**Липа сердцевидная**

Tilia cordata (L.) Mill.



Название от латинизированного греческого “tileia” — липа, латинское cordatue — сердцевидный, что связано с формой листьев.

Крупные деревья высотой до 30 м с раскидистой кроной и мощными стволами, с темной, почти черной глубокотрещиноватой корой; молодые веточки красно-бурые, обычно голые. Листья очередные, длинночерешковые, сердцевидные, пластинки длиной 5—10 см, темно-зеленые, голые, сверху пильчатые, с длиннозаостренной верхушкой, обычно симметричные, реже неравнобокие, ширина почти такая же, как и длина, снизу листья сизовато-зеленые, с пучками желтовато-бурых волосков в узлах жилок. Цветки желтовато-белые, душистые, диаметром 10 мм, собраны по 3—15 штук в полузонтики. При каждом соцветии находится бледный желтовато-зеленый удлиненно-ланцетовидный тонкий прицветный лист, длиной около 6 см, до половины своей длины сросшийся с цветоносом. Плод — орех, 4—8 мм в диаметре, шаровидный, войлочно-опушенный, с деревянистой или кожистой оболочкой, бурый; семена широкообратнояйцевидные, длиной 4—5 мм, блестящие, красно-бурые. Цветет в конце июня — в июле. Цветение продолжается около двух недель, плоды созревают в августе — сентябре.

Распространена в зоне смешанных лесов средней полосы европейской части России, на Украине, в западных предгорьях Урала, в Западной Сибири, Молдавии, Башкирии, в Крыму, на Кавказе.

В медицине соцветия липы применяют вместе с прицветником — летучкой. Сбор приурочивают к той фазе, когда большая часть цветков распустилась, а другая находится в бутонах. Сушат сырье на чердаках под железной крышей или под навесами с хорошей вентиляцией, расстилая тонким слоем (3—5 см) на ткани или бумаге, или в сушилке при температуре 25—30°С. На солнце сушку производить нельзя. Срок хранения сырья 2 года.

В цветках липы содержится эфирное масло — до 0,05%, в состав которого входят спирт фарнезол, гликозиды — гесперидин и тилиацин, флавоноидные гликозиды кверцетин и кемпферол, дубильные вещества, сапонины, витамин С, каротин, слизь.

В листьях липы много белка, витамина С и каротина. В плодах — около 60% жирного масла.

В коре найдены тритерпеновое соединение тилиадин и до 8% масла. Цветки липы, или “липовый цвет”, применяют в медицине в виде настоя и отвара. Препараты липы используют в качестве потогонного (гликозид тилиацин действует потогонно) и жаропонижающего средства при простудных заболеваниях, при гастритах, а также для полоскания рта и горла как бактерицидное средство. Целебные свойства липы связывают с кверцетином и кемпферолом. Тилиацин обладает фитонцидной (бактерицидной) активностью.

Цветки липы широко применяются в народной медицине различных стран как сильное потогонное, мочегонное, противосудорожное, противовоспалительное и обезболивающее средство.

Настой “липового цвета” рекомендуется при простудных заболеваниях, головной боли, обмороках, для полоскания горла при ангинах и полости рта при воспалительных процессах.

Для приготовления настоя берут 2 столовые ложки измельченных липовых цветков на 400 мл кипятка, настаивают 20—30 мин.

Отвар готовят из расчета 3—4 столовые ложки измельченных цветков на 400 мл воды, кипятят в течение 10 мин, процеживают.

Цветки липы издавна применяют в виде горячего чая как потогонное средство, пьют горячим на ночь (заваривают столовую ложку цветков на 200 мл кипятка). Кашицу из заваренных цветков применяют как мягчительное средство для припарок.

Древесинный липовый уголь употребляют при метеоризме и поносах.

Измельченные свежие почки и листья применяют как наружное противовоспалительное, болеутоляющее и мягчительное средство, прикладываемое к ожогам и язвам.

Порошком из семян липы пользуются для остановки носовых кровотечений.

Разваренная молодая кора пригодна при лечении ожогов, ревматизма, подагры и др.

\*\*\*

Описание растения. Липа сердцевидная—дерево семейства липовых высотой до 30 м с темной продольно-бороздчатой корой (на старых деревьях). Молодые веточки красновато-бурые с мелкими чечевичками. Листья очередные с рано опадающими прилистниками, длинночерешковые, иногда несимметричные, с сердцевидным основанием и оттянуто-заостренной верхушкой, зубчатые, сверху зеленые, голые, снизу сизоватые, нередко опушенные, с бородками рыжих волосков в углах жилок, длиной 5—9 см и шириной 5—8 см, на стерильных и порослевых побегах часто более крупные (длина и ширина до 15 см). Цветки желтовато-белые, пахучие, диаметром около 1 см, собраны по 3—11 в соцветия. Плод — шаровидный одно-двусемянный орешек. Живет липа до 300—400 лет (иногда до 600). Цветет в июне — июле. Плоды созревают в августе— сентябре.

В медицине используют цветки с прицветниками.

Места обитания. Распространение. Липа сердцевидная произрастает в средней и южной части европейской территории страны, включая Крым, Средний и Южный Урал. В Западную Сибирь заходит небольшим клином до правобережья нижнего течения Иртыша.

Основные районы распространения липы сердцевидной находятся в зоне широколиственных лесов. Она является одним из лесообразователей широколиственных и хвоино-широколиственных лесов, но почти всегда встречается в смеси с другими породами, особенно с дубом. Чистые липняки обильно представлены лишь в Южном Предуралье. Часто, особенно на севере ареала, липа растет в подлеске. Обычно служит показателем богатых почв; может переносить временный избыток влаги, но не переносит заболачивания. Очень теневынослива.

Липа имеет разнообразное применение. Целесообразно проводить рубку липы в возрасте около 90 лет: хотя в этом возрасте несколько снижается ежегодный прирост древесины и луба, но обеспечивается возможность получения максимального количества сырья для медицины и увеличивается база для развития пчеловодства.

Заготовка и качество сырья. С целью охраны липовых лесов целесообразно проводить сбор цветков липы в основном с деревьев, предназначенных к рубке. Рубку главного и промежуточного пользования в липняках следует планировать на период цветения липы.

Лучшим сроком сбора считается время, когда более половины цветков в соцветии распустились, а остальные находятся в фазе бутонизации. Сбор цветков необходимо проводить только в сухую погоду, в дневные часы, чтобы не было росы. Собранные цветки сушат в сушилках при температуре не выше 40—45° С. Сушка может проводиться также в тени, в проветриваемых помещениях. Хорошо высушенное сырье должно иметь желто-зеленый цвет прицветников и бледно-желтые цветки, слабый запах, слизисго-сладковатый, слегка вяжущий вкус. Влажность сырья допускается не выше 12%. Сырье упаковывают в тюки, хранят в полутемном, хорошо проветриваемом помещении. При правильном хранении сырье не теряет своих свойств в течение 3 лет. Из 100 кг сырых цветков с прицветниками после сушки получается до 30 кг сухого сырья.

Химический состав. В цветках липы содержатся эфирное масло, гесперидин, тилиацин, сапонины, дубильные вещества, каротин и аскорбиновая кислота. В составе эфирного масла найден фарнезол.

Применение в медицине. “Липовый цвет” входит в состав потогонного чая, сбора для полоскания горла. Настой цветков липы применяют как потогонное средство при простудных заболеваниях и как бактерицидное средство для полоскания полости рта. Он имеет также мочегонное и отхаркивающее действие.

Настой. Берут 2 столовые ложки измельченных цветков на 2 стакана кипятка, настаивают 15—20 мин.

**Список литературы**

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