**Фитотерапия в СССР**

«Ничто не может быть ошибочнее, как отбрасывать прошедшее, служившее для достижения настоящего». Л. И. Герцен

Археологические раскопки последних лет обнаруживают следы материальной культуры и останки людей, живших на территории Советского Союза в доисторический период, помогающие установить время первоначального заселения нашей Родины первобытным человеком.

В Восточной Грузии в местности Удабно найдены останки древней человекообразной обезьяны — удабнопитека, обитавшего в эпоху миоцена. В Армении, на склоне холма Сатани-дар, найдены останки становища древнейших людей шельской эпохи.

В результате этих исследований установлено, что наиболее южные территории СССР входили в область первоначального зарождения человека, как ее называл Ф. Энгельс.

Наиболее ранние письменные источники говорят уже достоверно о широком применении лекарственных растений всеми нашими народами.

Народной медициной Грузии при лечении различных заболеваний всемерно использовалась богатая флора ее и отчасти фауна. Широкой популярностью в народной медицине Грузии пользовались сиропы и соки из фруктов, особенно арбузный и гранатный. Измельченные, а иногда и толченые растения отваривались в воде, молоке и вине. На пшеничной муке древние лекари Грузии замешивали различные мази. Отвар листьев и трав производился в открытых и герметически закрытых кувшинах. Лекарства сохранялись в особых сосудах, изготовленных из дерева, глины и воска.

Грузией интересовался Гиппократ, он посетил ее и оставил подробное описание этого края.

По далеко не полным данным, опубликованным в медицинской печати в начале XIX века, в числе народных лекарственных средств, употреблявшихся в Грузии, насчитывалось 599 веществ, в том числе 372 растительных, 58 животных и 95 лекарств сложного происхождения (Б. X. Рачвелишвили).

В народной медицине Армении с незапамятных времен преимущественным лечебным средством были целебные травы и коренья, которые тоже вывозились за пределы Армении.

Уже в IV веке, по свидетельству историка того времени Арцруни, в Армении создавались сады, где выращивались растения «не только для приятных зрительных удовольствий и обонятельных наслаждений, а и для приготовления из них лекарств». Во время порабощения Армения продолжала оставаться местом вывоза лекарственных растений. Отсюда, например, арабские врачи получали под названием «зуфа» траву иссоп, особенно ценившуюся как средство против лепры.

Из 1700 названий лекарственных веществ, упоминаемых Амирдовлатом (XV век), большая часть — растительного происхождения (Л. А. Оганесян, С. Я. Золотницкая, 1958).

В народной медицине Азербайджана в качестве лечебных средств применялось огромное количество лекарств из растительного мира. По письменным памятникам видно, что здесь накопилось большое количество сведений о целебных свойствах растений и их отдельных частей. Многие «сайру» (так тогда называли болезнь) полностью излечивались лекарственными растениями. Некоторые из них, как валериана, подорожник, донник, тысячелетник, мята, полынь, сабур, салеп, кукурузные волоски, гранатная корка и многие другие, являлись излюбленными народными средствами. Часто применялась дикая мята (ярпыс) как средство для лечения ран.

Свыше 800 лет назад Низами Гянджеви, известный писатель и публицист, хорошо знакомый с современной ему медицинской литературой, в своих произведениях передал народные сведения о свойствах многих лекарственных растений: незрелых абрикосов как средства, повышающего кровяное давление, яблок как укрепляющего средства при заболеваниях сердца и мозга; свойствах граната как противоглистного, закрепляющего и противолихорадочного средства; золы от сжигания растений как жаждоутоляющего средства; чеснока как средства при желудочно-кишечных заболеваниях и заболеваниях полости рта; розовой воды как обезболивающего средства при головных болях. Розовая вода тоже принадлежит к излюбленным средствам народной медицины Азербайджана. Ею отмечено, что арбузный сок растворяет камни в почках и мочевом пузыре (И. К. Эфендиев, 1964).

Современные исследователи народной медицины Азербайджана установили, что ею применяются при ряде заболеваний кожи определенные лекарственные растения: при поверхностных пиодермитах — антисептические и дезинфицирующие средства — кора дуба каштанолистного, листья розы махровой, красный можжевельник; при глубоких пиодермиях применяют лекарственные растения, сочетающие противовоспалительное и рассасывающее действие — горец разнолистный, листья капусты огородной, мяты длиннолистной, листья и трава полыни однолистной, корни лопуха и щавеля курча вого, семена льна. Для лечения ожогов используют траву зверобоя, лук; для лечения сибирской язвы—листья подорожника ланцетовидного и корни лопуха. Экзема и другие дерматиты, сопровождающиеся зудом кожи, в народной медицине лечатся применением внутрь водных отваров из листьев крапивы двудомной и местно огуречным соком. При чешуйчатом лишае используются листья ежевики, стебли шиповника собачьего, корни девясила высокого и плоды можжевельника (Г. А. Айвазов, Р. Г. Гаджи-ев, 1961).

В Средней Азии крупнейший таджикский ученый и врач средневековья Абу Али Ибн-Сина (Авиценна, 980—1037) в своем капитальном сочинении «Ведущий канон», одном из первых и значительных трудов по фитотерапии, дал обоснование применения лекарственных растений в медицине. Эта книга наряду с трудами Гиппократа, Диоскорида и Галена являлась в эпоху средневековья одним из основных источников медицинских знаний.

У Авиценны из 811 описанных простейших лекарств 612 — растительного происхождения. Авиценна, в частности, применял с лечебной целью каперц колючий при геморрое, желтухе, головной и зубной боли, воспалении седалищного нерва и при загрязнении ран.

В настоящее время корни каперцев были подвергнуты исследованию и, по данным А. П. Орехова, в них найден алколоид каппаридин, он же в небольшом количестве обнаружен и в наземных частях (П. С. Массагетов). Установлено, что 10—20% отвар корней при внутривенном введении 25 собакам в дозе 2—10 мг/кг понижает артериальное давление на 35—50%. Отвар корней каперцев 1:3000 и 1:5000 расширяет сосуды изолированных задних конечностей лягушки, а спиртовая настойка и водный отвар корней укорачивают время свертывания крови здоровых собак и с экспериментальной дикумари-новой гемофилией (М. М. Мансуров, М. К. Рахимова, 1960).

Следовательно, назначение Авиценной корней каперцев при определенных заболеваниях тысячу лет назад вполне соответствует результатам фармакологических исследований, проведенных на современном научном уровне.

У народов Прибалтики начало знакомства с местными лекарственными растениями и их использованием относится к VIII—VII тысячелетию до н. э. Семена, найденные при археологических раскопках городищ эпохи раннего феодализма, подсказывают о применявшихся тогда лекарственных растениях.

В Риге уже в 1291 г. существовали две аптеки, торговавшие пряностями и лекарственными травами. В XV веке появляются аптеки и в других городах. В 1410 г. в Таллине была основана аптека, существующая и в настоящее время. Часто при аптеках создавались «аптекарские сады», где выращивались лекарственные травы. Первое упоминание о существовании такого сада в Риге относится к 1420 г.

Основным источником лекарственных средств для древних латышей и позже при феодализме и капитализме служил растительный мир. Из трав наибольшей известностью пользовались валериана, пижма, божье дерево, полынь горькая. При различных заболеваниях применялись определенные травы. Так, в терапии чахотки использовали тысячелистник, живокость полевую, красную смородину, будру, отвар черноголовки и богульник.

Коклюш лечили мятой с сахарным сиропом, васильком, анютиными глазками, липовым цветом, чабрецом, черникой, картофельным цветом.

При кашле использовали богульник, можжевельник, жостер, тысячелистник, землянику, кассию, жареный лук, первоцвет желтый.

При жалобах на боль в горле, воспалении миндалин и затрудненном дыхании применяли сок лука, арнику, черную редьку с медом.

При «болезнях груди» употребляли липовый цвет, лигустикум, арнику, корень аира с водкой, пили чай сладко-горького паслена, корень валерианы, вахру.

Запор устраняли молочаем, отваром петрушки. От поноса принимали цвет ноготков, березовый уголь и пробочную золу, настоенную на водке, цветы подорожника, корень аира, корень лапчатки, ромашку, тмин, чернику.

В качестве мочегонного средства рекомендовались петрушка, крапива, василек, черемуха и для детей подорожник, а как потогонное — листья яблони и цвет липы.

Лекарственные растения применялись в виде настоя, отвара, компрессов, втираний, соломенных подстилок (К. Г. Васильев, Ф. Ф. Григораш, 1964; К. Я. Ярон, 1966).

Литовский народ также пользовался в основном своей народной эмпирической медициной. Западноевропейская научная медицина, проникавшая в Литву в эпоху феодализма, была недоступна для широких слоев населения. Приезжавшие иноземные врачи обслуживали королей с их приближенными и крупнейших феодалов. Представители этой медицины относились с пренебрежением к народной медицине (В. Г. Мицельмахерис, 1964).

Народная медицина Литвы всемерно стремилась в первую очередь использовать растительные лечебные средства. Флора Литовской ССР насчитывает 2300 видов растений, из которых 2000 видов народная медицина использовала в лечебных целях (Е. П. Шимкунайте).

Исторические данные свидетельствуют о том, что в деле заготовки, хранения и применения растений и других целебных средств большую роль играли женщины. Так, например, свойства опия как успокаивающего средства, уксуса при простудных заболеваниях, вареного лука при язвенных процессах впервые были подмечены женщинами.

У каждого народа Советского Союза имеется собственный опыт врачевания травами и свой подбор лекарственных растений, исходя из особенностей местной флоры. Вместе с тем этот опыт имеет много общего, он накапливался не без заимствования у соседних народов. Изучение и опубликование истории фитотерапии, охватывающей фитотерапию всех народов СССР, потребовало бы участия коллектива авторов и представляло бы значительный по объему труд, что, конечно, не входит в задачу настоящей книги.

Пожалуй, наиболее многочисленные письменные источники имеются по русской народной фитотерапии, обобщение которых позволяет выявить и характерные черты развития фитотерапии народов СССР.

Данных о начальном периоде развития фитотерапии сохранилось немного, но свидетельства некоторых историков несколько приоткрывают завесу прошлого.

В государстве Антов, предшественника Киевской Руси, а до этого у скифов, обитавших в Северном Причерноморье от Днепра до Дона (VII век до н. э. — I век н. э.), в лечебной практике с успехом употреблялось много растений.

Плиний Старший (23—79 гг. н. э.), видный римский ученый и писатель, отмечал, что скифские лекарственные растения использовались как прекрасное лечебное средство не только в Скифии, но и далеко за ее пределами — в Греции, Италии, куда они вывозились и где их очень высоко ценили. О распространении скифских лекарственных растений свидетельствуют также римские писатели Катон Старший и Плавт, жившие на рубеже III—II веков н. э. Геродот, Аристотель и другие историки упоминают о скифских лекарственных растениях.

Скифы разводили лекарственные растения в огородах, садах, как это было позднее в Киевской и Московской Руси (Н. С. Думка). Опыт скифов по лечению травами через антов был передан и использован лекарями-профессионалами и народом Киевской Руси. Этими профессионалами вначале были волхвы — лица, обслуживавшие потребности народа в языческом культе. Волхвы были знатоками лекарственных трав, или «зелий», и в летописях их часто называют «зелийниками».

С переходом к христианству лечение травами осуществлялось священнослужителями и одновременно народными лекарями — ведунами, знахарями. Это были первые носители медицинских знаний в древней Руси, которые пользовались знаниями о лекарственных растениях и их лечебных свойствах, накопленными самим русским народом и передававшимися из поколения в поколение устно.

В IX—X веках в Киевскую Русь стали постепенно проникать сведения о лекарственных травах и их лечебном применении из других стран, главным образом из Византии, откуда в Киев приглашали разных специалистов, в том числе и врачей.

Первым врачом на Руси был грек Моанн Смер (1053—1125), приглашенный Владимиром Мономахом. Лекарства — сушеные травы — привозились из Константинополя (Царьграда) и из Генуэзских колоний в Крыму.

Приглашенные иноземные врачи обслуживали лишь княжеский двор, привозимых «заморских трав» хватало только для князя и его приближенных. Князья часто доверяли также свое здоровье и жизнь русским лекарям-самоучкам. Народ же продолжал лечиться местными травами и прибегать к услугам лекарей-травников, знахарей или использовать собственные знания о целебных свойствах тех или иных трав.

Под травами подразумевались, а иногда и теперь подразумеваются не только собственно травы — надземная часть растения, но и корень, кора, лист, цвет, плод, семена, почки, т. е. включая все органы как трав, так и кустарников, деревьев.

В XI веке возникают монастыри и при них сосредоточивается врачевание, организуется сбор и обработка лекарственных трав. В конце XI века киевский митрополит Ефрем приказал строить в Переяславле при монастыре «строение банное и врачеве» для бесплатного лечения приходящих больных.

В кормчей книге некоторых монастырей в числе церковных людей упоминается «лечец». Эти люди, пользуясь данными русской народной и греческой медицины, являлись авторами многих рукописных травников, лечебников, зелийников, которые потом во множестве копий распространялись в народе.

О широком использовании растений для лечения в древней Руси свидетельствует замечательный памятник русской культуры XI века «Изборник Великого князя Святослава Ярославовича». Переведенный в X веке с греческого на болгарский язык в Болгарии, а в 1073 г. переписанный на Руси для киевского князя Святослава, сына Ярослава Мудрого, этот компилятивный сборник наряду с другими медицинскими знаниями приводит описание ряда лекарственных растений, применявшихся в то время на Руси.

Авторы «Изборника» среди лекарственных средств чаще упоминают «былия» и «зеленину». Считалось, что свежие растения помогают лучше, поэтому, например, плоды, овощи, зелень назначались больному в «суровом» (невареном) виде. В «Изборнике» рекомендуется употреблять растительные продукты больше, нежели другие сорта пищи.

В XIII—XV веках почти все ранние рукописи по медицине погибли в огне пожаров, во время войн и других стихийных бедствий (частые междоусобицы князей, татарское нашествие). Сведения за этот период чрезвычайно скудны, но, конечно, использование растений для лечения не прекращалось.

После свержения татарского ига установилась связь между Русью и западноевропейскими странами. В Москве при Иване IV в 1581 г. открылась первая аптека исключительно для обслуживания царского двора по западноевропейскому образцу во главе с аптекарем, приглашенным из Англии, Джемсом Френчем.

Иноземные аптекари применяли ассортимент западноевропейского лекарственного сырья, ввозимого из-за границы, и травы, которые собирались специальными знатоками — «помясами» — для нужд аптеки.

Умный и дальновидный государственный деятель Иван Грозный понимал, что забота только о здравии царствующего дома недостаточна для благополучного царствования его. Большое значение поэтому имело другое начинание, тоже в 1581 г., — основание Аптекарской избы, в задачу которой входила организация сбора лекарственных трав на территории Руси. Организация избы — начало самостоятельного медицинского управления в России.

В конце XVI века при Борисе Годунове изба была преобразована и стала называться «Обтекарьским приказом». Приказ с сушильнями, складами, аптеками и другими помещениями находился близ Чудова монастыря. Во главе был поставлен «обтекарьский боярин».

Приглашенные к делам приказа вначале иностранные врачи, несмотря на высокие оклады и большие привилегии, не были заинтересованы в прогрессе русской медицины.

В недрах приказа зародилось движение за использование и изучение на основе русской народной медицины отечественных лекарственных трав. Чтобы избавиться от иноземной зависимости, к сбору лекарственного сырья Аптекарским приказом были привлечены широкие слои населения: специа-листы-«травщики», крестьяне, казаки, ремесленники и их дети. Руководство сбором и обработкой растений на местах проводили лекари и аптекари из приказа.

В этот период на Руси начинает больше появляться медицинской литературы, к числу которой относятся так называемые вертограды — переводные рукописные травники, своего рода медицинские энциклопедии. В «вертограде» описывается лечебное применение растительных, животных и минеральных веществ, но свое название он получил от основного содержания, посвященного растительному лечебному сырью («вертоград» значит сад, цветник, огород).

Наибольшей популярностью пользовался «вертоград» переведенный Николаем Булевым. Он постоянно и многократно переписывался в течение почти трех столетий, до конца XVIII века. Им пользовались врачи и образованные люди того времени в качестве лечебника.

Русские «вертограды» являлись творческим, а не компилятивным трудом переводчиков и переписчиков. Много добавлений вносилось в иностранные оригиналы, и описание русских лечебных трав и их применение приводились в соответствие с установившимися у нас навыками их использования. Приписки, что определенное растение «растет на Коломне» или «растет на Руси множественно», — свидетельство этому.

Изящно выполненный древнерусским художником рисунок лекарственного растения «петров крест» (клевера). Из «Вертограда» по списку XVII века, хранящемуся в Государственной публичной библиотеке имени М. Е. Салтыкова-Щедрина.

Рекомендуя укроп как лечебное средство, переводчики прибавляли, что — «укроп — трава, всеми русскими людьми знаемая».

Советский исследователь древнерусского врачевания Н. Я. Богословский пишет: «...скупой в описании чужеземных зелий русский переводчик до предела спешил поделиться своими сведениями, когда дело касалось земли отцов и прадедов».

В «вертоградах» приведено более тысячи ботанических видов лекарственных растений. В некоторых рукописях имеются рисунки трав, сделанные пером. Большое внимание уделялось лечению крапивой, черемухой, листьями дуба, луком, чесноком. Уже тогда было известно полезное лечебное действие ландыша при сердечных заболеваниях. «Вертограды» считаются и первыми массовыми справочниками по сбору и лечебному применению лекарственных растений для русского люда.

К числу переводных медицинских рукописей XVII—XVIII веков относятся рукописи под названием «Прохладные вертограды». Последние содержат более краткие, чем в «вертограде», сведения о растениях без описания их.

В «Прохладном вертограде», хранящемся в Государственной публичной библиотеке имени М. Е. Салтыкова-Щедрина, говорится о лечении головной боли, болезней печени, сердечных приступов, детских и других заболеваний.

Другим видом рукописей по лекарственным растениям того времени являются рукописи под названием «О перепущении вод», в основу которых положено сочинение Иеронимуса Бруншвига в XVI веке. Этот вид древней медицинской литературы был рассчитан не на простой народ или рядового «лечца», а на образованных людей, имевших некоторые фармацевтические знания.

Страница из русского рукописного «Вертограда» по списку XVII века с надписями на полях на польском языке. Государственная публичная библиотека имени М. Е. Салтыкова-Щедрина.

Лечение «перепущенными водами» сводилось к употреблению воды, получаемой в результате кипячения ее с травами и последующей отгонкой и охлаждением водяного пара. Эта процедура требовала много времени, знаний, специальной аппаратуры, которыми простой человек и не всякий рядовой «лечец» мог располагать. Процесс перегонки растений с водой применялся давно и был известен арабам уже в VIII веке.

В этих рукописях приводилось тоже около тысячи названий растений, давались советы изучать и осваивать флору своей местности. Переводчики опускали некоторые средства и способы лечения и делали дополнения с учетом особенности русской природы и опыта отечественного врачевания.

Сохранился перевод с польского языка сочинения краковского профессора Симона Сирениуса (XVII век) с рисунками растений, сделанными пером, объемом около 400 листов. Рукопись содержит подробное описание растений, времени и места сбора, способов их медицинского применения.

Аптекарский приказ, созданный первоначально как придворное учреждение, после перерыва в течение смутного времени был восстановлен в середине XVII века и стал государственной организацией по обслуживанию медицинской помощью не только царского двора, но и войска. Аптекарский приказ выполнял также функции по сбору, розыску новых и разведению лекарственных трав.

В XVII веке, судя по сохранившимся рукописным лечебникам и спискам среди собираемых Аптекарским приказом лекарственных трав, наиболее часто

встречались следующие растения: аир — корневище; береза — лист, почки, сок; борщевик — трава; вахта (трифоль) — лист; донник — трава; дуб — кора, желуди; дягиль — корень; земляника — лист, ягоды; зоря (любистик) — трава; иссоп — трава; калина — кора, ягоды; липа — цветы; лопух — корневище; лук — луковица; можжевельник — ягоды; мята кудрявая — лист; пион — корень; полынь — трава; подорожник — лист, семена; редька — корень; тополь — почки; тысячелистник — трава; хвощ — трава; хрен — корень; черемуха — цвет, листья; чеснок — луковица; шалфей — лист.

В «Сборнике» русского археологического общества» (В. Л. Ламанский, 1861) имеется несколько чертежей Аптекарского приказа с нанесенными на них огородами и садами, где культивировались лекарственные растения. Большое внимание в них уделялось шиповнику (называвшемуся своробори-ной), который предназначался для лечения его плодами раненых и больных цингой во время военных походов, а также стрельцов, находившихся в отдаленных гарнизонах.

Иностранные врачи, жившие в Москве в то время, говорили, что «московские лекари покорены прелестью лука и чеснока» (А. В. Пруссак, 1953).

Большинство растений, применявшихся Аптекарским приказом, признано современной научной медициной, которая подтвердила их лечебную ценность, нашла в них ряд активно действующих веществ и, в частности, установила механизм действия «прелести» лука и чеснока.

При Аптекарском приказе была организована школа, которая готовила первых русских врачей. В 1654 г. в ней обучалось 30 стрельцов, часть которых позднее была направлена в стрелецкие полки. В приказе собиралась специальная литература на славянском и иностранных языках, видное место занимали в ней русские травники (М. Шегели, Д. Ястржемский).

В 1673 г. в Москве была открыта вторая аптека с вольной продажей «всяких чинов людям». При гражданском госпитале у Никитских ворот несколько позднее была открыта еще одна аптека. В это время начинали работать аптеки и в некоторых других городах. Одновременно создавались специальные аптекарские сады для выращивания лечебных трав. Сады эти были разбиты на правом берегу реки Неглинной, вдоль современной Моховой улицы, у Мяс-ницких ворот, в Немецкой слободе.

В древней Руси наряду с использованием богатейшей национальной флоры применялись многочисленные «зелия врачевьские», завозимые из других стран и городов, как Александрия, Багдад, Египет, Эфиопия, Аравия, Персия, Греция, Венеция, Сицилия. Наибольшим предпочтением на Руси всегда пользовались индийские «зелия». Среди других групп лекарственных средств, доставляемых из Индии, средствам растительного происхождения принадлежало важнейшее место. Наибольшим спросом пользовались индийские пряные вещества: гвоздика, черный перец, кардамон, мускатный орех, «ирной корен», или аирный, которые применялись и как лечебные средства. Немало известных в Индии и на Руси лечебных средств описано Афанасием Никитиным в его путевых заметках «Хождение за три моря».

Лекарственные травы в Москве и других городах продавались в зелийных лавках, которые упоминаются в некоторых исторических документах, относящихся к XVI веку. Владельцы зелийных лавок, являвшихся первыми аптечными учреждениями на Руси, изучали качество и лечебные свойства растений, которыми они торговали, и некоторые из них были составителями рукописных лечебников — травников.

Сбор и использование отечественных лекарственных растений получили более широкое развитие при Петре I. В 1701 г. он издал указ об организации в Москве 8 частных аптек; указом его от 11 февраля 1714 г. в Петербурге был организован аптекарский огород, существующий в Ленинграде и ныне на том же месте как Ботанический сад Академии наук СССР.

Петр I собственноручно сеял лекарственные травы в огороде и приказал присылать туда семена их из других городов.

Аптекарские сады, как известно, существовали на Руси уже давно. С созданием же аптекарского огорода в Петербурге в нашей стране наряду с культивированием лекарственных растений начались уже систематические научные работы по их изучению.

Открытая при Академии наук типография напечатала в 1732 г. в «Комментариях» академии первую печатную статью о лекарственных растениях. Это была краткая заметка И. X. Букобаума о лечебном применении ягод жимолости. В дальнейшем число печатных работ, посвященных растениям, применяемым с лечебной целью, значительно возрастало. А. Т. Болотов (1738— 1833) в своем журнале «Экономический магазин» поместил около 500 статей по лекарственным растениям.

В 1718 г. была послана специальная экспедиция в Сибирь для изыскания лекарственных растений. В 1754 г. Медицинская канцелярия, преобразованная из Аптекарского приказа, в одной из своих инструкций предписывала лекарственные растения «из чужих краев уже не выписывать».

Передовые русские ученые положительно оценивали русский народный опыт врачевания травами и считали необходимым всемерно использовать для лечения растения, в первую очередь отечественные.

Великий русский ученый М. В. Ломоносов, которому мы во многом обязаны развитием русской медицины, в своем известном письме к И. И. Шувалову 1 сентября 1766 г., излагая основные государственные задачи о «... сохранении и размножении российского народа», писал о необходимости использования народных лечебных средств, подчеркивая: «...при этом не позабыть, что наши бабки и лекари с пользою вообще употребляют». М. В. Ломоносов правильно оценил значение свежих ягод и овощей для предупреждения цинги.

Ученик М. В. Ломоносова, один из первых русских академиков, солдатский сын И. И. Лепехин (1740—1802), также внесший крупный вклад в развитие русской медицины, особенно интересовался целебными свойствами трав, употребляемых простым народом. В статье «О домашних средствах, простым народом в болезнях употребляемых» (1782—1783) он пишет: «...лучше лекарственные средства не умствованием врачей, но употреблением простолюдинов открыты были», и подтверждает это многими примерами.

И. И. Лепехин внимательно изучал народную медицину, проверял рекомендуемые ею средства, отбрасывал неверные, пропагандировал средства, оказывающие пользу. Он описал 600 видов растений, имеющих лечебное и хозяйственное значение. В частности, он отметил свойства мяты: «Она поправляет слабость желудка, утоляет тошноту, вызывает аппетит, может быть использована как мочегонное средство».

Путешествуя по России, И. И. Лепехин тщательно собирал сведения о местной народной медицине. Сохранился «лечебник», куда он заносил данные народной медицины о целебных свойствах различных трав. В нем описано 30 растений, из которых многие используются в современной медицине, такие, как жостер, мать-и-мачеха, девясил, «богороцкая» трава, серпуха, чемерица, истод, осока песчаная, крушина ломкая, чистотел, горечавка полевая, золототысячник, вахта трехлистная, полынь горькая и др. (Т. А. Лукина, 1965).

И. И. Лепехин писал, что в районе Тюмени ему не приходилось видеть крестьян, больных цингой, потому, по его мнению, что как взрослые, так и дети пили соки березы, сосны и ели.

Во время путешествий он отмечал отсутствие медицинской помощи в селах и многих провинциальных городах и поэтому считал необходимым создание лечебника для народа. В «Дневных записках» он писал: «Я разумею такое наставление, чтобы всякий крестьянин мог довольствоваться простыми былиями, на их полях растущими, чтобы слог был простой и внятный, травы природными бы изъяснены были наименованиями, а важнейших трав живые изображения, с которыми бы всяк живую траву сравнить мог. Не великий из того произойдет убыток, когда отдаленные места такими наставлениями снабжены будут даром ...».

В трудах И. И. Лепехина широко пропагандируется необходимость изучения отечественной лекарственной флоры, всемерного ее использования в лечебной практике и замены ею лекарственного сырья, привозимого из других стран. Он предлагал отказаться от иноземных трав не только из патриотических побуждений.

И. И. Лепехин высказал мысль, что для лечебных целей надо пользоваться не чужими, привезенными из далеких стран растениями, а местными, растущими в той среде и в тех условиях, которые окружают больного.

Современники И. И. Лепехина, известные русские путешественники и первые русские академики С. П. Крашенинников и П. С. Палас во время своих путешествий по России также изучали и описывали народные лечебные средства. В частности, ими была отмечена эффективность черемши (дикий чеснок) при лечении цинги. С. П. Крашенинников в своем основном труде — итоге его путешествий в сороковых годах XVIII столетия — «Описание земли Камчатской»— отметил, что «...оная черемша из-под снегу выйдет, то жители цинготной болезни не опасаются». Это средство от цинги «за действительное признала вся камчатская экспедиция».

Черемша — одно из первых весенних дикорастущих растений Сибири. Широко использовалась населением Сибири ранее и используется в настоящее время не только для лечения, но и как пищевой продукт в сыром, соленом и маринованном виде.

Хорошим средством от цинги в Сибири считаются также ягоды брусники и морошки (М. Д. Торэн).

На Камчатке опаснейшей болезнью считался фурункулез, от которого нередко умирали. В упомянутом труде С. П. Крашенинников отметил, что «морскую губку прикладывают камчадалы к чирьям, чтоб вытягивало материю, с добрым успехом». Там же приводится ряд других интересных данных по народной фитотерапии Камчатки.

В 1781—1783 гг. вышли из печати две части (труд не закончен) «Ботанического подробного словаря, или травника» Андрея Майера, который поставил своей целью описать «действие и силу всех растений, какую в теле человеческом оные для сохранения жизни и здоровья производят».

В XVIII веке профессии врача, искавшего лечебные средства в растительном мире, и ботаника часто совмещались в одном лице.

Один из выдающихся русских медиков XVIII века доктор медицины проф. Н. М. Максимович-Амбодик (1744—1812) был также автором и первого русского учебника по ботанике под названием «Ботаники первоначальные основания» (1785). Он писал, что «растения подают ему благонадежнейшие средства к отвращению, облегчению и предохранению себя от болезненных припадков и немощей, человеческому роду приключающихся». В 1789 г. была закончена его монография — четырехтомный труд «Врачебное веществословие или описание целительных растений, во врачевстве употребляемых», которая служила лечебником, пропагандирующим применение лекарственных растений, «особливо в российских пределах растущих».

Н. М. Максимович-Амбодик, которого считают основоположником отечественной фитотерапии, придавал лекарственным растениям чрезвычайно большое значение при лечении многих заболеваний. Он высказал передовую по тому времени мысль: «чем больше с природой согласно будет врачевание приключающихся человеческому роду болезней, тем больших успехов от врачебной науки и вящей пользы от употребляемых лекарств впредь ожидать можно»1

В том же 1789 г. в России было начато изучение лечебных свойств наперстянки, о чем свидетельствует найденная в Центральном государственном историческом архиве СССР в Ленинграде рукопись хирурга С. Л. Рейха «О пользе наперстянки при водянке».

Большое значение придавал отечественным лекарственным растениям как лечебному и профилактическому средству выдающийся русский полководец А. В. Суворов. «У меня ботанические средства в армии», — говорил он. В своем замечательном труде «Наука побеждать» в разделе XIII А. В. Суворов пишет: «Немецкие лекарствица издалека, тухлые, сплошь бессильные и вредные. Русский солдат к ним не привык. У вас есть в артелях корешки, травушки-муравушки».

В Финляндии, куда был отозван А. В. Суворов после взятия Измаила, в воинских частях заболеваемость и смертность от цинги, дизентерии и других кишечных инфекций были огромны. В одном из госпиталей умирало по 50 человек в неделю.

В приказе А. В. Суворова по финляндскому корпусу в 1792 г. в числе мероприятий по личной гигиене и предупреждению простудных заболеваний, кишечных инфекций и цинги указано:

«12-е) солдатское слабительное ревень и корень коневнего щавелю тоже. 19-е) Предосторожности по климату: капуста, хрен, табак, летние травы; ягоды же в свое время, спелые, в умеренности, кому здоровы».

Полководец, не знавший ни одного поражения, одержал победу и в борьбе с цингой, истинным бичом того времени.

Через некоторое время по прибытии в Финляндию А. В. Суворов писал: «Строгим соблюдением солдатского здоровья... посредством кислой капусты, табаку и хрену нет скорбута, а паче при чистоте».

Когда была установлена высокая смертность в Полоцком полку, верный помощник А. В. Суворова штаб-лекарь Белопольский составил правила для медицинских чинов, утвержденные А. В. Суворовым 16 июля 1793 г., где, в частности, указывается: «...стараться, чтобы домашними простыми лекарствами запасены были все артели, которые описаны в предписаниях его сиятельства, да еще и сверх оных, где нужно иметь корку молодой ракиты на место хины, дрок-траву, цветы донничные».

В приказе Волконского, изданного на основании приказа А. В. Суворова (№ 5 от 7/1V 1796 г.), предписывалось: «С фершалами собирать травы и коренья и иметь (их) во всякое время в большом количестве... конский щавель, корень буковицы и другие травы по лечебнику (видимо, Белопольского. — Я. H.)» (С. А. Семека, 1950).

Другой выдающийся русский полководец М. И. Кутузов тоже уделял постоянное внимание заботам о здоровье солдат и придавал большое значение суворовским травушкам-муравушкам. В приказе по войскам молдавской армии от 1/VI 1808 г. о предупредительных мерах против цинги, которая вместе с поносами и лихорадками являлась наиболее распространенной болезнью, М. И. Кутузов предписывал: «...употребление же щавеля и разных кислых трав в вареве солдатском всего более способствовать будет предупреждению цынготной болезни. Также рекомендую я, чтобы господа начальники старались о заведении квасу для солдат своих как о напитке, который кислотою своею послужит весьма к предохранению от цинги...» (Р. Е. Альтшулер, Воен.-мед. журнал, 1950).

В более тяжелом положении по отношению к заболеванию цишой, чем сухопутные войска, находились мореплаватели, отправлявшиеся в дальние походы. Не всегда можно было обеспечить их в этих походах и кислой капустой. Здесь благоприятному исходу экспедиций опять помогал опыт русской народной медицины.

И. Ф. Крузенштерн в своей книге «Путешествие вокруг света в 1803— 1806 гг.» пишет, что перед путешествием он вместе с провиантом получил 3 большие бочки черемши и после отметил, что она «может быть, есть лучшее противоцинговое средство, могущее преимущественно служить заменою кислой капусты» (М. Д. Торэн, 1964).

В XIX веке применение растений с лечебной целью в лечебных учреждениях России значительно сократилось в связи с успехами химии, позволившей выделять из лекарственных растений отдельные компоненты и применять высокоактивные лечебные препараты, получаемые из растительного сырья. Кроме того, лекарственное дело стало переходить в частные руки в результате развития капитализма в России и к концу XIX века оно почти целиком перешло к иностранным фирмам. Вместе с тем многие русские ученые не прекращали изучения и применения с лечебной целью отдельных лекарственных растений. В тот период в Россию ввозили из Германии такие лекарственные растения, которыми наша страна была богаче, чем Германия (березовые почки, ревень, можжевеловые ягоды, мать-и-мачеху и др.).

В фармакопеях второй половины XIX столетия около половины рекомендовавшихся растительных лекарственных средств относилось к отечественной флоре, другая же половина составляла импортные растения.

Выдающиеся основатели русских терапевтических школ Г. А. Захарьин, Ф. И. Иноземцев, С. П. Боткин, А. А. Остроумов и др. нередко при лечении больных прибегали к помощи лекарственных растений.

Большую роль в пропагандировании и усовершенствовании средств народной медицины сыграл Ф. И. Иноземцев (1802—1869). Эта проблема увлекала его еще со студенческой скамьи, когда он слушал лекции харьковского профессора терапевта И. Н. Рейпольского, много занимавшегося изучением средств народной медицины. Ф. И. Иноземцев стремился ввести во врачебную практику как можно больше средств, подсказанных народной медициной (Г. Архангельский, 1953). В одной из работ он писал: «Иногда мы переходим от научной эмпирии к народной, которая при лечении запутаннейших болезней неоднократно приносила нам неоспоримую пользу». В 1861 г. Ф. И. Иноземцевым были введены для медицинского применения цветы ландыша.

С. П. Боткин требовал от своих учеников изучения действующих веществ и проверки в клиниках средств народной медицины. Немало лекарственных растений, применявшихся русскими лекарями, было изучено под его непосредственным руководством. Трава горицвета была взята из народной медицины, изучена и применена с лечебной целью в 1880 г. Количество врачей, получавших медицинское образование в России, в XIX веке возрастало, но они оседали главным образом в городах. Только с созданием земской медицины в 70-х годах прошлого столетия сельское население стало получать медицинскую помощь. Необходимо учесть, что земские управления были созданы только в 34 центральных губерниях Европейской России (всего же губерний было 101) и что земские врачи работали в очень тяжелых условиях, не позволявших им обеспечить необходимой медицинской помощью всех больных своего участка. Так, в Тверской губернии в 1910 г. на одного земского врача приходилось 20200 человек населения, а средний радиус врачебного участка был равен 15 верстам при высокой эпидемиологической заболеваемости в губернии (Т. М. Казакова, 1963).

Крайне незначительное количество аптек в сельских местностях еще больше ухудшало положение с медицинским обеспечением большинства населения царской России. В 1916 г., например, в России было 216 земских аптек, из них только 26 находилось в сельских местностях.

Владельцами остальных аптек (около 4700) были частные лица, как правило, иностранцы, которые занимались главным образом перепродажей заграничных патентованных лекарств. «Народ — крестьян и рабочих — лечили какими-нибудь 5—6 лекарствами, касторкой да порошками от головной боли» (М. И. Калинин).

Вплоть до Октябрьской революции научная медицина для большинства населения царской России, особенно сельского, была, как мы видим, недосягаема. Коллективный же эмпирический опыт народа в использовании целебных свойств растений был доступен и, конечно, помогал при многих заболеваниях.

Известный русский этнограф А. А. Макаренко отмечал в 1897 г., что в Красноярском крае заболевшие цингой приисковые рабочие лечились только народными средствами: пихтовым спиртом, частым хождением в баню, ваннами из пихты и т. п., «лишь бы пробиться до времени появления черемши», с помощью которой лечение продолжалось быстрее и заканчивалось выздоровлением.

Целебные свойства черемши и успешное использование ее народом нашего Севера отметил и акад. С. П. Крашенинников. Как видим, за истекшие полтора столетия положение с медицинским обслуживанием большинства населения царской России почти не изменилось. Народ был оставлен в стороне от прогресса медицинской науки, он сам находил средства исцеления в окружающей природе и часто с «добрым успехом».

Интерес к лекарственным растениям возрос с началом первой империалистической войны, когда прекратился ввоз лекарственных препаратов и сырья из-за границы, вызвавший лекарственный голод в России. Царское правительство, начиная уже с конца 1914 г., вынуждено было проводить необходимые мероприятия по усилению сбора отечественных лекарственных растений, выращиванию наиболее важных из них с расширением существовавших плантаций, выявлением новых районов их произрастания. Одновременно расширялась и научно-исследовательская работа в этом направлении. Однако кризис с лекарственным обеспечением во время войны не был преодолен.

После Великой Октябрьской социалистической революции отношение к лекарственным растениям, их сбору, изучению и использованию для нужд медицины резко изменилось.

В 1919 г. при Ботаническом саде АН РСФСР в Ленинграде (ныне Ботанический институт АН СССР) была создана лаборатория по изучению растительной продукции и лекарственных растений. В 1921 г. было созвано I Всероссийское совещание по лекарственным растениям. В 1925 г. состоялось I Всесоюзное совещание по лекарственным растениям, положившее начало планомерному изучению отечественной лекарственной флоры. В 1928 г. Всесоюзный научно-исследовательский химико-фармацевтический институт имени Орджоникидзе приступил к систематическому исследованию средств народной медицины.

В 1931 г. был создан специальный Всесоюзный научно-исследовательский институт лекарственных и ароматических растений (ВИЛАР) с сетью зональных опытных станций на периферии. При ВИЛАР была создана постоянная комиссия по изучению народной медицины Советского Союза и смежных стран — Китая, Монголии, Индии, Афганистана, Ирана.

В научно-исследовательскую работу по изучению лекарственных растений, выявлению перспективных растений из числа народных включалось все большее число научных учреждений.

В настоящее время эта работа проводится учеными Академии наук СССР, Академии медицинских наук СССР, академий наук союзных республик, Институтом питания АМН СССР, кафедрами многих медицинских и фармацевтических институтов, Всесоюзным Ленинградским, Харьковским и Тбилисским научно-исследовательскими институтами, Центральным аптечным научно-исследовательским институтом, Всесоюзным институтом растений, ботаническими садами (Никитский ботанический сад в Крыму и др.).

Ботанический институт имени В. Л. Комарова проводит систематические научные работы по изучению лекарственных растений с начала своего существования, со времени организации Петром I аптекарского огорода в С.-Петербурге в 1714 г.

Научно-исследовательской работой по лекарственным растениям заняты не отдельные ученые-специалисты, как это было до революции, а часто коллективы научных работников — ботаников, химиков, фармакологов, фарма-когностов, биологов, врачей-клиницистов.

В аптеках созданы отделы по продаже лекарственных растений. В Вильнюсе открыта специальная аптека «Лекарственные травы», добрая слава о которой вышла далеко за пределы Литовской ССР.

В номенклатуру лекарственных растений, отпускаемых дореволюционными аптеками по ручной продаже, входили такие, как череда, золототысячник, иван-да-марья, мать-и-мачеха и некоторые другие. В настоящее время в аптеках для лечения в лечебных учреждениях и в домашних условиях предлагается до 100 видов лекарственных растений, прошедших соответствующую научную апробацию.

Стандартов на лекарственное растительное сырье до революции не существовало, тогда как на лекарственные растения, реализуемые аптеками, в настоящее время стандарты утверждены, и отпускаются эти растения, как правило, в специальных картонных коробках с указанием об их назначении, способах приготовления и употребления.

В широкую медицинскую практику введены новые лекарственные растения: болотная сушеница, морская капуста, пастушья сумка, пустырник, шлемник байкальский, моралий корень, кукуруза (рыльца), китайский лимонник, аралия маньчжурская, элеутерококк, синюха голубая, почечный чай, раувольфия змеиная, облепиха крушиновая и др.

Глубоко изучаются новые группы биологически активных веществ — фурокумарины, флавоноиды, антоцианы и др. Найдены заменители импортных растений — сенеги, ипекакуаны, ротании, мирры, строфанта и пр.

Импортное тропическое растение строфант, в частности, содержащий сердечный гликозид строфантин и широко применявшийся в медицинской практике с 60-х годов прошлого столетия, долго не находил у нас достойного заменителя. Почти избавил от импорта строфанта адонис весенний (горицвет весенний), применявшийся столетиями в русской народной медицине и введенный в научную медицину доктором Бубновым, работавшим в клинике С. П. Боткина, в 1880 г. Это растение использовалось для лечения сердечнососудистых заболеваний, и в 1960 г. из него был выделен строфантин.

Все это вооружает современного врача знаниями о фармакотерапевтических свойствах лекарственных растений, о показаниях и противопоказаниях при фитотерапии значительно лучше и глубже, нежели в дореволюционный период.

В советское время организовано широкое порайонное изучение мест произрастания лекарственных растений, выявлены новые районы, пригодные для промышленных сборов, и теперь заготовки растений проводятся почти во всех республиках, краях и областях.

В 1913г. в Лубнах на Полтавщине была заложена первая опытная плантация лекарственных растений, где культивировалось 9 видов растений. В настоящее время организованы специальные совхозы и колхозы, культивирующие ежегодно около 40 видов лекарственных растений. Освоена культура растений, недавно введенных в научную медицину: женьшеня, подорожника блошного, арники густолиственной, мордовника шароголового и др. Наряду с изготовлением комплексных витаминных препаратов засаживаются сотни гектаров под плантации шиповника.

В культуру вводятся все новые лекарственные растения, в том числе и растения, завозимые из других стран. В ботаническом саду ВИЛАР выращивается более 2600 видов растений, включая растения, привозимые многочисленными экспедициями из 43 стран (Индонезия, Австралия, Тунис и др.). Сейчас в СССР культивируется около 60 видов лекарственных растений.

Во время второй мировой войны уже с начала ее принимались необходимые меры по усилению сбора лекарственных растений, пропаганде фитотерапии, ускорению внедрения в лечебную практику новых растений.

Совет Народных Комиссаров СССР придавал большое значение заготовке лекарственных растений. ЦК ВЛКСМ специальным решением обязал все комсомольские организации заниматься вопросами сбора дикорастущих лекарственных и витаминных растений. Народный комиссариат просвещения РСФСР организовал широкое привлечение школьников и учителей к сбору дикорастущих пищевых, лекарственных и технических растений для нужд фронта и народного хозяйства.

Ученый медицинский совет и Фармакологический комитет Народного комиссариата здравоохранения СССР неоднократно обсуждали вопросы фитотерапии.

В газете «Медицинский работник» от 27 декабря 1941 г. была помещена статья проф. Р. А. Лурия и проф. С. А. Саркисова «Война и фитотерапия», в которой авторы призывали возможно больше внимания уделять фитотерапии.

Во время войны были выявлены новые районы, пригодные для промышленных сборов лекарственных растений, заготовки приблизились к местам потребления, увеличился ассортимент заготавливаемых растений. Не только в тылу, но и на фронте приходилось прибегать к лекарственным растениям. Пригодился и народный опыт лечения травами.

Пармелия степная издавна употреблялась уральским казачеством как «порезная» трава — одно из быстродействующих кровоостанавливающих и бактерицидных средств для обработки ран. В годы войны врач военного госпиталя в Уральске Г. Свиридов применял с весьма успешным результатом пасту с порошком пармелии для лечения раненых.

Старинным средством лечения ран считался лук репчатый (измельченный или печеный) и сок алоэ. Во время войны гнойные, трудно заживающие раны с успехом лечили парами лука и соком алоэ. В Душанбе Таджикской ССР в эвакогоспиталях также с успехом применяли для лечения ран и ожогов масло из ягод можжевельника, которое использовалось в народной медицине Средней Азии в виде бальзамических повязок на раны.

В Брестском партизанском соединении из-за отсутствия медикаментов вместо ваты использовался высушенный мох. Для лечения ран состав мази Вишневского пришлось видоизменить. Вместо ксероформа применяли йод, вместо касторового масла — свиное несоленое сало или сливочное масло. Йодную настойку и деготь для мази партизаны сами приготавливали в лесу.

Настой из березовых листьев во время войны успешно применялся как витаминный напиток при трофических язвах и длительно не заживающих ранах в качестве общеукрепляющего и стимулирующего средства, а также в случаях понижения общего питания при сыпном и брюшном тифах, туберкулезе легких, дизентерии, желудочно-кишечных заболеваниях. При этом никаких диспепсических явлений у больных не наблюдалось.

Во время блокады Ленинграда все свободные участки в парках Ботанического сада были использованы под культуру наиболее дефицитных лекарственных растений (наперстянки, валерианы, белладонны, алтея лекарственного, ревеня, ландыша, ромашки и др.). Всего за годы войны в парке было заготовлено 1984 кг сухого лекарственного сырья, которое было передано местному аптекоуправлению для снабжения лечебной сети города и Ленинградского фронта.

Лекарственные растения в медицине всех народов и всех времен, как мы видим, всегда были наиболее распространенным средством лечения.

Далее необходимо остановиться на некоторых, существенных для современной медицины факторах из опыта русской народной медицины в области траволечения.

Большинство населения нашей страны, за исключением небольшой привилегированной части, до конца XIX века, а в некоторых местностях и до Октябрьской революции не получало квалифицированной медицинской помощи и в деле врачевания было предоставлено самому себе. Вследствие этого тысячелетиями народ огромной страны с многомиллионным населением при всех заболеваниях пользовался услугами народной медицины.

Правящие круги царской России преклонялись перед всем иностранным и пренебрежительно относились к народному творчеству, которое в дореволюционной литературе освещалось крайне скудно.

Историки убедительно доказывают, что, несмотря на суровые природные и социальные условия, нет такой области, в которой великий русский народ не проявил бы своего самобытного таланта и не обогатил мировую сокровищницу знаний своими открытиями, изобретениями и смелыми начинаниями.

За истекшие тысячелетия применения народной фитотерапии подтвердилась целебность огромного количества растений. В результате народного опыта нам осталась богатейшая сокровищница практических знаний о лечебных свойствах лекарственных растений и их лечебном применении.

Благодаря отечественной народной фитотерапии мы располагаем теперь широким ассортиментом растений с самыми разнообразными терапевтическими свойствами: успокаивающими и стимулирующими центральную нервную систему, спазмолитическими, понижающими и повышающими кровяное давление, болеутоляющими, жаропонижающими, противовоспалительными, желчегонными, мочегонными, потогонными, способствующими пищеварению, слабительными и вяжущими, рвотными, отхаркивающими, кровоостанавливающими и снижающими протромбиновое время, антисептическими, противомикробными, а также растений, применяемых при сердечно-сосудистых заболеваниях, нарушениях обмена веществ, болезнях печени, почек, желудочно-кишечного тракта, поджелудочной железы, кожных, гинекологических заболеваниях, авитаминозах, гиповитаминозах и при других заболеваниях.

Так, используя растения в различных лекарственных формах, народная фитотерапия давно эмпирически пришла к мысли о целесообразности всемерного применения многих, в том числе лекарственных растений в сыром виде.

В современных требованиях к рациональному питанию здоровых и больных при ряде заболеваний, особенно в последние годы, все чаще подчеркивается необходимость включения в рацион естественных растительных продуктов и некоторых из них в сыром виде, ибо «все в большей степени выявляется полезность сырых овощей» (К. Петровский), что относится, конечно, и к растениям, обладающим определенными лечебными свойствами.

Кулинарная обработка, консервирование и некоторые другие современные способы переработки продуктов приводят к потере большей части биологически ценных веществ, вызывая изменение их природных свойств. В сырых же растительных продуктах сохраняются витамины, фитонциды, подавляющие жизнедеятельность гнилостных бактерий в кишечнике, окислительные ферменты, стимулирующие процессы пищеварения, эфирные масла, микроэлементы, переходящие при варке в отвар, часто не используемый, и другие действующие вещества. Сырые, необработанные растительные продукты обладают иммунными свойствами.

Известно значение сырых яблок и свеклы при гипертонической болезни, натертых — при некоторых формах поносов, винограда и моркови — при болезнях печени и истощении и др.

В народной фитотерапии применялись в сыром виде не только пищевые, но и лекарственные растения.

Народная фитотерапия не ограничивалась только рекомендацией использования для лечения свежих растительных продуктов, но и всемерно изыскивала растения, пригодные для лечения в свежем виде, пути удлинения сезона их применения и особенно использования их для так называемого весеннего лечения.

За время осенне-зимнего хранения в растительных продуктах значительно снижается содержание витаминов и, в частности, аскорбиновой кислоты, эфирных масел, органических кислот и других необходимых веществ, ухудшается их вкус, что особенно отрицательно сказывается на организме. Поэтому представители народной медицины широко рекомендовали в весенний период употреблять свежую дикорастущую зелень. Некоторые растения собирали в апреле и раньше: листья толокнянки, кислицы, селезеночника, молодой крапивы, зверобоя, подорожника, одуванчика, черемши. Из свежей зелени некоторых растений приготавливали настои, например из гусиных лапок, первоцвета, медуницы, листьев липы, черной смородины, березы, цветков мать-и-мачехи. Применяли отвары из мартовских коры и почек шиповника, настой из коры и почек вяза, настой коры конечных веток черной смородины (150 г веток или почек, коры на 1 л воды, кипятить не более 5 минут, принимать по 75 г).

Дикорастущая зелень, появляющаяся ранней весной, богата витаминами, в частности аскорбиновой кислотой, каротином, а также железом, щелочными солями, недостаток которых ведет к быстрому размножению в кишечнике гнилостных бактерий. Весенние растения богаты фитонцидами, фолиевой кислотой, холином и другими витаминами. Благодаря фитонцидным свойствам свежая зелень очищает полость рта от микробов, благоприятно влияет на кишечную микрофлору. Она вызывает усиленное выделение пищевых соков, способствует более полному усвоению пищи и особенно полезна при камне-образовании. Аскорбиновая кислота способствует лучшему всасыванию солей железа в кишечнике.

Ранней весной крапива, например, содержит аскорбиновой кислоты в 2 раза больше, чем апельсины и лимоны, а каротина в ней столько, сколько в моркови. 20 г листьев ее содержат суточную норму потребности организма в витамине А. Молодые побеги и листья крапивы содержат также витамин К, хлорофилл, фитонциды, соли железа, кальция, калия и с успехом могут быть использованы для варки зеленых щей, приготовления салатов, пюре. В Грузии и Азербайджане молодые листья крапивы прибавляют к пряностям для приготовления национальных блюд.

60—70 г отвара или настоя из мартовских коры и почек шиповника содержат суточную дозу аскорбиновой кислоты.

В последние годы признано целесообразным обогащение витаминами готовых блюд и отдельных пищевых продуктов, так как обеспечить пищевой рацион необходимыми витаминами в достаточной мере по ряду причин не всегда представляется возможным.

Народная фитотерапия, не располагая знаниями о витаминах, но длительно наблюдая за действием на организм тех или иных растений, особенно в свежем виде, практически разрешала вопрос о витаминизации пищевого режима, широко используя в необходимых случаях природные растительные витаминоносители.

Так, смолотые в муку ягоды рябины, боярышника, толокнянки, черемухи (вместе с косточками), корни одуванчика, лопуха, кипрея прибавлялись к обычной муке при хлебопечении.

Сок березы использовался для приготовления лепешек.

Ягоды черемухи, рябины, боярышника кровяно-красного, калины, паслена и других растений применялись как начинка для пирогов, пирожков, ватрушек.

Свежие листья, цветы, корневища, луковицы, сушеная зелень многих лекарственных растений (листья — одуванчика, пастушьей сумки, липы, березы, цикория, барбариса; травы — крапива, сныть, свербига, огуречная трава, портулак, пастернак, сердечник, селезеночник, сурепка, эндивий, брункрес, гусиные лапки, кислица, хмель, борщевик, дягиль, чистяк весенний, черемша, заячья капуста и др.) использовались в качестве приправы, гарнира к супам, борщам, мясным и рыбным блюдам.

Лекарственные растения рекомендовали также для приготовления вторых блюд, изготовления напитков — чая, суррогата кофе, сиропа, меда, вин, настоек, для консервирования, соления и ароматизации пищевых продуктов.

В настоящее время в лечебных целях используются ягоды малины и черной смородины. В народной медицине применяются не только ягоды, но и листья этих кустарников. В последних аскорбиновой кислоты найдено в 1,5— 3 раза больше, чем в ягодах.

От начала учения о витаминах до современной витаминологии прошло около 90 лет. К концу этого периода удалось установить физиологическое значение витаминов, большую эффективность применения ряда витаминов в определенном сочетании.

Как глубоко должно быть наше уважение к простым русским людям, посвятившим свою жизнь лечению растениями! Благодаря их природной наблюдательности, смекалке и настойчивым поискам в обширном растительном мире были найдены растения, которые в настоящее время мы относим к группе витаминных и содержащих фитонциды. Это позволило ввести в пищевой рацион не отдельные витамины, а одновременно комплекс естественных витаминов в оптимальном сочетании, установленном самой природой, и еще в прошлые века решать проблему массовой витаминизации населения.

За последние 1—2 десятилетия приобрели заслуженную популярность соки из свежих фруктов и ягод, и их значение как профилактического и лечебного средства общеизвестно. Клеточный сок представляет собой воду, о значении которой было упомянуто выше, с растворенными в ней минеральными и органическими веществами, необходимыми для обменных процессов. Сок обладает бактерицидными, антисептическими и другими свойствами. Установлено, что соки винограда, яблок, клюквы, абрикосов по содержанию микроэлементов в 5—10 раз выше соответствующих настоев и отваров.

В отечественной народной фитотерапии уже издавна применялись для лечения и профилактики не только фруктовые соки, но и соки многих лекарственных растений. Соки деревьев (березы, липы, дуба, плодовых деревьев) охотно пьют и многие животные, птицы, насекомые.

Издавна использовались соки: деревьев — березы, клена, ели, сосны; плодов — яблок, граната, лимона, тыквы; ягод — земляники, калины, жостера, рябины, барбариса, брусники, клюквы, можжевеловых ягод, арбуза; трав — одуванчика, крапивы, подорожника, кресс-салата, чистотела, мяты, мать-и-мачехи, тысячелистника, пастушьей сумки, полыни, вероники, пустырника, дурнишника, клевеоа, омелы; листьев — капусты, алоэ, ложечной травы, цикория; корней — одуванчика, аира, редьки, хрена, свеклы, моркови, чеснока; клубней картофеля, цветков календулы и других растений.

Соки некоторых растений сгущались и высушивались и в таком виде применялись. Сабур, например, — сгущенный и затвердевший сок алоэ — использовался при туберкулезе легких, нарывах, головных болях и многих других болезнях. Порошком из высушенного сока сосны засыпали раны. Черемуховый клей применялся при поносах. Сок полыни горькой использовался как ранозаживляющее средство.

Соки готовили из трав, когда они были в полном цвету, и использовали не позже чем через день после сбора. Принимать их рекомендовалось в среднем по 80—120 г ежедневно.

Как профилактическое и лечебное средство соки лекарственных растений при многих заболеваниях имеют не меньшее (а скорее большее) значение, чем фруктовые соки. В настоящее время доказана терапевтическая ценность соков подорожника и капусты, и они разрешены к производству Фармакологическим комитетом.

Характерным для русской народной фитотерапии следует считать и разностороннее использование с лечебной целью не только собственно лекарственных растений, но и пищевых: льна, конопли, хмеля, мака, лука, чеснока, капусты, свеклы, редьки, хрена, картофеля, тыквы, арбуза, моркови, а также использование с лечебной целью пряных пищевых растений: гвоздики, кардамона, имбиря, мускатного ореха, «ирного» (аирного) корня, шафрана и другие пряности.

В Советском Союзе произрастает более 150 различных пряных растений. Аромат их создают сложные (до 200 компонентов) смеси пахучих веществ, часть которых обладает бактеоицидными свойствами.

О пряных растениях Н. М. Максимович-Амбодик писал: «Их запахи и вкусы явственно оживляют и ободряют телесные чувства здоровых и недугом одержимых».

Гвоздика рекомендовалась при слабости зрения и импотенции, при заболеваниях желудка, особенно при поносах, а также печени и сердца. Кардамон назначали в качестве горечи при ослаблении деятельности желудка и метеоризме. Имбирь в прежнее время был одним из весьма популярных средств народного врачевания: его применяли при четырехдневной перемежающейся лихорадке, а также как возбуждающее аппетит средство и при метеоризме. Мускатный орех, ценившийся очень высоко на русских рынках, использовался как мочегонное средство, ароматическим свойствам этого ореха приписывали способность возбуждать «усталых и печальных больных», «обвеселяя им сердце». Аирный корень применялся против малокровия, желтухи, болезней почек и главным образом как средство, повышающее аппетит, а также и при расстройствах кишечника.

В старину в качестве приправы к жирным блюдам (особенно к жареному гусю) применяли полынь. Горечь этой травы увеличивает слюноотделение, выделение желудочного сока, тогда как действие жира — обратное действие полыни. Полынь возбуждает аппетит и усиливает деятельность пищеварительных органов и, следовательно, улучшает обмен веществ, нейтрализуя влияние жирной пищи.

Народная фитотерапия использовала для лечения главным образом дикорастущие растения. В современной медицине значительно возросло использование культурных растений, в которых содержание отдельных действующих веществ, конечно, возросло.

Однако это обстоятельство нельзя огульно, во всех случаях, считать показателем, снижающим эффективность терапии дикорастущими растениями по сравнению с культурными.

Выращенные растения с большим и иногда рекордным показателем содержания в них определенных действующих веществ, что желательно при использовании растений в качестве сырья для химико-фармацевтической промышленности, в ряде случаев пока уступают по лечебному эффекту аналогичным дикорастущим лекарственным растениям.

Так, дикорастущая малина более ароматна, менее водяниста, лучше подвергается сушке и сохраняет свою форму и внешний вид, чем садовая. Поэтому для лечения предпочтительно использовать лесную малину.

Обращает на себя внимание тот факт, что дикорастущие растения более устойчивы к болезням, сельскохозяйственным вредителям и неблагоприятным климатическим условиям, чем культурные.

Дикие сорта растений, как правило, богаче аскорбиновой кислотой и эфирными маслами, чем культурные. Дикорастущие калина, рябина и другие растения дают более устойчивые урожаи, чем культурные плодовые деревья.

Следует отметить и то обстоятельство, что за последние десятилетия в деле культивирования растений большое место занимает применение ядов для повышения урожайности, в той или иной степени не безвредных для человеческого организма. Дикорастущие же растения меньше и реже подвергаются обработке ядохимикатами.

В настоящее время медицина располагает большим количеством способов введения лекарств в организм больного — пероральным, ректальным, накожным, подкожным, внутримышечным, внутривенным, внутриартериальным, интракардиальным и др. Кроме того, лекарства вводятся под конъюнктиву, под слизистую оболочку, в спинномозговой канал, внутрикостно и пр.

Народные фитотерапевты тоже изыскивали и применяли самые разнообразные, подчас оригинальные, способы использования лекарственных растений, проявляя при этом недюжинную смекалку и изобретательность.

Так, в Древнем Риме пиршественные столы натирали свежей мятой, ибо считалось, что аромат мяты способствует жизнерадостному настроению; носили венки из мяты, полагая, что запах мяты возбуждает работу мозга. Современной медициной установлено, что ментол, главная составная часть мяты, применяемый наружно, обладает обезболивающим действием при невралгических болях, мигрени.

Жители Жиронды (Франция) изготавливают чаши из толстых ветвей плюща, наливают в них вино, которое, постояв в ней, оказывает лечебное действие при коклюше во всех возрастах.

В русской народной медицине шишками хмеля с характерным хмелевым запахом набивали подушки, считая, что это средство помогает от бессонницы. С этой же целью под подушки клали цветы мака и других трав.

Для лечения ревматизма и подагры рекомендовалась так называемая лесная шерсть: иглы сосны вымачиваются в воде, после чего с них сходит плотный слой и остаются эластичные нити, которые высушивают. Ею набивают тюфяки или маленькие подушки и накрывают больных.

Русские лечцы закладывали в кариозную полость зуба цветок гвоздики. Современные одонтологи в этих случаях применяют препараты гвоздики — эвгенол, гвоздичное масло.

Пух кипрея (иван-чая), льняная или конопляная пакля использовались как вата. С этой же целью применялся камыш, издавна ценившийся как «порезная трава»: с камыша сдирали верхний слой и ногтем вынимали белоснежную сердцевину, напоминающую вату; приложенная к ране, она оказывала кровоостанавливающее действие. В Белоруссии с этой же целью использовался белый мох, который хорошо впитывает гной и способствует быстрому заживлению ран.

Как перевязочные средства использовались пушистый жабник полевой вместо корпии, жгучий и красноватый сок медуницы заменял йод. Тонкие, самоотделяющиеся слои бересты служили пластырем для лечения ран и чирьев.

Толченой березовой корой присыпались гниющие раны; пеплом сожженной медуницы присыпали кровоточащие места для остановки кровотечения; сосновая и еловая смола считалась вытяжным средством; свежими ветвями крапивы секли парализованные члены; смолотый в порошок березовый уголь давали при вздутии «утробы» (при метеоризме); из золы высохшей на корню черемухи приготавливали щелок, которым лечили обмороженные руки и ноги; лютик едкий заменял шпанские мушки; корни хрена употреблялись как горчичники; «льняная мука», насыпанная в полотняные мешочки, поочередно опускаемые в кипяток, прикладывалась к больным местам, заменяя грелку.

Лекарственные растения использовались для курения: трава одуванчика — от кашля, порошок из листьев мать-и-мачехи — при одышке и затрудненном дыхании, семена дурнишника обыкновенного — при туберкулезе легких, трава эфедры — при астме. Дым от сжигания смоченного водой багульника давали вдыхать детям при коклюше. В этих случаях окуривалось и помещение, где находился больной ребенок.

Некоторые лекарственные растения, такие, как корневища аира, плоды кориандра и др., применялись в обсахаренном виде, что особенно оправдывалось в детской практике.

Народная фитотерапия стремилась наиболее полно использовать растения, все их части, даже уголь, пепел и дым от сжигаемых растений, и вводить в организм человека природные лекарственные вещества самыми разнообразными способами.

Современная наука подтвердила лечебные свойства большинства растений, которые «употреблением простолюдинов открыты были», уточнила и во многих случаях расширила область их применения.

Советские ученые (ВИЛАР) считают, что сок белокочанной капусты сможет заменить хирургический нож и лечить некоторые формы язв, в частности язву желудка и двенадцатиперстной кишки.

Швейцарские ученые показали, что морские свинки гораздо лучше переносят общую рентгенизацию тела, если в диету введена капуста. Это наблюдение подверглось обстоятельной проверке двух американских ученых и подтвердилось.

Как установлено, капуста содержит аскорбиновую кислоту (свежая, хорошего качества белокочанная капуста содержит этого витамина столько же, сколько апельсины и лимоны), витамины группы В, кобальт, медь, цинк, магний; она богата солями кальция, калия и особенно фосфором. В ней найдены 16 аминокислот и витамин U, способствующий заживлению язв желудка и двенадцатиперстной кишки. В сырой белокочанной капусте содержится тартроновая кислота, обладающая свойством предупреждать ожирение.

Народная фитотерапия не только изыскала значительное количество растений с нужными целебными свойствами и выработала способы их применения, но и установила сроки сбора их применительно к фазам развития растений, когда накапливается наибольшее количество в них действующих веществ, которые в основном соответствуют научно обоснованным срокам сбора. Так, почки нужно собирать весной, когда они набухли, но не начали распускаться; кору — также весной в период усиленного сокодвижения, до распускания листьев, когда кора легко отделяется от древесины; травы и листья — в период бутонизации или начального цветения; цветки, соцветия — в начале распускания или в фазе полного цветения в зависимости от вида растения; плоды — в период их полного созревания; корни и корневища — осенью в период начала увядания надземных частей.

Рациональным следует считать и требование народной фитотерапии промывать корни и корневища холодной, а не горячей водой, в которой легче растворяются некоторые действующие вещества (М. И. Минько, 1965).

Давно известны лечебные свойства плесневых грибов. Еще лекари Дмитрия Донского успешно применяли для лечения гнойных ран так называемую банную плесень. Сколько жизней было бы спасено, особенно солдатских на поле брани, если бы мы раньше присмотрелись к этому народному опыту, изучили и использовали его!

Нам надо отнестись к наследию народных фитотерапевтов, как реставраторы относятся к древней русской иконописи, которые кропотливо, бережно, с любовью и уважением к творчеству простых русских людей, работавших порой в невыразимых тяжелых условиях, слой за слоем снимают налеты времени, чтобы обнаружить подлинные, мировые шедевры изобразительного искусства.

«Не следует краснеть заимствовать у народа средства, служащие к его излечению», — говорил Гиппократ.

1Клиническая медицина, 1945, № 10—11, стр. 75.

**Список литературы**

Для подготовки данной работы были использованы материалы с сайта <http://kastaneda.nm.ru>