятнышками. Тело пиявки удлинненное, к концам суженное, плоское, состоит из 90–100 колец. Передний, или головной, более узкий конец сокращением особых мышц превращается в сосальный присосок. В глотке в виде треугольника располагаются три челюстных бугорка, каждый несет по 60 острых зубчиков, которые движением челюсти одновременно колют и рвут. Задний конец тоже снабжен присоском, но без зубчиков. Пиявка, собравшаяся сосать кровь, сначала присасывается задним присоском, а потом прикладывается ротовым отверстием, выдвигает челюсти и ранит кожу, затем втягивает челюсти и присасывается ртом. Кровь поступает в объемистый эластичный желудок в виде длинной трубки с 10 кармашками, благодаря чему пиявка может насосать 30 мл крови и более, увеличиваясь в объеме в 3–4 раза.

Географическое распространение и местообитание. Пиявки водятся в стоячих или медленно текущих водах, особенно в густо заросших водоемах центральных и южных областей европейской части России, Северного Кавказа и Закавказья.

Заготовка сырья. Пиявок для медицинского применения разводят исключительно искусственно на биофабриках, откуда они поступают в аптеки.

Внешние признаки сырья. Пиявки должны быть здоровыми, голодными, массой 1–3 г.

Химический состав. В секрете слюнных желез пиявок содержатся около 100 белков и пептидов, важнейшим из

них является природный антикоагулянт — гирудин. При укусе он подавляет (ингибирует) активность фермента тромбина в крови животных и человека (II фактор свертывания), обеспечивая пиявкам беспрепятственное питание несворачивающейся кровью.

Применение. Лечение с использованием живых пиявок как медицинская методика существует тысячелетия. Этот метод называется гирудотерапией и включен в перечень сертифицируемых медицинских процедур. Его применяют:

а) в комплексной терапии варикозной болезни, геморроя, тромбофлебита, артрозов;

б) для улучшения кровообращения после микрохирургических и косметологических операций;

в) как кровоизвлекающее средство при гипертонии (редко!);

г) как профилактическое и омолаживающее средство в гериатрической практике.

После проведения лечебных процедур пиявки повторно не используются!

В настоящее время гирудин получен в виде биотехнологического препарата, полностью идентичного природному. Экстракт пиявки входит в состав ряда медико-косметологических кремов (крем «Софья (с экстрактом пиявки)»).

Противопоказания. Гирудотерапия противопоказана при заболеваниях крови с повышенной кровоточивостью (геморрагические диатезы), анемии, на фоне выраженной гипотонии, туберкулеза, онкологических заболеваний, язвенной болезни, при аллергии на гирудин, при применении антикоагулянтов, а также у ослабленных и истощенных больных.

Хранение. В аптечных условиях пиявок содержат в банках с чистой дехлорированной водой при комнатной температуре, с заменой воды через день. Медицинские пиявки, особенно в голодном состоянии, очень подвижны, поэтому банки (место содержания) должны быть плотно обвязаны марлей.

11.3. Продукты жизнедеятельности медоносной пчелы

Пчела медоносная — *Apis mellifera* L. — продуцирует целый ряд применяемых в медицине продуктов, обладающих широким спектром действия. Особенно широко используются в производстве лекарственных препаратов и БАД *пчелиный яд, прополис, маточное молочко, мед*.

При применении в терапевтических целях препаратов, получаемых из веществ, выделяемых пчелами, у 1–3% больных могут наблюдаться аллергические реакции. Они возникают чаще у лиц, уже имеющих аллергию к каким-либо продуктам жизнедеятельности пчелы, а также у людей, склонных к аллергии вообще. С целью предупреждения побочных явлений на первый прием назначают минимально возможные дозы. При отсутствии симптоматики, указывающей на их непереносимость, проводят полный курс лечения.

11.3.1. Пчелиный яд (апитоксин) — *Apitoxinum*

Яд вырабатывается жалящим аппаратом пчелы, расположенным на конце ее брюшка. Максимальное содержание яда наблюдается у молодых пчел весной. Существует несколько способов получения пчелиного яда. Первый способ — это извлечение резервуара с ядом из брюшка пчелы. Второй способ — это возбуждение пчел низкочастотным электрическим током, в результате чего они жалят подставленную для этого фильтровальную бумагу или тонкую животную перепонку. Третий способ — воздействие на пчел парами эфира, при этом они выделяют каплю яда.

Пчелиный яд — это прозрачная бесцветная густая жидкость с характерным запахом меда и горько-жгучим вкусом. Быстро высыхает на воздухе, стоек к кипячению, замораживанию, к воздействию кислот и щелочей.

В химическом отношении представляет собой сложную смесь белков, полипептидов, аминокислот, жироподобных и минеральных веществ.

Препараты, содержащие яд пчел, применяют как противовоспалительные и болеутоляющие средства при заболеваниях периферической нервной системы, полиартритах, миозитах, радикулитах, при фурункулезе, пародонтозе.

В медицинской практике используют таблетки сухого пчелиного яда «Апифор» для физиотерапии, мазь «Апизартрон», крем «Софья (с пчелиным ядом)».

При местном применении может возникнуть ощущение боли, жжения, гиперемия. Общая реакция выражается в недомогании, ознобе, головной боли, тошноте, рвоте, повышении температуры.

Противопоказанием к применению препаратов пчелиного яда являются индивидуальная непереносимость, заболевания почек, печени и поджелудочной железы, тяжелые инфекционные заболевания, онкологические заболевания, недостаточность кровообращения, психические заболевания, беременность.

11.3.2. Прополис (пчелиный клей) — *Propolis*

Название продукта связывают со словами греческого и латинского происхождения, которые дословно переводятся как «система обороны города».

Прополис используется пчелами для склеивания, укрепления сот, а главное — для обеззараживания улья. Происхождение прополиса — комбинация смолистых остатков от первой фазы переваривания пыльцы и собираемых пчелами смол и смолистых выделений почек и коры хвойных деревьев.

Внешне прополис — буро-зеленое или коричневое клейкое, аморфное, смолистое вещество. Имеет приятный запах, смолистый, ароматный, горьковато-жгучий вкус. Хорошо растворим в спирте, эфире, хлороформе, в холодной воде растворим плохо, несколько лучше — в теплой. Химический состав прополиса зависит от видовых особенностей пчел, растительности вокруг пасеки, природно-климатических условий и времени года.

В его составе: смолы, эфирные масла, воск, дубильные вещества, флавоноиды, органические кислоты, витамины, аминокислоты, микро- и макроэлементы. В натуральном прополисе обязательно присутствует пыльца (5–10%), а также механические и минеральные примеси (до 15%).

Прополис и его препараты обладают широким спектром фармакологического действия, что связано с разнообразием его химического состава. Доказана антибактериальная, противовирусная, противогрибковая, противовоспалительная, биостимулирующая и другие виды активности этого вещества. В медицинской практике используют мази, суппозитории ректальные, настойку прополиса, мазь «Пропоцеум». Мази применяют в дерматологии в качестве противовоспалительного, ранозаживляющего и противозудного средства. Спрей — в стоматологической практике, при заболеваниях полости рта и ротоглотки как дезинфицирующее и болеутоляющее средство.

Противопоказаны препараты прополиса при индивидуальной непереносимости продуктов пчеловодства.

11.3.3. Маточное молочко (апилак) — *Apilacum*

Маточное молочко — это секрет, вырабатываемый особыми железами рабочих пчел и предназначенный для кормления личинок пчелиной матки. Это желто-бурая жидкость сметанообразной консистенции кисловатого вкуса.

Апилак представляет собой высокоактивную биологическую субстанцию, содержащую белки, аминокислоты, сахара, жиры, витамины, микроэлементы.

Препараты маточного молочка применяют при отсутствии аппетита и хроническом расстройстве питания у детей раннего возраста. Взрослым препараты назначают при гипотонии, невротических расстройствах, нарушении лактации, в послеродовом периоде, реабилитации больных после заболеваний. В медицинской практике ис-

пользуют таблетки подъязычные, мазь «Апилак». Апилак («королевское желе») входит в состав многочисленных БАД к пище, оказывающих общеукрепляющее действие.

Противопоказаны эти препараты при индивидуальной непереносимости, а также при болезни Аддисона (недостаточность коры надпочечников).

11.3.4. Мед — *Mel*

Мед — это переработанный пчелами цветочный нектар. В медицинской практике в качестве лекарственного средства не используется, но является пищевым продуктом с высокими лечебными свойствами.

В состав меда входят витамины, аминокислоты, ферменты (диастаза, каталаза), эфирное масло, органические кислоты, другие биологически активные вещества. Основную часть его составляют полисахариды (до 70%): декстроза, состоящая из молекул глюкозы, и левулеза, состоящая из молекул фруктозы.

Мед обладает общеукрепляющим действием, стимулирует иммунитет, нормализует состав крови, благотворно влияет на сердечно-сосудистую и нервную системы, оказывая легкое коронарорасширяющее и седативно-снотворное действие, обладает противомикробным и противогрибковым эффектами.

Его рекомендуют при слабости, анемии, истощении, астенических состояниях. Мед входит в состав многочисленных БАД к пище, предназначенных для повышения защитных сил организма, повышения физической и умственной работоспособности. Например, «Тинктал», содержащий сок алоэ и цветочный мед, рекомендован как иммуномодулирующее, противовоспалительное, противосклеротическое и улучшающее обмен веществ средство.

Продукты, содержащие мед, противопоказаны при индивидуальной непереносимости продуктов жизнедеятельности пчел.

11.4. Змеиный яд

Змеиный яд — это выделения желез ядовитых змей. Ядовитые железы змей расположены позади и чуть ниже их глаз, сообщаются с двумя передними саблевидными ядовитыми зубами. В покое эти зубы лежат параллельно верхней челюсти. Когда змея раскрывает пасть, они принимают вертикальное (боевое) положение. При нападении змея вонзает зубы в жертву, яд по каналам зубов попадает в рану и кровь жертвы.

В медицине используют яд:

- а) гадюки обыкновенной — *Vipera berus* L.;
- б) гюрзы — *Macrovipera lebetina* L. из семейства гадюковых;
- в) кобры среднеазиатской — *Naja oxyana* Eichwald из семейства аспидовых.

Змей отлавливают и содержат в серпентариях. Для получения яда («доение змей») надавливают на ядовитые железы змеи либо раздражают их слабым током, подставляя стеклянные чашки; или же змее дают кусать пленку, натянутую на стеклянную чашку.

Змеиный яд представляет собой прозрачную жидкость, бесцветную или желтоватого цвета, тяжелее воды. При смешивании с водой дает опалесценцию. В воде, эфире, хлороформе, а также при действии ультрафиолетовых лучей яд быстро теряет токсичность. Полученный яд высушивают и хранят в темноте. В таком виде он сохраняет свои свойства долгие годы.

По механизму токсического действия различают две группы ядов змей — яды геморрагического действия и яды нейротропного действия. Яды *геморрагического действия* разрушают эритроциты крови, нарушают целостность капилляров, в результате чего образуются обширные кровоизлияния, отеки. Это характерно для ядов змей семейства гадюковых.

Яды *нейротропного действия* в первую очередь действуют на ЦНС, вызывая смерть от паралича дыхательного центра, в меньшей степени действуя на клетки кро-

ви и капилляры. Таким механизмом действия обладает яд кобры.

Химический состав змеиных ядов очень сложный. Они представляют собой смесь токсичных белков, аминокислот, высокоактивных ферментов, многочисленных минеральных и других веществ, оказывающих повреждающее действие на уровне клеточных мембран.

В медицинской практике используют препараты змеиных ядов как болеутоляющие и противовоспалительные средства при заболеваниях периферической нервной системы, невралгиях, миозитах, артритах, артралгиях. В настоящее время для наружного применения применяют мази «Випросал», «Алвипсал» на основе яда гадюки.

При использовании препаратов, содержащих змеиный яд, даже в малых дозах могут наблюдаться аллергические реакции, повышение АД. С целью оценки возникновения возможных побочных явлений врач изначально назначает минимально возможную дозу с последующим ее повышением. Поэтому лечение этими препаратами должно проводиться только под контролем врача.

Глава 12.

Основы фитотерапии

12.1. Общие положения фитотерапии

Фитотерапия (ФТ) в настоящее время рассматривается как метод лечения с помощью растительных средств в области традиционной медицины.

Как ни парадоксально, несмотря многотысячелетний опыт использования лекарственных растений в качестве лечебных средств, общие положения ее сформулированы достаточно неопределенно и расплывчато. Попробуем устранить этот недостаток.

1. ФТ — составная часть традиционной медицины, действующая на основе научно признанных и обоснованных фактов.

2. В основе ФТ как научного метода лежат фитохимия, фармакогнозия, фитофармакология, помноженные на многовековой опыт медицины.

3. ФТ используются как галеновые, так и новогаленовые препараты лекарственных растений — как взятых целиком, так и их отдельных частей, а также официальные препараты растительного происхождения.

4. ФТ, как и любой лечебный метод, должна применяться с учетом показаний, противопоказаний и побочных эффектов в адекватных лекарственных формах и дозировках.

5. ФТ может выступать в роли этиотропной, патогенетической и симптоматической терапии.

6. ФТ использует растительные препараты, обеспечивающие адекватное функционирование нервной, эндокринной и иммунной систем через обеспечение активности энергетического и пластического обмена.

7. Фитотерапевтическое лечение рекомендуется начинать с монопрепаратов или малокомпонентных сборов, составленных с учетом совместимости компонентов, а также особенностей организма пациента и его заболевания.

8. ФТ, как и многие лечебные методы, предполагает достаточно длительное применение препаратов при относительно минимуме токсических осложнений, особенно в условиях педиатрической и гериатрической практики.

12.2. Препараты на основе растительного сырья

В фитотерапии наиболее широко используют: *сборы, настои и отвары, настойки, медицинские масла*. На основе растительного сырья могут готовиться *порошки, таблетки, сухие и жидкие экстракты, мази, сиропы, бальзамы*. Растительное сырье в виде порошков и экстрактов может быть расфасовано в *бумажные пакеты (пачки), фильтр-пакеты (для заваривания), капсулы, саше*, новогаленовы препараты — *во флаконы и ампулы*.

Сборы (Species) представляют собой предварительно измельченное и смешанное между собой стандартное растительное сырье с возможным добавлением эфирных масел или лекарственных веществ. Сборы могут подразделяться в зависимости от способа приготовления и по лечебной направленности.

По способам приготовления сборы подразделяются на следующие типы: 1) для приготовления настоев и отваров для приема внутрь и наружно (примочки, полоскания и т. п.); 2) сборы для приготовления ванн; 3) курительные сборы и сборы для влажных припарок, встречающиеся сейчас достаточно редко.

По лечебной направленности возможно приготовление грудных, отхаркивающих, слабительных, желудочных, успокоительных, мочегонных, потогонных, ветрогонных, витаминных, антигеморроидальных сборов. Возможен выпуск сборов под патентованными названиями для лечения тех или иных заболеваний («Арфазетин» — антидиабетический, «Бруснивер» — мочегонный и др.). Также сборы изготавливаются по магистральным пропи-

сям (сбор М. Н. Здренко), в том числе для последующего приготовления микстур (микстура Тросткова, Кватера). Номенклатура сборов постоянно пополняется и обновляется, в настоящее время их насчитывается около 40.

Наиболее часто в практике фитотерапии используются водные извлечения из растительного лекарственного сырья — настои и отвары (*Infusum et Decoctum*). Настои делают, как правило, из рыхлых частей растения (листьев, цветков и др.), отвары — из плотных (коры, корней, плодов и др.), в силу этого время их приготовления несколько отличается. Основная часть сборов лекарственных растений готовится из расчета 1 столовая ложка сырья на 1 стакан кипятка. При изменении количества сырья, воды или способа приготовления в тексте дано специальное указание. Сбор трав перед забором сырья для последующего заваривания нужно перемешать. В аптечных условиях используется дистиллированная вода, в домашних — кипяченая.

Для приготовления настоя в домашних условиях расчетное количество лекарственного сырья и воды выдерживают в закрытой эмалированной или фаянсовой посуде на кипящей водяной бане 15 мин, остужают при комнатной температуре 45 мин. Отвар готовят так же, только экспозиция на водяной бане составляет 30 мин, а охлаждение длится 10 мин. Время кипячения засекается от момента закипания водяной бани. Приготовленный отвар или настой процеживается через 2–3 слоя марли в чистую посуду. Сырье при этом отжимают, а объем приготовленного продукта доводят кипяченой водой до исходного. Настои и отвары хранят в холодильнике не более 3 суток. В идеале их лучше готовить из расчета на суточный прием.

В особых случаях настои и отвары могут готовиться в виде концентрированных извлечений для последующего разведения водой. Либо компоненты отваров и настоев могут готовиться отдельно, а затем объединяться в общий состав.

Кроме общепризнанных режимов возможно использование режимов горячего и холодного настаивания, настаивание в термосах, «чайное» заваривание, приготовление отваров и настоев из сборов в печах СВЧ (с предварительным замачиванием и без него). Все это оговаривается назначением специалиста или рекомендациями на упаковке.

Достаточно часто используемой формой приготовления растительных препаратов является *настойка (Tinctura)* сырья на 40%-ном и 70%-ном спирте (водке). Измельченное лекарственное сырье в соотношении 1:10 заливается спиртом. В закрытой посуде, желательно в темном и прохладном месте, оно настаивается от 7 до 40 дней в зависимости от сырья и назначения настойки, периодически взбалтывается. По истечении времени настойку процеживают, сырье отжимают, настойку хранят достаточно долго в закупоренной посуде, дозируют каплями, применяют внутрь или наружно, хранят в хорошо закупоренной посуде.

В практике фитотерапии используют также *медицинские масла* — масляные извлечения из растительного лекарственного сырья. В качестве извлекателя чаще всего используют масла — подсолнечное или оливковое (последнее предпочтительнее). При этом 1 столовую ложку сырья заливают 1 стаканом масла, настаивают в течение 20–40 дней в темном месте, периодически встряхивая посуду. По окончании срока препарат процеживают и используют наружно (чаще всего) или внутрь, хранят в хорошо закупоренной посуде в холодильнике.

12.2.1. Лекарственные растения, часто применяемые в фитотерапии, в том числе указанные в данном учебнике (*). Наименования, используемая часть, показания к их применению

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
Абрикос обыкновенный, <i>Armeniaca vulgaris</i> Lam. — плод	Урюк, жердела и др.	Анемия, коклюш, бронхит, трахеит с сухим кашлем, нефрит
*Аир болотный, <i>Acorus calamus</i> L. — корень	Ирный корень, явер, татарское зелье и мн. др.	Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, желтуха, малярия, цистит, раны, запах изо рта
Айва продолговатая, <i>Cydonia oblonga</i> Mill. — плод	Бодряна, квитиное дерево и мн. др.	Воспалительные заболевания глаз, горла, желудка и кишечника (колит), бронхит, астма, кашель, кожные болезни, ожоги
Аконит джунгарский, <i>Aconitum soongaricum</i> Stapf — трава	Борец-корень, волчий корень, прострел-трава	Невралгия, мигрень, ревматические боли (ядовито!)
*Алоэ древовидное, <i>Aloë arborescens</i> Mill. — наземная часть, сок	Столетник, ранник, алой, доктор, сабур и мн. др.	Хронический гастрит, туберкулез легких, снижение аппетита и сопротивляемости, трофические язвы, ожоги, болезни десен, эрозия шейки матки, лучевой дерматит
*Алтей лекарственный, <i>Athaea officinalis</i> L. — корень	Просвирник, проскурняк, мальва, высотка и мн. др.	Воспаление дыхательных путей, гастрит, энтероколит, понос, для усиления эффективности противовоспалительных средств

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
*Анис обыкновенный, <i>Anisum vulgare</i> Gaertn. — плоды	Аниж, звездчатка и др.	Воспаление дыхательных путей, кашель с трудно отделяемой мокротой, бронхит и пневмония, заболевания кишечника и мочевыводящих путей, отхождение «песка»
*Аралия маньчжурская, <i>Aralia mandshurica</i> Rupr. et Maxim. — корни	Чертово дерево, шип-дереву, черница и мн. др.	Снижение функций ЦНС, депрессия, гипотония, физическое и умственное утомление, импотенция
*Арника горная, <i>Arnica montana</i> L. — трава	Горный баранник, баранец, купальница горная и мн. др.	Сердечная недостаточность, стенокардия, кровотечения, начальная стадия гипертонии, язвы (местно)
*Багульник болотный, <i>Ledum palustre</i> L. — трава	Багун душистый, розмарин лесной, болотная одура и мн. др.	Бронхит, трахеит, коклюш, пневмония, бронхиальная астма, гастрит, цистит, ревматизм, экзема
*Бадан толстолистный, <i>Bergenia crassifolia</i> (L.) Fritsch — трава	Алтайский чай, кояшник, монгольский чай	Воспаление ЖКТ, дизентерия, эрозия шейки матки, бели, раны
Барбарис обыкновенный, <i>Berberis vulgaris</i> L. — корень, лист, плоды	Барбарис	Хронические заболевания печени и желчного пузыря, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, заболевания верхних дыхательных путей, маточные кровотечения
*Белена черная, <i>Huyscymus niger</i> L. — трава	Дурника, бешеная трава и мн. др.	Исключительно местно, ядовита(!) Неврология, мышечно-суставные боли

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
*Береза повислая, <i>Betula pendula</i> Roth. — лист, почки, сок	Березена, берест и др.	Мочекислый диатез, холецистит, гнойничковые заболевания кожи, экзема, отеки
*Бессмертник песчаный, <i>Helichrysum aurearum</i> (L.) Moench — трава	Цмин, желтая горлянка, мороз-трава, ядренник и мн. др.	Холецистит, колит, желчнокаменная болезнь, гастрит с повышенной кислотностью, гепатит
*Боярышник кроваво-красный, <i>Crataegus sanguinea</i> Pall. — плоды, цветы	Боярка, глед, мучное дерево, цветник и мн. др.	Стенокардия, склероз сосудов мозга, аритмия, бессонница, климакс, гипертония (1-я стадия), гипоксия
*Брусника обыкновенная, <i>Vaccinium vitis-idaea</i> L. — лист, плоды	Боровка, брусница, квасничка, сердечник и мн. др.	Мочекаменная болезнь, цистит, гастрит с повышенной кислотностью, ревматоидный артрит
*Бузина черная, <i>Sambucus nigra</i> L. — цветы	Самбук, бузиновый цвет, пусторосль и др.	Артрит, воспаление верхних дыхательных путей, кашель, ангина, подагра, ожоги, фурункулез, геморрой
Буквица лекарственная, <i>Betonica officinalis</i> L. — трава	Деревей полевой, буква, золотушник, сорокозуб и мн. др.	Заболевания легких, бронхов, легочные кровотечения, подагра, цистит, гайморит, неврастения
*Валериана лекарственная, <i>Valeriana officinalis</i> L. — корень	Маун-трава, кошачья трава, одоляна и мн. др.	Повышенная нервная возбудимость, бессонница, нервные потрясения, мигрень, кардионевроз
*Василек синий, <i>Centauraea cyanus</i> L. — цветы, трава	Синюшник, волошка и др.	Нефрит, цистит, спазмы внутренних органов, куриная слепота, ОРЗ

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
*Вахта трехлистная, <i>Menyanthes trifoliata</i> L. — трава	Водяной трилистник, вахта трава, женский жабник, трифоль	Гастриты с пониженной кислотностью, запоры, метеоризм, язвы кожи и слизистых оболочек
Вербена лекарственная, <i>Verbena officinalis</i> L. — трава	Голубенец, железнец, остудник и др.	Бронхит, пневмония, гипотония, стоматиты, дерматиты, фурункулез
*Вереск обыкновенный, <i>Calluna vulgaris</i> (L.) Hull. — трава	Боровица, воробыная гречуха, подбрусничник и мн. др.	Ревматизм, туберкулез, атеросклероз, сухой кашель с трудно отделяемой мокротой, воспаление печени, селезенки, мочевого пузыря, слизистой оболочки желудка с повышенной кислотностью, раны
Вяз граболистный, <i>Ulmus carpinifolia</i> Gled. — лист, корни, кора	Ильм	Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, гастрит, экзема, раны, ожоги
*Горец змеинный, <i>Polygonum bistorta</i> L. — трава	Гречишник змеинный, дикума, раковые шейки, султанчик и мн. др.	Заболелания кишечника, фурункулез, цистит, вагинит, обильные менструации, гнойные раны, стоматит, кровотечения из ЖКТ
*Горец почечуйный, <i>Polygonum persicaria</i> L. — трава	Блошник, дурника, почечуйная трава и др.	Маточные и геморроидальные кровотечения, атонические и спастические запоры, геморрой

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
*Горец птичий, <i>Polygonum aviculare</i> L. — трава	Гусытник, свиная трава, спорыш, травка-муравка и мн. др.	Воспаление слизистой оболочки кишечника, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, заболевания мочевыводящих путей, начальная стадия мочекаменной болезни, профилактика камнеобразования после отхождения / дробления
*Горицвет весенний, <i>Adonis vernalis</i> L. — трава	Адонис, волосатка, златоцвет, черногорка и мн. др.	Повышенная нервная возбудимость, одышка, отеки, легкая сердечная недостаточность
Гранат обыкновенный, <i>Punica granatum</i> L. — плод	Граната, шипок, яблоко зернистое и др.	Колит, холецистит, нефрит, стоматит, воспаление глаз, боли в суставах, переломы костей, маточные кровотечения, кровоточивость десен, понос, простуда
Гречиха посевная, <i>Fagopyrum esculentum</i> Moench — семена	Гречиха, черный рис и др.	При истощении, как источник витамина Р (рутина)
*Девясил высокий, <i>Inula helenium</i> L. — корень	Аман, девятисил, майник и др.	Воспаление дыхательных путей, кашель с трудно отделяемой мокротой, гастрит, холецистит, нерегулярные менструации, геморрой, эпилепсия, диабет 2-го типа
Донник лекарственный, <i>Melilotus officinalis</i> (L.) Pall. — трава	Буркун, донная трава, медовый клевер, окладник и др.	Закупорка вен и коронарных сосудов, цисталгия, воспаление среднего уха, гипертония, климакс, гнойные раны

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
*Дуб обыкновенный, <i>Quercus robur</i> L. — кора	Дуб глухой, нелинь, стежар и др.	Воспаление кишечника, дыхательных, мочевых путей, понос, стоматит, кровоточивость десен
*Дурман обыкновенный, <i>Datura stramonium</i> L. — трава	Дур-зелье, шальная трава и др.	Повышенная секреция желез ЖКТ, астма, судорожный кашель, икота, эпилепсия (ядовит!)
*Душица обыкновенная, <i>Origanum vulgare</i> L. — трава	Блошка, душинка, маринка, пчелолюб, шувай и мн. др.	Бронхит, гипертония, бессонница, нервное возбуждение, диатез, бактериальные заболевания кожи
*Дягиль лекарственный, <i>Archangelica officinalis</i> Hoffm. — трава	Бодрянка, дяглица, сладкий ствол, яглица и мн. др.	Спазм гладкой мускулатуры внутренних органов, снижение секреции желчи и сока поджелудочной железы, повышенное брожение в кишечнике
Ежевика сизая, <i>Rubus caesius</i> L. — ягоды, сок	Голубая малина, ожина, черница и мн. др.	Понос, желудочные и кишечные кровотечения, пищевые отравления, заболелания верхних дыхательных путей, обильные и длительные месячные
*Женьшень, <i>Panax ginseng</i> С. А. Мей — корень	Божественная трава, человек-корень, шамуш и мн. др.	Тонизирующее, общеукрепляющее средство при физической и умственной усталости, после тяжелых и длительных заболеваний, импотенция, склероз

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
*Заманиха высокая, <i>Echinopanax elatum</i> Nakai. — корень	Башуна, оплошка, шипник	Неврозы, астенические состояния, угнетение ЦНС, начальная стадия сахарного диабета
*Зверобой продырявленный, <i>Hypericum perforatum</i> L. — трава	Ануча, заячья кровь, инок, хворобой и мн. др.	Язвенная болезн, понос, заболевания желчного и мочевого пузырей, спазм толстой и тонкой кишок, поражения кожи, раны, язвы, абсцессы, ожоги
Земляника лесная, <i>Fragaria vesca</i> L. — лист, ягоды	Аннушка, землянка, пазобник, ярица и мн. др.	Воспалительные и язвенные процессы ЖКТ, желчно- и мочекаменная болезни, колит, нарушение солевого обмена, анемия, пигментные пятна кожи
*Золототысячник обыкновенный (малый), <i>Centaurium erythraea</i> Rafn. — трава	Золотуха, семисильник и др.	Гастрит с пониженной кислотностью, заболевания печени, желчного пузыря и почек, изжога
Ива белая, <i>Salix alba</i> L. — кора	Белая лоза, ветла, верба, тальник и др.	Воспаление слизистой оболочки желудка и толстой кишки, полости рта и горла, ревматизм, туберкулез, внутренние кровотечения
Имбирь аптечный, <i>Zingiber officinalis</i> Roscoe — корень	Имбирь	Плохой аппетит, рвота, бронхиальная астма
*Каланхоэ перистое, <i>Kalanchoë pinnata</i> (Lam.) Petsson — наземная часть	Каланхоэ	Туберкулез, трофические долго не заживающие язвы, раневые кровотечения, сыпь, фурункулез, экзема, трещины сосков

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
*Календула лекарственная, <i>Calendula officinalis</i> L. — соцветия	Аптечный ноготок, ноготки, сердечник, огоньки и мн. др.	Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, воспаление кишечника, заболевания печени и желчного пузыря, ушибы, порезы, ожоги, фурункулез, эрозия шейки матки, пародонтоз
*Калина обыкновенная, <i>Viburnum opulus</i> L. — кора, ягоды	Белый дым, бульдонеж, девичья краса, красноягодник и мн. др.	Маточные, носовые и геморроидальные кровотечения, угрожающий аборт, понос, истерия, бессонница, ангина, потеря голоса, сыпь
Капуста огородная, <i>Brassica oleracea</i> L. — лист	Капуста	Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, гастрит, заболевания печени, спастический колит
Картофель обыкновенный, <i>Solanum tuberosum</i> L. — клубни (сок)	Бульба, картопля и др.	Гастрит с повышенной кислотностью, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, запор, воспаление слизистой оболочки рта и глотки, ожоги, панариций, раны
*Кассия остролистная, <i>Cassia acutifolia</i> Del. — лист, плоды	Александрейский лист, кассия, сенна и др.	Геморрой, снижение функции печени, хронические запоры
Каштан конский, <i>Aesculus hippocastanum</i> L. — цветы, плоды, кора	Каштан	Варикозное расширение вен, геморрой, язвы голени, хронические расстройства пищеварения, заболевания верхних дыхательных путей, миозит, невралгия

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
Кизил обыкновенный, <i>Cornus mas</i> L. — плоды	Дерен и мн. др.	Заболевания печени и почек, анемия, воспаление ЖКТ, грипп, скарлатина, понос, ангина, гиповитаминоз
Кипрей узколистный, <i>Chamaeperion angustifolium</i> (L.) Scop. — трава	Дремуха, иван-чай, маточник и мн. др.	Воспаление слизистой оболочки желудка и кишечника, как чай
Клевер луговой, <i>Trifolium pratense</i> L. — трава	Белая кашка, дятлина красная, медовик и мн. др.	Анемия, болезненные менструации, цистит, бронхит, бронхиальная астма, одышка, профилактика склероза, ожоги, абсцессы, кожный туберкулез
Клен остролистный, <i>Acer platanoides</i> L. — лист, кора, сок	Клен, кленовина	Нефрит, стоматит, воспаление дыхательных путей
Клюква болотная, <i>Oxycoccus quadrifretatus</i> Gilib. — плоды	Клюква	Анемия, гинекологические воспалительные заболевания, головная боль, атеросклероз, недостаток витамина С
*Крапива двудомная, <i>Urtica dioica</i> L. — трава	Жгучка, жегало, жалива и мн. др.	Анемия, вялотекущие заболевания, холецистит, бронхит, профилактика подагры, артралгия — внутрь; выпадение волос, перхоть — наружно
*Красавка обыкновенная, <i>Atropa belladonna</i> L. — трава	Белладонна, бешеная вишня, сонный дурман и мн. др.	Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, желчно- и мочекаменная болезнь, спазм гладкой мускулатуры полых органов (ядовита!)

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
Кресс-салат, <i>Lepidium sativum</i> L. — наземная часть	Кресс посевной	Нарушение пищеварения, желчнокаменная болезнь, начальная стадия гипертонии, долго не заживающие раны, чесотка
Кровохлебка лекарственная, <i>Sanguisorba officinalis</i> L. — корни	Багравец, черноголовик, луговка и мн. др.	Холецистит, энтерит, колит, понос, раны, ссадины, потертости
*Крушина ольховидная, или ломкая, <i>Frangula alnus</i> Mill. — кора	Гнилое дерево, волчье дерево, собачина и мн. др.	Спастический колит, атонический запор, геморрой, трещины прямой кишки, спазм внутренних органов
*Кукуруза обыкновенная, <i>Zea mays</i> L. — рыльца, крахмал	Маис, пшено турецкое	Гепатит, холецистит, сердечные отеки, заболевания почек
Лабазник вязолистный, <i>Filipendula ulmaria</i> (L.) Maxim. — наземная часть	Лабазник	Трофические язвы нижних конечностей, раны, ожоги, экзема, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, бронхиальная астма, хронический холецистит, воспаление верхних дыхательных путей
Лебеда раскидистая, <i>Atriplex patula</i> L. — наземная часть	Марь белая	Запор, рахит, геморрой, подагра, скудные менструации, паронихий
*Левзея сафлоровидная, <i>Rhaponticum carthamoides</i> (Willd.) Pijl — корень	Маралий корень	Психическое и физическое переутомление, гипотония, импотенция, хронический алкоголизм

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
*Лен посевной, <i>Linum usitatissimum</i> L. — семена	Лен-долгунец	Бронхит, гастрит, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, хронический колит, цистит, нефрит
Лимон обыкновенный, <i>Citrus limon</i> L. — плод	Лимон	Лихорадка, нарушение обмена веществ, гастрит с пониженной кислотностью, подагра, мочекаменная болезнь, ангина, грибковые заболевания кожи, зуд
*Липа сердцевидная, <i>Tilia cordata</i> Mill. — цветки	Волита, глуш, лубняк	Кашель, ревматизм, ангина, стоматит, геморрой, подагра, ожоги, температура
Лопух большой, <i>Arctium lappa</i> L. — корень	Аверьян, боляк, репей и мн. др.	Холецистит, цистит, гастрит, энтерит, зуд кожи, экзема, раны, фурункулы.
Лук репчатый, <i>Allium cepa</i> L. — луковица	Лук огородный	Заболевания верхних дыхательных путей, ангина, грипп, снижение секреторной активности ЖКТ, профилактика атеросклероза
Льнянка обыкновенная, <i>Linaria vulgaris</i> Mill. — трава	Головная трава, дикий львиный зев, пьяная трава и др.	Запоры, вздутие живота, хронические заболевания печени и желчного пузыря, геморрой, кожные заболевания, фурункулы, лишай
Любисток лекарственный, <i>Levisticum officinale</i> Koch — наземная часть	Зоря	Бронхит, цистит, метеоризм, отеки, анемия, возбуждение нервной системы

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
Майоран садовый, <i>Majorana hortensis</i> Moench — наземная часть	Майоран	Гастрит с пониженной кислотностью, холецистит, энтерит
*Малина обыкновенная, <i>Rubus idaeus</i> L. — лист, плоды	Малина	Анемия, угри, гастрит, воспаление кишечника, начальные стадии диабета, температура
*Мальва лесная, <i>Malva sylvestris</i> L. — корень	Мальва	Воспаление верхних дыхательных путей, ЖКТ, панкреатит, геморрой, ожоги
Манжетка обыкновенная, <i>Achillea vulgaris</i> L. — трава	Грудная трава, горлянка сердечная	Воспаление верхних дыхательных путей, насморк, носовые кровотечения, обильные менструации, внутреннее кровотечение, фурункулез, дерматит
Маргаритка обыкновенная, <i>Bellis perennis</i> L. — трава	Маргаритка	Бронхит, бронхиальная астма, холангит, холецистит, цистит, внутреннее кровотечение, геморрой
Марена красильная, <i>Rubia tinctorum</i> L. — корень	Руян	Мочекаменная болезнь
Маслина европейская, <i>Olea europaea</i> L. — плоды, масло	Маслина, олива	Запор, отеки, гипертония, желчнокаменная болезнь, воспаление кишечника
*Мать-и-мачеха обыкновенная, <i>Tussilago farfara</i> L. — лист	Камчужная трава, белокопытник, ранник, подбел, царь-зелье и мн. др.	Заболевания почек, легких, верхних дыхательных путей, воспаление мочевого пузыря, отеки, мастит, фурункулез; перхоть, облысение — местно

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
Медуница лекарственная, <i>Pulmonaria officinalis</i> L. — трава	Легочная трава, легочница, шемелина и мн. др.	Заболевания верхних дыхательных путей, легких, почек, мочевого пузыря, мочекаменная болезнь, туберкулез, понос
*Мелисса лекарственная, <i>Melissa officinalis</i> L. — трава	Мята лимонная, душика, пчельник-трава и мн. др.	Спазм гладкой мускулатуры, рвота, одышка, тахикардия, болезненные менструации, невроз, стоматит, герпес
*Можжевельник обыкновенный, <i>Juniperus communis</i> L. — ягоды, наземная часть	Кривогон, можжуха, арча	Отеки сердечного происхождения, заболевания легких и верхних дыхательных путей, метеоризм, желчнокаменная болезнь, ревматизм, подагра, дерматиты
Морковь посевная, <i>Daucus sativus</i> (Hoffm.) Roehl. — корневище	Морковь	Недостаток витамина А и связанные с этим болезни: дерматит, куриная слепота, заеды; анемия, заболевания сердца, запор, геморрой, мочекаменная болезнь
*Мята перечная, <i>Mentha piperita</i> L. — трава	Мята, ладошник, холодок и мн. др.	Густая вязкая мокрота, отеки различного происхождения, боль в суставах, подагра, чешуйчатый лишай, ангина, зубная боль
*Наперстянка пурпурная, <i>Digitalis purpurea</i> L. — лист	Наперсточная трава, натягач, ползкоцвет	Хроническая сердечная недостаточность (готовые препараты под контролем врача!)
*Облепиха крушиновидная, <i>Hipporhae rhamnoides</i> L. — ягоды	Облепиха	Недостаток витамина А, эрозия шейки матки, раны, язвы, ожоги, гастрит, энтероколит, атеросклероз

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
Овес посевной, <i>Avena sativa</i> L. — трава	Овес	Хроническое воспаление ЖКТ, физическое и умственное переутомление; артрит, радикулит, кожные заболевания (ванны)
*Одуванчик лекарственный, <i>Taraxacum officinale</i> Wigg. — корень	Дойник, молочник, зубной корень и др.	Атеросклероз, гастрит с пониженной кислотностью, хронический запор, холестистит, гипоплазия, фурункулез, угри, нарушение обмена
Окопник лекарственный, <i>Symphytum officinale</i> L. — корень	Виз-трава, жирный корень и др.	Плохо срастающиеся переломы, остеомиелит, хронический бронхит, гастрит, энтерит, колит, гнойное поражение кожи, кровотечения
*Ольха клейкая, или черная, <i>Alnus glutinosa</i> L. — кора	Алех, вольха, ольшина и др.	Энтероколит, дизентерия, гастрит с пониженной кислотностью, ожоги, стоматит, фарингит, кашель, подагра, ревматизм
Омела белая, <i>Viscum album</i> L. — трава	Бабий прокляток, дубовые ягодки, птичий клей, метла, ямелина и др.	Атеросклероз, гастрит, энтерит, нефрит, бронхиальная астма, невралгия, различные виды кровотечений, мышечные боли, ушибы, комплексное лечение опухолевых заболеваний
Орех грецкий, <i>Juglans regia</i> L. — плоды	Грецкий орех	Атеросклероз, запор, легочные кровотечения, гнойные сыпи, лишай, экзема, гастрит

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
Осина обыкновенная, <i>Populus tremula</i> L. — кора	Горечавка, шептун-дерево	Пневмония, цистит, плохой аппетит, ожоги, ревматизм, раны, фурункулез
Пастернак посевной, <i>Pastinaca sativa</i> L. — наземная часть, корень	Козлец, олений корень, полевой борец	Возбуждение аппетита, восстановление сил после операций, стенокардия, мочекаменная болезнь
*Пастушья сумка обыкновенная, <i>Capsella bursa-pastoris</i> (L.) Medik. — трава	Пастушья сумка	Маточные и другие кровотечения, острые и хронические заболевания кишечника, геморрой, нарушение обмена веществ
Перец стручковый <i>Capsicum annuum</i> L. — плод	Перец жгучий	Невролгия, радикулит, миозит (местно); снижение активности ферментов ЖКТ
Петрушка огородная, <i>Petroselinum crispum</i> (Mill.) Nym. — наземная часть, корень	Петрушка	Отеки почечные и сердечные, цистит, мочекаменная болезнь, расстройство пищеварения, маточные кровотечения, гастрит с пониженной кислотностью; сок местно при укусах насекомых
*Пижма обыкновенная, <i>Tanacetum vulgare</i> L. — трава	Рябинка, полевая рябинка, глистник и др.	Гепатит, холецистит, цистит, круглые глисты, пониженная кислотность желудка; местно — язвы
*Пион уклоняющийся, <i>Paeonia apomala</i> L. — трава, корневище, корень	Марьин корень, сердечные ягоды, марьяна трава	При неврозах, гастрит с пониженной кислотностью, воспаление верхних дыхательных путей

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
*Подорожник большой, <i>Plantago major</i> L. — лист	Бабака, майник, чирьевая трава и мн. др.	Спазм гладкой мускулатуры желудка, гастрит с пониженной кислотностью, язвенная болезнь желудка, двенадцатиперстной кишки, раны, язвы, фурункулы, ожоги
Подсолнечник клубненосный, <i>Helianthus tuberosus</i> L. — корнеплоды	Топинамбур, дикий подсолнх, земляная груша, иерусалимский артишок	Комплексная терапия сахарного диабета 2-го типа; язвенная болезнь и панкреатит; местно (ванны) при заболеваниях сосудов, ожогах, кожных заболеваниях
Подсолнечник однолетний, <i>Helianthus annuus</i> L. — семена, лист	Солнечник, подсолнух, соняшник	Повышенная температура тела, плохой аппетит, малярия, коклюш, желудочно-кишечные колики, желчнокаменная болезнь
*Полынь горькая, <i>Artemisia absinthium</i> L. — трава	Болобыль, вдовья трава, полынец и мн. др.	Нарушение пищеварения, кровотечения, спазм толстой кишки, раны, затруднение мочеотделения
*Полынь обыкновенная, <i>Artemisia vulgaris</i> L. — трава	Чернобыль, чернобыльник	Отравления, воспаление слизистых оболочек, долго не заживающие раны, эрозия шейки матки, бели, скудно-болезненные месячные
*Почечный чай, <i>Orthosiphon stamineus</i> Benth. — трава	Ортосифон тычиночный	Острые и хронические заболевания почек, сопровождающиеся отеками, мочекаменная болезнь, воспаление мочевого пузыря, подагра, сахарный диабет 2-го типа, холецистит

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
*Пустьрыник сердечный, <i>Leonurus cardiaca</i> L. — трава	Куриный след, львиный хвост, сердечник и мн. др.	Начальная стадия гипертонии, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, невроз, истерия, невралгия, порок сердца, климакс
*Расторопша пятнистая, <i>Silybum marianum</i> (L.) Gaertn. — плоды	Остро-пестро	Инфекционное и токсическое поражение печени, цирроз, задержка мочи, гастрит, энтерит, радикулит, судороги
*Ревень тангутский, <i>Rheum palmatum</i> var. <i>tanguticum</i> Maxim. — корень	Рапотник китайский, ре-вень дланевидный, ремень пальчатый	Атония кишечника, метеоризм, хронический запор
Редька посевная, <i>Rhaphanus sativus</i> L. — корнеплод	Редька огородная	Бронхит, гастрит с пониженной кислотностью, повышение холестерина крови, камни почек и мочевого пузыря, в комплексном лечении анемий; местно — радикулит, невралгия, ревматизм.
Репейник аптечный, <i>Agrimonia eupatoria</i> L. — трава	Репашок, земляничник, лепильник и мн. др.	Подагра, ревматизм, заболевания ЖКТ (хо-лерины), гепатит, стоматит; местно — язвы
*Родиола розовая, <i>Rhodiola rosea</i> L. — корень	Золотой корень, золотник, золотобоцвет	Перенесенные острые и хронические заболевания, гипотония, неврозы, импотенция
*Ромашка аптечная, <i>Matricaria chamomilla</i> L. — трава	Валхашка, маточная трава, румянка и мн. др.	Хронический гастрит, колит, маточные кровотечения, холецистит, спазмы ки-шечника, метеоризм, геморрой, стоматит

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
*Рябина обыкновенная, <i>Sorbus aucuparia</i> L. — плоды	Богорошник, воробина, рябина красная, рябчик и мн. др.	Анемия, гастрит с пониженной кислотностью, гипертония, холецистит, гиповитаминоз
Сабельник болотный, <i>Cotarnum palustre</i> L. — трава	Декон, болотник, ворош и мн. др.	Дизентерия, поносы, туберкулез, боли в желудке, колит, заболевания печени, хронический насморк, плохо заживающие язвы, подагра, радикулит, ревматизм, артроз
Свекла обыкновенная, <i>Beta vulgaris</i> L. — корнеплод	Бурак, свекла красная, цвекла и др.	Анемия, колит, хронический запор, плохо заживающие язвы, хронический насморк
Сельдерей пахучий, <i>Arium graveolens</i> L. — наземная часть, корень	Сельдерей	Мочекаменная болезнь, цистит, хронический колит, гастрит, нарушение сна, астения, плохой аппетит
*Синюха голубая, <i>Polemonium coeruleum</i> L. — трава	Вредная трава, маточник, троецветка и мн. др.	Хронический бронхит, легочные кровотечения, бессонница, повышенная нервная возбудимость
Смоковница обыкновенная, <i>Ficus carica</i> L. — плод	Инжир, винная ягода, смоковица, фиговое дерево	Заболевания сердечно-сосудистой системы с дефицитом калия, гипертония, отеки, бронхиальная астма, воспаление верхних дыхательных путей, ангина, сухой кашель, анемия

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
*Смородина черная, <i>Ribes nigrum</i> L. — ягоды, лист	Моховка, смородок, чернушка и мн. др.	Воспаление почек, мочевыводящих и верхних дыхательных путей, головная боль, начальная стадия гипертонии, нарушение обмена веществ на фоне недостатка витаминов
Сныть обыкновенная, <i>Aegorodidium podagraria</i> L. — трава	Снитка, сныд, снить	Пилонефрит, цистит, ревматизм, эксудативный диатез, заболевание суставов, рожистое и грибковые поражения кожи
*Солодка голая, <i>Glycyrrhiza glabra</i> L. — корень	Лакричный корень, солодак, сладкий корень и мн. др.	ОРЗ, воспаление легких, глотки, гастрит с повышенной кислотностью, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, цистит, нефрит, запоры, многоводие, аллергия
*Сосна обыкновенная, <i>Pinus sylvestris</i> L. — шишки, хвоя	Сосна	Недостаток витамина С, трещины губ и сосков, фурункулы, долго не заживающие язвы
Спаржа лекарственная, <i>Asparagus officinalis</i> L. — наземная часть	Бирюшник, конская грива, сорочьи глазки и др.	Снижение функции печени и почек, холестистит, цистит, мочекаменная болезнь, сердечные отеки, подагра
Стевия меловая, <i>Stevia rebaudiana</i> B. — трава	Сладкая трава, ка-хе-хе	Комплексная терапия сахарного диабета и других нарушений обмена; анемия, заболевания печени и желчного пузыря, ЖКТ; как сахарозаменитель

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
*Сушеница топяная, <i>Gnaphalium uliginosum</i> L. — трава	Болотница, жабница, снежок и мн. др.	Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, гипертония, нервное возбуждение, бессонница, сердцебиение, боли в животе, длительно не заживающие язвы
*Термопсис ланцетовидный, <i>Thermopsis lanceolata</i> R. Br. — трава	Дергун, мышатник, пьяника и др.	Заболевания дыхательных путей с трудно отделяемой мокротой
*Тимьян обыкновенный, <i>Thymus vulgaris</i> L. — трава	Богородская трава, материнка, чабрец, чабер и мн. др.	Спазмы ЖКТ, кашель с трудно отделяемой мокротой, ишиас, понос, метеоризм, бессонница, запор, зуд, стоматит
*Тмин обыкновенный, <i>Carum carvi</i> L. — плоды	Анис дикий, кмин, чернушка и мн. др.	Атонический запор, метеоризм, спастические боли в животе, бродильные процессы ЖКТ, энтероколит, холецистит, гипоплакия, кашель с трудно отделяемой мокротой, диспепсия у детей
*Толокнянка обыкновенная, <i>Arctostaphylos uva-ursi</i> (L.) Spreng. — лист	Медвежья ушка, бруслинник, виноград медвежий, толокница и мн. др.	Цистит, мочекаменная болезнь, сердечные отеки, туберкулез, легкие формы диабета, гнойные раны и язвы, диатез, суставной ревматизм
Томат съедобный, <i>Lycopersicon esculentum</i> Mill. — плод	Помидор	Недостаток витаминов, анемия, снижение аппетита, профилактика атеросклероза

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
Тополь черный, <i>Populus nigra</i> L. — почки	Осокорь	Туберкулез, ревматизм, подагра, цистит, скудные месячные, мочекаменная болезнь, травмы нервов и сухожилий, подагра, артриты, трихомонадный кольпит, фурункулы, гнойные раны, ожоги, трещины губ и сосков, грибковые заболевания кожи, зуд
*Тыква обыкновенная, <i>Cucurbita pepo</i> L. — семечки	Гарбуз, кабак и др.	Энтерит, цистит, ожоги, экзема, воспалительные заболевания кожи, глисты
*Тысячелистник обыкновенный, <i>Achillea millefolium</i> L. — трава	Баранья трава, материнка, кровавник и мн. др.	Различные виды кровотечений, метеоризм, гастрит с пониженной кислотностью, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, гипертония, нарушение менструаций, раны
*Укроп пахучий, <i>Anethum graveolens</i> L. — плоды	Укроп обыкновенный, копер, опара и др.	Пиелонефрит, мочекаменная болезнь, простудные заболевания, воспаление верхних дыхательных путей, бессонница, метеоризм, гнойные заболевания кожи
Фасоль обыкновенная, <i>Phaseolus vulgaris</i> L. — створки	Бабохова, бобы турецкие, квасоля, фасоля и др.	Гастрит с пониженной кислотностью, атеросклероз, аритмия, начальные формы диабета 2-го типа

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
*Фенхель обыкновенный, <i>Foeniculum vulgare</i> Mill. — плоды	Укроп аптечный, укроп волошский и др.	Спазм ЖКТ, бронхит с трудно отделяемой мокротой, стоматит, фарингит, гиполактация
*Фиалка трехцветная, <i>Viola tricolor</i> L. — трава	Анютины глазки, бабочки, троецвет и мн. др.	ОРЗ, стоматит, воспаление мочевыводящих путей, мочекаменная болезнь, зубная боль, кожные заболевания
*Хвощ полевой, <i>Equisetum arvense</i> L. — трава	Пестушки, пестик, толкачик, елка и мн. др.	Отеки, туберкулез, стоматит, фарингит
*Хмель обыкновенный, <i>Humulus lupulus</i> L. — трава	Душечник, хмельник, путянка и др.	Невроз, бессонница, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, гастрит, отеки, тромбоз, туберкулез легких и кожи, пиелонефрит, цистит, угри, климакс, выпадение волос, моче-кислый диатез
Хрен обыкновенный, <i>Armoracia rusticana</i> Gaertn. — корень	Варуха, ложечная трава, казацкий прострел и др.	Снижение секреции желез ЖКТ, снижение перистальтики кишечника, гастрит с пониженной кислотностью, хронический колит, холецистит, зубная боль, гнойные раны, радикулит, ишиас, гнездная плешивость, себорея, веснушки, дерматомикозы, пигментные пятна

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
Петрария исландская, <i>Cetraria islandica</i> (L.) Ach. — трава	Исландский мох, колючка, лопостянка и др.	Пониженное выделение желудочного сока, хронический запор, туберкулез и воспаление легких, бронхит
Цикорий обыкновенный, <i>Cichorium intybus</i> L. — трава	Баранья трава, батожи, петровы батоги и мн. др.	Воспаление слизистых оболочек ЖКТ, холецистит, нефрит, отеки, избыточный вес; местно — кожная сыпь, угри, фурункулез и др. заболевания кожи
*Чага, <i>Inonotus obliquus</i> (Pers.) Pkl. — плодовое тело гриба	Березовый гриб	Гастриты, в комплексной терапии опухолевых заболеваний желудка
Чайное дерево, <i>Melaleuca alternifolia</i> L. — масло	Мелалеука	Местно — как антибактериальное и иммуномодулирующее средство при заболеваниях ротовой полости, кожи, дыхательной и женской половой системы; косметическое средство
*Чемерица белая, <i>Veratrum album</i> L. — трава	Чемерица	Исключительно местно (!) ревматические боли, миозит, радикулит, лишай, экзема, чесотка
*Черда трехраздельная <i>Bidens tripartita</i> L. — трава	Золотушная трава, кошки, причепа, аверин чай	Аллергические заболевания кожи, себорея, псориаз, фурункулез

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
*Черемуха обыкновенная, <i>Radus avium</i> Mill. — плоды	Борошник, черемуха, птичья маевка и мн. др.	Нарушение пищеварения, воспаление слизистой оболочки ЖКТ, дизентерия (период выздоровления), головная боль, заболевания сердца, спазм желудка, туберкулез легких, бели, зубная боль, кашель, бронхоспазм, раны, трихомонадный кольпит
*Черника обыкновенная, <i>Vaccinium myrtillus</i> L. — плоды, лист	Боровка, чернец, черные ягоды и мн. др.	Снижение сумеречного зрения, легкие формы диабета, понос, гастрит с пониженной кислотностью, раны, геморроидальные кровотечения, бели
Чеснок, <i>Allium sativum</i> L. — луковича	Лук-чеснок, чеснок огородный, устрой и др.	Атония кишечника, гнилостные процессы ЖКТ, бронхит, энтероколит, метеоризм, гнойные и длительно не заживающие раны, насморк, профилактика гриппа, атеросклероз
*Чистотел большой, <i>Chelidonium majus</i> L. — трава	Адамова голова, чистуха, сметанник, бородавочник, чистогол и мн. др.	Системная красная волчанка, холецистит; местно — различные заболевания кожи, трихомонадный кольпит, эрозия шейки матки, мозоли, бородавки
*Шалфей лекарственный, <i>Salvia officinalis</i> L. — трава	Шалфей аптечный, шалвий, шалфейница и др.	Воспалительные заболевания верхних дыхательных путей и ЖКТ, стоматит, проливные поты при туберкулезе

Ботаническое название (русское и латинское), используемая часть	Бытовые и иные названия растений	Основные показания для применения
*Шиповник майский, <i>Rosa majalis</i> Nettm. — плоды	Собачья роза	Психофизическое напряжение, острые и хронические заболевания с недостатком витамина С; склероз, гипертония, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки
Щавель обыкновенный, <i>Rumex acetosa</i> L. — наземная часть	Щавель огородный	Понос, долго не заживающие раны и трофические язвы, лихорадка, грибок волосистой части головы, фурункулез
*Эвкалипт шаровидный, <i>Eucalyptus globulus</i> Labill. — лист, масло	Бесстыдница, эвкалипт австралийский	Воспаление легких, носоглотки и глаз, бронхит, недостаточное отделение слюны и желудочного сока; местно — неврит, люмбаго, ревматизм
*Элеутерококк колючий, <i>Eleutherococcus senticosus</i> (Rupr. et Maxim.) Maxim. — корень	Свободногодник колючий, дикий перец, чертов куст и др.	Снижение умственной и физической работоспособности, повышенное содержание холестерина крови, невроз, последствия сотрясения мозга, раны, умеренно выраженный диабет, климакс, атеросклероз, энтерит, хронический холецистит
Яблоня лесная, <i>Malus sylvestris</i> (L.) Mill. — плод	Дичка	Нарушение пищеварения, ожирение, подагра, атеросклероз, хронический энтерит в сочетании с запорами, анемия, воспалительные заболевания кожи лица
Ячмень обыкновенный, <i>Hordeum vulgare</i> L. — трава, крупа	Ячмень	Воспаление ЖКТ, цистит, пиелонефрит, аскаридоз, диетпитание

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Определение степени зараженности растительного сырья амбарными вредителями

Метод определения степени зараженности сырья амбарными вредителями изложен в ГФ XIII — ОФС 1.5.3.0002.15.

При анализе определяют степень зараженности по наличию клещей и насекомых в пересчете на 1 кг сырья.

Пробу просеивают сквозь сито с отверстиями размером 0,5 мм. В сырье, прошедшем сквозь сито, проверяют наличие клещей (под лупой), а в сырье, оставшемся на сите, — моли, точильщика, долгоносика и их личинок, живых и мертвых насекомых. Различают три степени зараженности вредителями:

1-я степень — в 1 кг сырья не более 20 клещей или не более 5 насекомых;

2-я степень — более 20 клещей, свободно передвигающихся по поверхности сырья и не образующих сплошных масс, или 6–10 экземпляров моли, точильщика и их личинок и др.;

3-я степень — клещи образуют сплошные войлочные массы, движение их затруднено, или более 10 экземпляров насекомых в сырье (моль, точильщики и их личинки и др.).

Сырье, зараженное вредителями, после дезинсекции просеивают сквозь сито с отверстиями 0,5 мм (при зараженности клещами) или 3 мм (при зараженности другими вредителями).

После обработки сырье 1-й степени зараженности вредителями может быть допущено к медицинскому применению. При 2-й степени и, в исключительных случаях, при 3-й степени зараженности сырье может быть использовано только для переработки с целью получения индивидуальных веществ. В остальных случаях сырье подлежит уничтожению!

Определение измельченности лекарственного растительного сырья

При определении измельченности аналитическую пробу помещают на сито, указанное в соответствующем нормативном документе на данный вид лекарственного сырья, и осторожно, плавными вращательными движениями просеивают, не допуская дополнительного измельчения. Просеивание измельченных частей считается законченным, если количество сырья, прошедшего сквозь сито при дополнительном просеве в течение 1 минуты, составляет менее 1% сырья, остающегося на сите.

Для цельного сырья частицы, прошедшие сквозь сито, взвешивают и вычисляют их процентное содержание к массе аналитической пробы.

Для просеивания резаного, измельченного, дробленого, порошкованного сырья берут два сита. Пробу сырья помещают на верхнее сито и просеивают. Затем отдельно взвешивают сырье, оставшееся на верхнем сите и прошедшее сквозь нижнее сито, и вычисляют процентное содержание частиц, не прошедших сквозь верхнее сито, и содержание частиц, прошедших сквозь нижнее сито, к массе аналитической пробы. Допустимая норма содержания измельченных частиц для каждого вида сырья указана в соответствующем нормативном документе.

Определение содержания примесей

Оставшуюся часть аналитической пробы после отсева измельченных частиц (для цельного сырья) или сход с верхнего сита (для измельченного, дробленого сырья) помещают на чистую гладкую поверхность и лопаточкой или пинцетом выделяют примеси, указанные в НД на лекарственное растительное сырье. Обычно к примесям относят:

- части сырья, утратившие окраску, присущую данному виду (побуревшие, почерневшие, выцветшие и т. д.);
- другие части этого растения, не соответствующие описанию сырья;

- органическую примесь (части других неядовитых растений);

- минеральную примесь (земля, песок, камешки).

Одновременно обращают внимание на наличие амбарных вредителей.

Каждый вид примеси взвешивают отдельно и вычисляют процентное содержание к массе аналитической пробы.

Определение влажности лекарственного растительного сырья

Воздушно-сухое сырье обычно содержит 10–14% гигроскопической воды. Повышенное содержание влаги в сырье приводит к его порче: изменяется окраска сырья, появляются затхлый запах, плесень, разрушаются действующие вещества. Такое сырье использовать нельзя. Поэтому нормативный документ для каждого вида сырья устанавливает норму содержания влаги (влажность) не выше определенного значения.

В ГФ XIII — ОФС 1.5.3.007.15 для определения влажности в лекарственном растительном сырье принят метод высушивания до постоянной массы при температуре 100–105 °С.

Аналитическую пробу сырья измельчают до размера частиц около 10 мм, перемешивают и берут две навески массой 3–5 г, взвешенные с погрешностью $\pm 0,01$ г. Каждую навеску, предварительно высушенную и взвешенную вместе с крышкой, помещают в бюксу, ставят в сушильный шкаф, нагретый до температуры 100–105 °С (крышка бюксы должна быть открыта). Первое взвешивание листьев, трав и цветков проводят через 2 часа, корней, корневищ, коры, плодов, семян и других видов сырья — через 3 часа.

Высушивание проводят до постоянной массы. Постоянная масса считается достигнутой, если разница между двумя последующими взвешиваниями после 30 минут

высушивания и 30 минут охлаждения в эксикаторе не превышает 0,01 г. Затем вычисляют процентное содержание к массе аналитической пробы.

Определение содержания золы

Лекарственное растительное сырье содержит не только органические, но и минеральные вещества. Кроме того, лекарственное растительное сырье загрязнено минеральными примесями (песок, пыль), особенно подземные части растений, густоопушенные листья и др. Почти для всех видов сырья определяется содержание общей золы, а для сырья, используемого для приготовления настоев и отваров, определяется и содержание золы, нерастворимой в 10%-ном растворе хлористоводородной кислоты.

Общая зола — это остаток несгораемых неорганических веществ, оставшийся после сжигания и прокаливания сырья. Этот остаток состоит из минеральных веществ, свойственных растению, и посторонних минеральных примесей (земля, песок, камешки, пыль).

Зола, нерастворимая в 10%-ном растворе хлористоводородной кислоты, характеризует загрязненность сырья посторонними минеральными примесями и состоит в основном из оксида кремния.

Определение общей золы. Около 3–5 г измельченного лекарственного растительного сырья (точная навеска) помещают в предварительно прокаленный и точно взвешенный фарфоровый тигель, равномерно распределяя сырье по дну тигля. Затем тигель осторожно нагревают, давая сначала сырью сгореть. Прокаливание ведут при слабом красном калении (около 500 °С) до постоянной массы, избегая сплавления золы и спекания ее со стенками тигля. По окончании прокаливания тигель охлаждают в эксикаторе и взвешивают, вычисляют процентное содержание к массе аналитической пробы.

Определение золы, нерастворимой в 10%-ном растворе хлористоводородной кислоты. К остатку в тигле, полу-

ченному после сжигания лекарственного растительного сырья, прибавляют 15 мл 10%-ного раствора хлористоводородной кислоты. Тигель накрывают часовым стеклом и нагревают 10 минут на кипящей водяной бане. К содержимому тигля прибавляют 5 мл горячей воды, обмывая ею часовое стекло. Жидкость фильтруют через беззольный фильтр, перенося на него остаток с помощью горячей воды. Фильтр с остатком промывают горячей водой до отрицательной реакции на хлориды в промывной воде, переносят его в тот же тигель, высушивают, сжигают, прокаливают, как указано выше, и взвешивают. Постоянная масса считается достигнутой, если разница между двумя последующими взвешиваниями после 30 минут высушивания и 30 минут охлаждения в эксикаторе не превышает 0,0005 г. Затем вычисляют процентное содержание к массе аналитической пробы.

Приложение 2

Биологически активные добавки к пище

Биологически активные добавки к пище (БАД) вошли в современную медицину и фармацию сравнительно недавно. Они появились во второй половине XX века сначала в США и Японии, а затем в Западной Европе. На рынке России БАД, в нынешнем их понимании, присутствуют немногим более 20 лет.

Одной из важнейших причин появления такой новой оздоровительной продукции, как БАД, в экономически развитых странах именно в конце XX века являются огромные успехи пищевой промышленности в переработке, рафинировании, консервировании продуктов питания. Но в результате этого продукты питания потеряли былую биологическую ценность, превратились зачастую в «пустые калории». А ведь важнейшим биологическим фактором, влияющим на развитие и функционирование организма, является именно полноценное питание. Дефицит незаменимых в питании веществ (полиненасыщенных жирных кислот, пищевых волокон, витаминов, минеральных веществ и др.) привел к широкому распространению заболеваний «цивилизации»: ожирению, атеросклерозу, диабету, гипертонии, иммунодефицитам и др. БАД как раз и призваны скорректировать структуру питания современного человека, обеспечив ему полноценное питание на всех уровнях метаболизма.

В настоящее время бурно развивается новое направление медицины — *фармаконутрициология*. Это пограничная область знаний, возникшая на стыке *фармакологии* (наука о лекарствах) и *нутрициологии* (наука о питании).

БАД к пище — это концентраты натуральных или идентичных натуральным биологически активных веществ, предназначенные для непосредственного приема или введения в состав пищевых продуктов с целью обогащения раци-

она питания человека отдельными биологически активными веществами или их комплексами.

БАД получают из растительного, животного, минерального сырья, сырья микробного происхождения, а также произведенного биотехнологическим или химическим способом. Их выпускают в виде экстрактов, чаев, бальзамов, порошков, сухих и жидких концентратов, сиропов, таблеток, капсул.

Существует несколько классификаций БАД, но все они носят условный характер, так как большинство БАД многофункциональны, то есть они оказывают разностороннее положительное действие на здоровье человека, обеспечивая комплексное влияние на многие органы и системы органов организма.

БАД подразделяют на нутрицевтики и парафармацевтики.

Нутрицевтики — это источники эссенциальных микронутриентов, т.е. незаменимых в питании веществ, таких как витамины и провитамины, макро- и микроэлементы, пищевые волокна, полиненасыщенные жирные кислоты и др.

Нутрицевтики — это средства коррекции пищевого статуса человека. Собственно под пищевым статусом понимают состояние обеспеченности организма питательными веществами в данный период времени, которое определяет функционирование органов и метаболических систем организма. Действие нутрицевтиков направлено на оптимизацию питания конкретного здорового человека в зависимости от пола, возраста, биоритмов, экологических условий. Их применение позволяет ликвидировать дефицит микронутриентов; повысить неспецифическую резистентность организма к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды, к стрессам, инфекциям, нагрузкам; ускорить связывание и выведение из организма ксенобиотиков.

Парафармацевтики — это источники биологически активных веществ, которые регулируют функции

различных систем организма в пределах их нормы. В состав парафармацевтиков входят пищевые и лекарственные растения, продукты животного происхождения, а значит — такие вещества, как биофлавоноиды, органические кислоты, фенольные соединения, гликозиды, полисахариды, олигосахариды, биогенные амины, олигопептиды и т. д.

Кроме того, к парафармацевтикам относятся *пробиотики* (*эубиотики*) и *пребиотики*, нормализующие микрофлору кишечника.

Пробиотики содержат в своем составе живые непатогенные и нетоксигенные микроорганизмы, представителей защитных групп нормального кишечного микробиотического человека и природных симбиотических ассоциаций, благотворно влияющие на организм человека путем поддержания нормального состава и биологической активности микрофлоры пищеварительного тракта, преимущественно родов *Bifidobacterium*, *Lactobacillus*, *Lactococcus*, *Propionibacterium* и др.

Пребиотики — вещества (пищевые волокна, олигосахариды и др.), избирательно стимулирующие рост и / или биологическую активность представителей защитной микрофлоры кишечника. В последние годы широко используются симбиотики, содержащие в своем составе одновременно оба компонента.

Парафармацевтики ближе к лекарствам, чем нутрицевтики, но они не относятся к лекарствам и не могут их заменять.

В «Федеральном реестре биологически активных добавок к пище» приводится фармакологическая классификация БАД по направленности действия, например: влияющие на функции ЦНС, на процессы тканевого обмена, поддерживающие функцию иммунной системы и т. п.

В составе БАД запрещено использовать растения, содержащие сильнодействующие, наркотические и ядовитые вещества; антибиотики; гормоны; синтетические биологически активные вещества; потенциально опасные ткани

животных и продукты их переработки; некоторые виды микроорганизмов, ткани и органы человека.

Не подлежат включению в состав однокомпонентных БАД к пище ряд растений и продукты их переработки: аралия маньчжурская, африканская слива, валериана, гинкго двулопастный, дамиана (турнера возбуждающая), джим-нема силвестра, дикий ямс (диоскорея лохматая), женьшень, заманиха, зверобой, иглица шиповатая, йохимбе, левзея, лимонник, муира поама, по де арко (муравьиное дерево), родиола розовая, элеутерококк, юкка нитевидная.

В Санитарных правилах и нормах РФ, изданных в последние годы, установлено, что БАД должны применяться для профилактики и поддержки физиологических границ функциональной активности органов и систем человека. Такая характеристика позволяет понять, что БАД не могут заменить пищу и не предназначены для лечения заболеваний.

Биологически активные добавки к пище не являются лекарством, что обязательно указывается на этикетках. Они могут быть использованы только в следующих целях, желательно после консультации с нутрициологом:

а) как дополнительный источник пищевых и биологически активных веществ;

б) для оптимизации белкового, жирового, углеводного, витаминного и других видов обмена веществ при различных функциональных состояниях;

в) для нормализации и улучшения функционального состояния органов и систем организма, как оказывающие общеукрепляющее, тонизирующее, мочегонное, успокаивающее или иные виды действия при различных функциональных состояниях;

г) для снижения риска заболеваний;

д) для нормализации микрофлоры желудочно-кишечного тракта;

е) в качестве энтеросорбентов.

БАД к пище в основном применяются у здоровых людей по перечисленным выше поводам в состоянии

сниженной адаптации, реже в состоянии предболезни. В случае развития болезни они могут применяться исключительно как дополнение к лекарственной терапии, не заменяя и не подменяя ее.

В данном виде БАД можно и нужно расценивать как «пищево-лекарственное» направление в фитотерапии, сформулированное еще Гиппократом: «Наши пищевые вещества должны быть лечебным средством, а наши лечебные средства должны быть пищевыми веществами».

Анализ многочисленных литературных данных последних лет позволяет сделать вывод о том, что применение БАД к пище является серьезным инструментом предупреждения сердечно-сосудистых заболеваний, поражений желудочно-кишечного тракта, опорно-двигательного аппарата, эндокринной системы и многих других заболеваний.