**Лимонник китайский**

Schizandra chinensis (Turcz.) Baill.



Родовое название от греческих слов “schizo” — раскалывать и “aner”, “aneros” — мужчина, по двураздельным пыльникам; латинское chinensis — китайский.

Нанайцы, уходя на охоту, берут с собой сушеные плоды лимонника; по их мнению, горсть сухих плодов дает силы охотиться на зверей целый день без приема пищи.

Русские охотники на Дальнем Востоке для предупреждения чувства усталости применяли ягоды, стебли и корни лимонника в виде чая.

Во время Великой Отечественной войны определенную роль сыграло упоминавшееся еще в древних китайских книгах свойство плодов лимонника обострять зрение. С 1942 г. препараты лимонника принимали летчики перед боевыми ночными вылетами, так как плоды лимонника вызывают значительное повышение световой чувствительности органов зрения, ускоряют привыкание глаз к темноте.

Лимонник — лиана, стебли и листья которой имеют лимонный запах. Стебель деревянистый, длиной до 8 м, покрытый темно-коричневой или желтоватой корой и несущий на себе черешковые очередные овальные или заостренные цельнокраиние несколько мясистые светло-зеленые листья длиной 5—10 и шириной 3—5 см. Цветки раздельнополые, белые или розовые, восковидные, диаметром около 2 см, с приятным запахом, на поникающих цветоножках длиной 1—4 см. Плоды — шаровидные ягоды ярко-красного цвета, одно- или двусемянные, диаметром 5—10 мм, собранные в густую повислую кисть. Цветет во второй половине мая — начале июня. Ягоды созревают в сентябре — октябре.

Растет в смешанных хвойно-широколиственных лесах на Дальнем Востоке, причем большая часть зарослей находится в Приморском и частично в Хабаровском крае, меньше встречается на Сахалине и Курильских островах, в Амурской области.

В медицине применяют плоды лимонника китайского. Они обладают терпким привкусом, вызывающим характерное жжение во рту. Зрелые плоды сушат. Срок хранения — не менее 2 лет.

В плодах найдены около 11% лимонной кислоты, около 8% яблочной и 0,8% винной кислоты, а также лигнаны (схизандрин, схизандрол и др). Обнаружены фенольные соединения, аскорбиновая кислота, углеводы. Мякоть плодов содержит около 1,5% Сахаров, таннины и красящие вещества (0,15%).

Семена содержат до 34% жирного масла, в состав которого входят глице-риды линоленовой и олеиновой кислот. Эфирное масло имеется во всех органах растения: в коре 2,6—3,2%, в семенах 1,6—1,9%, в стеблях 0,2—0,7%.

Из плодов лимонника китайского готовят спиртовую настойку, порошок и таблетки.

Значительный лечебный эффект от применения настойки лимонника отмечается у больных пневмонией (стимулирует дыхание) и с пониженным артериальным давлением (доза — 35—40 капель на прием).

Больные с нервно-психическими отклонениями применяют препарат в виде таблеток из семян 2 раза в день в дозе 0,5 г утром и 0,25 г днем.

Лимонник оказывает благоприятный эффект при астенических и депрессивных синдромах, при физическом и умственном утомлении (повышает работоспособность), сонливости, возбуждает центральную нервную систему. Существенные побочные явления и кумулятивные свойства практически отсутствуют.

Настойку лимонника принимают по 20—30 капель 2 раза в день до еды утром и днем.

Внимание! Препараты лимонника принимают строго по назначению врача. Передозировка может отрицательно повлиять на состояние нервной и иммунной системы. Нельзя принимать препараты лимонника при повышенном кровяном давлении, нервном возбуждении, нарушении сердечной деятельности.

В народной медицине Дальнего Востока плоды лимонника китайского употребляют как стимулирующее и тонизирующее средство при физическом переутомлении, для предупреждения чувства усталости.

\*\*\*

Описание растения. Лимонник китайский — деревянистая листопадная лиана семейства лимонниковых (магнолиевых), с ветвящимися стеблями, достигающими в длину 10—15 м и в диаметре 1—2 см. Стебли в большинстве случаев берут начало от шнуровидных бурокоричневых корневищ, радиально расходящихся на глубине 10—15 см от корневой шейки. Корневища имеют придаточные корни и чешуевидные листья; достигают в длину 10—20 м.

Молодые вегетативные побеги в процессе роста совершают левовращательные движения и обвивают стволы и ветви деревьев и кустарников по ходу часовой стрелки, взбираясь вверх на 1 —1,5 м за один период вегетации.

Листья черешковые, слегка мясистые, сверху зеленые, голые, снизу более светлые, со слабым опушением по выступающим жилкам.

Лимонник — однодомное растение с раздельнополыми цветками. Мужские и женские цветки расположены в пазухе почечных чешуи плодущих или ростовых побегов. Околоцветник венчиковидный, листочки его белые, изнутри розовые с коричневым оттенком.

Опыляют цветки мелкие жуки, реже — пчелы и мухи. Всхожие семена развиваются только при перекрестном опылении.

Плод — сочная многолистовка с удлиняющимся во время плодоношения до 8—10 см цветоложем, на котором находится 4—40 сочных ярко-красных листовок (“ягод”) диаметром 5—10 мм. Отдельная, шаровидная одно-, реже двух- или трехсемянная листовка носит товарное название “плод”. Удлиненное цветоложе с цветоножкой и плодами обычно называют кистью.

Семена лимонника округло-почковидные с небольшим поперечным рубчиком и плотной блестящей кожурой оранжево-бурого, а у свежих семян—желтого цвета.

Все части растения обладают специфическим пряным вкусом и при растирании издают запах лимона, позволяющий легко отличить лимонник от сходных с ним актинидий и древогубцев.

Цветет лимонник во второй половине мая—начале июня; плоды созревают в сентябре—октябре.

В медицине используют семена и сухие плоды лимонника.

Места обитания. Распространение. Ареал лимонника китайского охватывает Северный и частично Центральный Китай, большую часть Японии, почти весь полуостров Корею. У нас распространен в Приморском крае, на юге Хабаровского края и Сахалинской области, а также на юго-западе Амурской области.

Лимонник типичен для лесов с участием кедра корейского; чаще всего встречается по опушкам и прогалинам, в кустарниках, по долинам ручьев и в верховьях горных рек. Предпочитает умеренную влажность почвы и воздуха, обилие в почве питательных веществ; кустарниковый ярус используется им в качестве опоры. Основные заросли лимонника расположены в хвойно-широколиственных лесах маньчжурского типа. В горах выше 500^600 м над уровнем моря не встречается.

Лимонник требователен к освещению. Поселяется обычно на дренированных, структурных, хорошо увлажненных почвах. Плодоносящие его лианы встречаются только на открытых незатененных участках по берегам рек и ручьев, по опушкам и обочинам дорог, а также в мелколесье, на старых пожарищах, просеках и на массивах, изреженных вырубками; сильно страдает от пожаров. Полное восстановление продуктивности промысловых зарослей лимонника наступает лишь через 10—12 лет после пожара.

Плоды лимонника держатся на лианах всю осень, а иногда и часть зимы. Высушенные семена и плоды лимонника можно хранить многие годы, что позволяет компенсировать недостаток сырья в неурожайные годы.

Заготовка и качество сырья. При сборе сырья кисти лимонника следует срывать очень осторожно. Ни в коем случае нельзя стягивать лианы с деревьев и кустарников, срывать крупные ветви лианы, круто нагибать или рубить деревья, служащие опорой лимоннику. Подо врожденные лианы обычно перестают плодонос. Свежесобранные плоды лимонника укладывак в жесткую тару — корзины, бочки или в эмалированные ведра. Нельзя использовать в качестве тары оцинкованные ведра, так как они окисляются от сока лимонника. Собранное сырье как можно быстрее доставляют на заготовительный пункт. Не отправленные своевременно плоды уже на второй день выделяют сок и начинают бродить, что резко снижает их ценность.

Сок плодов отжимают на винтовых или на гидравлических прессах. После завершения пектинового брожения в жоме семена отделяют под сильной струей воды от кожицы и мякоти (мезги) на решетах с диаметром отверстий 4—5 мм. Для повышения качества сырья необходимо удалить из него всплывающие в воде семена. Отмытые семена сушат в калориферных сушилках с вентиляцией. Выход сухих семян от массы сырых плодов составляет около 5%.

Плоды лимонника сушат на решетах в тепловых сушилках при температуре 35—40° С и затем досушивают при температуре 60—70° С, после чего их, как и высушенные семена, очищают от посторонних примесей. Усыхают плоды лимонника более чем на 80%. Диаметр сухих плодов 5—8 см, они неправильной формы с сильно морщинистой кожурой красно-коричневого цвета.

В настоящее время накоплен определенный опыт культивирования этого растения. Наиболее эффективно семенное размножение лимонника в питомнике с последующей пересадкой саженцев в грунт на постоянное место. Для посева следует брать только свежие семена — не позднее чем через несколько месяцев после их сбора и отмывки от мякоти. Свежесобранные семена при осеннем посеве хорошо прорастают. Желательно использовать семена культивируемого лимонника, обладающие более высокой всхожестью. Для весеннего посева семена рекомендуется стратифицировать в течение 90—100 дней во влажном песке. При этом необходимо обеспечить умеренное увлажнение и хорошее проветривание семян. При использовании семян культивируемого лимонника их стратифицируют в течение месяца при температуре 17—20° С. Стратифицированные семена сеют рядами на глубину 5 см с расстоянием между рядами 20 см, из расчета 100 шт. на 1 м2.

Гряды отеняют щитами на высоте 1 м. В возрасте 2—3 лет саженцы лимонника переносят на постоянное место. На плантациях предварительно устанавливают Т-образные бетонные опоры с метровыми металлическими перекладинами в верхней части. Концы перекладин у всех опор соединяют двумя рядами проволоки, к которой подвязывают опору для лиан.

Растения высаживают в 2 ряда под каркасом. Лучший срок носадки - весна, до начала вегетации лимонника.

Лимонник можно возделывать почти во всех земледельческих районах нашей страны, обеспеченных влагой в летние месяцы. Непригодны для его посадок тяжелые малопроницаемые глинистые почвы.

Химический состав. Семена лимонника китайского содержат жирное (25,9%) и эфирное (1,6%) масла, схизандрин (0,12%), схизандрол и глицериды линоленовой и олеиновой кислот. Биологически активным комплексом являются 5 индивидуальных веществ (схизандрины и схизандрол), которые представляют собой метиловые эфиры, фенольных лигнановых соединений. Плоды лимонника содержат яблочную кислоту (7— 10%), лимонную кислоту (10—11%), виннокаменную кислоту (в небольшом количестве), сахар и витамин С (в сухих плодах 350—:380 мг%).

Применение в медицине. Препараты лимонника китайского эффективны при астенических и астенодепрессивных состояниях, психастениях, реактивных депрессиях, которые сопровождаются такими симптомами, как быстрая утомляемость, снижение работоспособности, раздражительность, вялость, сонливость, гипотония. При приеме препаратов лимонника заметно повышается острота зрения, снижается утомляемость зрительного анализатора при больших нагрузках, значительно улучшается ночное зрение. Препараты лимонника противопоказаны при нервном возбуждении, бессоннице, повышенном артериальном давлении, нарушениях сердечной деятельности.

**Список литературы**

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