

ВЫСШЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ

КУЛЬТИВИРУЕМЫЕ И ДИКОРАСТУЩИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ



В. Е. Ториков
И. И. Мешков



E.LANBOOK.COM

В. Е. ТОРИКОВ, И. И. МЕШКОВ

**КУЛЬТИВИРУЕМЫЕ
И ДИКОРАСТУЩИЕ
ЛЕКАРСТВЕННЫЕ
РАСТЕНИЯ**

*Монография
Издание второе, стереотипное*



ЛАНЬ

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ
МОСКВА
КРАСНОДАР
2023

УДК 633.8
ББК 42.143я73

Т 60 Ториков В. Е. Культивируемые и дикорастущие лекарственные растения : монография / В. Е. Ториков, И. И. Мешков. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 272 с. : ил. — Текст : непосредственный.

ISBN 978-5-507-46960-4

В монографии дано краткое описание, распространение и экология основных видов культивируемых и дикорастущих растений. Приведены их лекарственные и целебные свойства, изложены наиболее распространенные рецепты приготовления лекарственного сырья, схемы их применения в домашних условиях. Изложены варианты наиболее распространенных фитосборов, суспензий, эмульсий, настоев, отваров, экстрактов, сиропов, а также отдельные рецепты приготовления овощных блюд, соков и морсов из плодово-ягодных культур.

Будет полезна студентам, обучающимся по направлениям подготовки «Агрономия» (бакалавриат и магистратура), «Сельское хозяйство» (аспирантура).

УДК 633.8
ББК 42.143я73

Рецензенты:

С. Н. ЕВДОКИМЕНКО — доктор сельскохозяйственных наук, профессор кафедры агрономии, селекции и семеноводства Брянского государственного аграрного университета, старший научный сотрудник Всероссийского селекционно-технологического института садоводства и питомниководства (г. Москва);

И. Н. РОМАНОВА — доктор сельскохозяйственных наук, профессор кафедры агрономии и экологии Смоленской государственной сельскохозяйственной академии.

Обложка
Е. А. ВЛАСОВА

© Издательство «Лань», 2023
© В. Е. Ториков,
И. И. Мешков, 2023
© Издательство «Лань»,
художественное оформление, 2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ПОЛЕВЫЕ КУЛЬТУРЫ	4
Целебные злаковые культуры	4
Пшеница мягкая (<i>Triticum aestivum</i> L. // <i>Triticum vulgare</i> Vill.)	4
Рожь посевная (<i>Secale cereale</i> L.)	4
Овес посевной (<i>Avena sativa</i> L.)	5
Просо обыкновенное (просо посевное, <i>Panicum miliaceum</i> L.)	6
Кукуруза (<i>Zea mays</i> L.)	6
Ячмень обыкновенный (<i>Hordeum vulgare</i> L.)	9
Растения, богатые белком	10
Горох посевной. Семейство Бобовые	10
Фасоль обыкновенная (<i>Phaseolus nanus</i> L., <i>Phaseolus vulgaris</i> L., <i>Savi</i> var. <i>nana</i> Ach.). Семейство Бобовые	11
Нут (<i>Cicer arietinum</i> L.) Семейство Бобовые	13
Чечевица пищевая (<i>Lens culinaris</i> L.). Семейство Бобовые	13
Картофель. Семейство Паслёновые	14
Масличные и эфиромасличные растения	15
Горчица белая (<i>Brassica alba</i> L. // <i>Sinapis alba</i> L.). Семейство Крестоцветные (Капустные)	15
Горчица сизая (горчица сарептская, <i>Brassica juncea</i> L.). Семейство Крестоцветные	15
Лен посевной (лен обыкновенный, <i>Linum usitatissimum</i> L.) Семейство Льновые	16
Подсолнечник масличный (<i>Helianthus annuus</i> L.). Семейство Сложноцветные	17
Сафлор красильный (<i>Carthamus tinctorius</i> L.). Семейство Сложноцветные	19
Кориандр посевной (<i>Coriandrum sativum</i> L.). Семейство Зонтичные	19
Мята перечная (мята английская, мята холодная, <i>Mentha piperita</i> L.)	20
Лофант анисовый (<i>Lophanthus adans</i> c.). Семейство Губоцветные	21
Мелисса лекарственная (мята лимонная, <i>Melissa officinalis</i> L.). Семейство Губоцветные	22
Тмин обыкновенный (<i>Carum carvi</i> L.). Семейство Зонтичные	23
Шалфей лекарственный (<i>Salvia officinalis</i> L.). Семейство Губоцветные	23
ЦЕЛЕБНЫЕ ОВОЩНЫЕ КУЛЬТУРЫ	25
Капуста и её сородичи	25
Капуста белокочанная (<i>Brassica oleracea</i> L.)	28
Капуста брокколи	30
Капуста брюссельская	31
Капуста цветная	32

Капуста листовая (зеленая)	32
Капуста кольраби	33
Краснокочанная капуста	34
Луковые овощные культуры	34
Лук порей (<i>Allium porrum L.</i>). Семейство Лилейные	36
Лук репчатый (<i>Allium cepa L.</i>). Семейство Лилейные	38
Чеснок (<i>Allium sativum L.</i>). Семейство Лилейные	39
Корнеплодные овощные культуры	41
Морковь посевная (морковь огородная, <i>Daucus sativus Rochl.</i>). Семейство Зонтичные	42
Редька посевная (редька огородная, <i>Raphanus sativus L.</i>). Семейство Крестоцветные	44
Редис	45
Репа огородная (<i>Brassica rapa L.</i>). Семейство Крестоцветные	46
Свекла столовая (<i>Beta vulgaris L.</i>). Семейство Маревые	46
Мангольд	48
Сельдерей пахучий (<i>Apium graveolens L.</i>). Семейство Зонтичные	49
Пастернак посевной (<i>Pastinaca sativa L.</i>). Семейство Зонтичные	52
Любисток лекарственный (зоря, <i>Levisticum officinale Koch.</i>). Семейство Зонтичные	54
Огурец и другие тыквенные	54
Огурец посевной (<i>Cucumis sativus L.</i>)	57
Тыква обыкновенная (<i>Cucurbita pepo L.</i>). Семейство Тыквенные	58
Цуккини	60
Арбуз	62
Дыня	62
Томат и другие Пасленовые	63
Томат (<i>Lycopersicon esculentum Mill. Solanum lycopersicum L.</i>)	64
Перец стручковый однолетний (<i>Capsicum annuum L.</i>)	65
Зеленные овощные культуры	67
Кочанный салат	67
Петрушка (<i>Petroselinum crispum (Mill.)</i>)	70
Укроп огородный (<i>Anethum graveolens L.</i>). Семейство Зонтичные	71
Фенхель обыкновенный (укроп аптечный, <i>Foeniculum vulgare Mill.</i>). Семейство Зонтичные	71
Шпинат огородный (<i>Spinacia oleracea L.</i>). Семейство Маревые	73
Майоран (<i>Origanum majorana L.</i>). Семейство Губоцветные	74
Щавель кислый (<i>Rumex acetosa L.</i>). Семейство Гречишные	74
Огуречная трава (<i>Borago officinalis L.</i>). Семейство Бурачниковые	75
Артишок колючий (<i>Cynara scolymus L.</i>). Семейство Сложноцветные	76
Ревень тангутский (<i>Rheum palmatum L.</i>). Семейство Гречишные	77
Спаржа аптечная (<i>Asparagus officinalis L.</i>). Семейство Лилейные	78
Физалис обыкновенный (<i>Physalis alkekengi L.</i>). Семейство Пасленовые	79

Хрен обыкновенный (<i>Armoracia rusticana Gaertn. Meyer et Schreb.</i>)	
Семейство Крестоцветные	80
РЕЦЕПТЫ ОВОЩНЫХ БЛЮД	82
ЯГОДНЫЕ И ПЛОДОВЫЕ КУЛЬТУРЫ	100
Клубника (земляника зеленая, полуница). Семейство Розоцветные	100
Малина обыкновенная (<i>Rubus idaeus L.</i>). Семейство Розоцветные	102
Смородина красная. Семейство Крыжовниковые	104
Смородина черная (<i>Ribes nigrum L.</i>). Семейство Крыжовниковые	104
Крыжовник	106
Лимонник китайский (<i>Schizandra chinensis Baill.</i>)	
Семейство Магнолиевые	106
Облепиха крушиновидная. Семейство Лоховые	108
Шиповник коричный (роза коричная, <i>Rosa cinnamomea L.</i>)	
Семейство Розоцветные.....	111
Кизил	114
Брусника	115
Клюква.....	116
Черника	116
КОСТОЧКОВЫЕ КУЛЬТУРЫ	118
Слива домашняя (<i>Prunus domestica L. // Prunus oeconomica Borkh. Prunus sativa P. et C.</i>). Семейство Розоцветные	118
Вишня	120
СЕМЕЧКОВЫЕ КУЛЬТУРЫ.....	122
Яблоня домашняя (яблоня садовая, <i>Malus domestica Borkh.</i>)	
Семейство Розоцветные.....	122
Яблоня лесная (<i>Malus silvestris (L) Mill. // Pirus malus L.</i>)	
Семейство Розоцветных	123
Груша	126
Айва	127
Боярышник кроваво-красный. Семейство Розоцветные.....	128
Рябина обыкновенная (<i>Sorbus aucuparia L.</i>)	
Семейство Розоцветные.....	129
Рябина черноплодная (арония, <i>Aronia melanocarpa L.</i>)	
Семейство Розоцветные.....	130
ЮЖНЫЕ РАСТЕНИЯ	131
Абрикос	131
Апельсин	132
Виноград.....	133
Гранат	135
Маслина.....	137
Персик	137
Лимон	138
Мандарин	139
Инжир	140

ДИКОРАСТУЩИЕ ЯГОДНЫЕ РАСТЕНИЯ.....	141
Брусника (<i>Vaccinium vitis-idaea</i> L.). Семейство Брусничные	141
Голубика (<i>Vaccinium uliginosum</i> L.). Семейство Брусничные	142
Ежевика (<i>Rubus caesius</i> L.). Семейство Розоцветные	143
Черника обыкновенная (<i>Vaccinium myrtillus</i> L.). Семейство Брусничные.....	144
Земляника лесная (<i>Fragaria vesca</i> L.). Семейство Розоцветные	145
Кизил (дерен, <i>Cornus florida</i> L.). Семейство Кизиловые.....	146
Кизильник черноплодный (<i>Cotoneaster melonocarpa</i> Lodd. <i>Cotoneaster vulgaris</i> Ldb.). Семейство Розоцветные	147
Черемуха.....	148
ДЕКОРАТИВНЫЕ, ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ И ТРАВЫ	149
Алтей лекарственный (аптечный, <i>Althaea officinalis</i> L.). Семейство Мальвовые	149
Клевер луговой (красный, <i>Trifolium pratense</i> L.). Семейство Бобовые.....	150
Галега лекарственная (козлятник, <i>Galega officinalis</i> L.). Семейство Бобовые.....	151
Люцерна посевная (<i>Medicago sativa</i> L.). Семейство Бобовые	151
Лядвенец рогатый (желтишка, горошек лапчатый, <i>Lotus corniculatus</i> L.). Семейство Бобовые	152
Эспарцет песчаный (<i>Onobrychis arenaria</i> (Kit.) Ser.). Семейство Бобовые.....	153
Эхинацея пурпурная (<i>Echinacea purpurea</i> Moench.). Семейство Сложноцветные.....	153
Элеутерококк колючий (перец дикий, <i>Eleutherococcus</i> <i>senticosus</i> Max). Семейство Аралиевые.....	155
Левзея сафлоровидная (<i>Leusea carthamoides</i> DC). Семейство Сложноцветные.....	156
Цикорий обыкновенный (<i>Cichorium intybus</i> L.). Семейство Сложноцветные.....	158
Баранчики (первоцвет лекарственный, <i>Primula officinalis</i> Jacq.). Семейство Первоцветных (<i>Primulaceae</i>)	160
Бархатцы распростертые (бархатцы мелкоцветные, <i>Tagetes patula</i> L.). Семейство Астровые (Сложноцветные)	161
Бузина красная (бузина обыкновенная, <i>Sambucus racemosa</i> L.). Семейство Жимолостные	162
Бузина черная (бузиновый цвет, <i>Sambucus nigra</i> L.). Семейство Жимолостные	163
Валериана лекарственная (<i>Valeriana officinalis</i> L. s.l.). Семейство Валериановые.....	164
Воробейник лекарственный (<i>Lithospermum officinalis</i> L.). Семейство Бурачниковые.....	165
Герань розовая (пеларгония, <i>Pelargonium roseum</i> Willd.). Семейство Гераниевые	166

Горец змеиный (раковые шейки, <i>Polygonum bistorta</i> L. // <i>Bistorta major</i> L.). Семейство Гречишные	167
Гортензия древовидная (<i>Hydrangea arborescens</i> L.). Семейство Камнеломковые	168
Гортензия крупноцветковая (<i>Hydrangea macrophylla</i> Ser.). Семейство Камнеломковые	169
Девясил высокий (подсолнечник дикий, <i>Inula helenium</i> L.). Семейство Сложноцветные (Астровые)	169
Девясил крупнолистный (девясил большой, <i>Inula macrophylla</i> Kar. et Kir. // <i>Inula grandis</i> Schrenk.). Семейство Сложноцветные	171
Девясил шершавый (дивуха, <i>Inula hirta</i> L.). Семейство Сложноцветные	172
Донник белый (<i>Melilotus albus</i> Desr.). Семейство Бобовые	172
Донник лекарственный (желтый, <i>Melilotus officinalis</i> Desr.). Семейство Бобовые	173
Душица белая (душица южная, <i>Origanum heracleoticum</i> L.). Семейство Губоцветные	174
Душица обыкновенная (мята лесная, <i>Origanum vulgare</i> L.). Семейство Губоцветные	174
Табак настоящий (табак папиросный, <i>Nicotiana tabacum</i> L.). Семейство Пасленовые	178
Хмель обыкновенный (<i>Humulus lupulus</i> L.). Семейство Коноплевые	179
Ель обыкновенная (ель белая, ель европейская, <i>Picea excelsa</i> Link. // <i>Picea abies</i> (L.) Karst.). Семейство Сосновые	180
Жасмин кустарниковый (<i>Jasminum fruticans</i> L.). Семейство Маслиновые	181
Женьшень (<i>Panax ginseng</i> C. A. Mey // <i>Panax schin-seng</i> Nees. v. <i>esenb.</i>). Семейство Аралиевые	181
Ива белая (ветла, <i>Salix alba</i> L.). Семейство Ивовые	186
Ирга круглолистная обыкновенная (<i>Amelanchier rotundifolia</i> Dum.). Семейство Розоцветные	187
Иссоп лекарственный (<i>Hussopus officinalis</i> L.). Семейство Губоцветные	188
Календула лекарственная (ноготки, <i>Calendula officinalis</i> L.). Семейство Сложноцветные	189
Калина обыкновенная (<i>Viburnum opulus</i> L.). Семейство Жимолостные	190
Кислица обыкновенная (<i>Oxalis acetosella</i> L.). Семейство Кисличные	192
Клюква четырехлепестная (клюква болотная, клюква обыкновенная, <i>Oxycoccus quadripetalus</i> Gilib. <i>Oxycoccus palustris</i> Pers.). Семейство Брусничные	193

Коровяк обыкновенный (медвежье ухо, <i>Verbascum thapsus L.</i>).	
Семейство Норичниковые.....	194
Коровяк лекарственный (коровяк мохнатый, <i>Verbascum phlomoides L.</i>). Семейство Норичниковые.....	195
Котовник кошачий (мята кошачья, <i>Nepeta cataria L.</i>).	
Семейство Губоцветные.....	196
Кохия венечная (<i>Kochia scoparia (L.) Schrad.</i>). Семейство Маревые.....	197
Кровохлебка лекарственная (красноголовник, <i>Sanguisorba officinalis L.</i>). Семейство Розоцветные.....	197
Крушина слабительная (<i>Rhamnus cathartica L.</i>).	
Семейство Крушиновые.....	199
Лапчатка белая (<i>Potentilla alba L.</i>). Семейство Розоцветные (<i>Rosaceae</i>).....	199
Ландыш майский (<i>Convallaria majalis L.</i>). Семейство Лилейные.....	201
Латук дикий (латук компасный, <i>Lactuca serriola L.</i>).	
Семейство Сложноцветные.....	202
Лещина обыкновенная (орешник, орех лесной, <i>Corylus avellana L.</i>).	
Семейство Березовые.....	203
Медуница лекарственная (легочная трава, <i>Pulmonaria officinalis L.</i>).	
Семейство Бурачниковые.....	204
Можжевельник обыкновенный (<i>Juniperus communis L.</i>).	
Семейство Кипарисовые.....	205
Наперстянка крупноцветковая (<i>Digitalis grandiflora Mill.</i>).	
Семейство Норичниковые.....	206
Наперстянка пурпуровая (<i>Digitalis purpurea L.</i>).	
Семейство Норичниковые.....	207
Настурция большая (<i>Tropaeolum majus L.</i>).	
Семейство Настурциевые.....	208
Нивяник обыкновенный (поповник обыкновенный, ромашка большая, <i>Leucanthemum vulgare Lam.</i>). Семейство Сложноцветные.....	209
Одуванчик лекарственный (<i>Taraxacum officinale Weber.</i>).	
Семейство Сложноцветные.....	210
Окопник лекарственный (<i>Symphytum officinale L.</i>).	
Семейство Бурачниковые.....	211
Пион белый (<i>Paeonia abbiflora Palle.</i>). Семейство Лютиковые.....	212
Пион уклоняющийся (марьин корень, <i>Paeonia anomala L.</i>).	
Семейство Лютиковые.....	213
Пиретрум большой (кануфер, <i>Pyrethrum majus (Desf.) Tzvel.</i>).	
Семейство Астровые.....	214
Подорожник большой (подорожник обыкновенный, <i>Plantago major L.</i>).	
Семейство Подорожниковые.....	215
Пустырник сердечный (<i>Leonurus cardiaca L.</i>).	
Семейство Губоцветные.....	216
Родиола розовая (золотой корень, <i>Rhodiola rosea L.</i>).	
Семейство Толстянковые.....	217

Ромашка аптечная (ромашка лекарственная, <i>Matricaria recutita</i> L. // <i>Leucanthemum chamomila</i> L.). Семейство Сложноцветные.....	218
Ромашка непахучая (ромашка собачья, <i>Matricaria inodora</i> L.). Семейство Сложноцветные.....	220
Синюха голубая (<i>Polemonium caeruleum</i> L.). Семейство Синюховых.....	220
Сирень обыкновенная (<i>Syringa vulgaris</i> L.). Семейство Маслиновые.....	221
Спирея (дихроа противохорадочная, <i>Dichroa febrifuga</i> Lour.). Семейство Розоцветные.....	222
Спорыш (гусятник, мурыжник, гречиха птичья, горец птичий, <i>Polygonum aviculare</i> L.). Семейство Гречишные.....	223
Тимьян обыкновенный (тимьян душистый, чабрец садовый, <i>Thymus vulgaris</i> L.). Семейство Губоцветные.....	224
Фиалка душистая (<i>Viola odorata</i> L.). Семейство Фиалковые.....	225
Фиалка трехцветная (анютины глазки, <i>Viola tricolor</i> L.). Семейство Фиалковые.....	226
Форзиция поникшая (<i>Forsythia suspense</i> L.). Семейство Масличные.....	227
Чай курильский кустарниковый (<i>Pentaphylloides fruticosa</i> (L.) O. Schwarz <i>Potentilla fruticosa</i> L.). Семейство Розоцветные.....	227
Черемуха обыкновенная (<i>Padus avium</i> Mill. // <i>Padus racemosa</i> Gillib. <i>Prunus padus</i> L.). Семейство Розоцветные.....	228
ОРИГИНАЛЬНЫЕ РЕЦЕПТЫ ФИТОЧАЁВ, РАЗРАБОТАННЫЕ В ООО ССП «ЖЕНЬШЕНЬ» (БРЯНСКАЯ ОБЛАСТЬ, УНЕЧСКИЙ РАЙОН, Д. ПЕСКИ).....	230
ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ФОРМЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В ФИТОТЕРАПИИ.....	242
СПИСОК НАУЧНЫХ РАЗРАБОТОК УЧЕНЫХ БРЯНСКОГО ГАУ ПО ФИТОТЕРАПИИ В ВЕТЕРИНАРИИ, ТРАДИЦИОННОЙ И НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЕ.....	256
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	258