**Мята перечная**

Mentha piperita L.

Родовое название мяты — Mentha — дано в честь римской богини Менты, олицетворяющей человеческий разум. Согласно мифу, она была превращена в растение волшебницей Прозерпиной. Латинское piperitus — жгучий, от “piper” — перец.

В Древнем Риме мятной водой опрыскивали комнаты, самим растением натирали столы, чтобы создать у гостей жизнерадостное настроение

Венки из мяты предписывалось носить на ежегодном июньском празднике богини на Капитолии, а в будние дни — ученикам, постигающим трудную науку — философию. Древние греки и римляне полагали, что запах мяты повышает умственные способности. Это поверье сохранилось и в средние века: студенты возлагали на головы венки из мяты в дни экзаменационных диспутов.

Мята перечная — многолетнее культивируемое травянистое растение с сильным ароматно-холодящим запахом и вкусом.

Стебли многочисленные, прямостоячие, от основания супротивно-ветвистые, четырехгранные, голые или редковолосистые, темно-фиолетовые, высотой до 100 см.

Корневище горизонтальное, ползучее, ветвистое, с отходящими от его узлов тонкими мочковатыми корнями и подземными боковыми побегами, расположенными близко от поверхности почвы, часто стелющимися по поверхности почвы. Листья сверху темно-зеленые, снизу светло-зеленые, короткочерешковые, удлиненно-яйцевидные, заостренные, с сердцевидным основанием и остропильчатыми краями, длиной 3—6 см, шириной 1,5—2 см.

Эфиромасличные железы имеются на обеих поверхностях листа и хорошо заметны под лупой. Листорасположение и ветвление супротивные.

Цветки мелкие, обоеполые, сидячие, неясно двугубые. Чашечка фиолетовая, пятизубчатая, трубчатая, с десятью продольными жилками. Венчик розоватый или бледно-фиолетовый, воронковидный, с четырехлопастным отгибом, верхняя лопасть венчика немного шире остальных, выемчатая. Тычинок 4, они фиолетовые, короче венчика. Цветы собраны на верхушках побегов в головчато-колосовидные соцветия.

Плоды — бурые обратнояйцевидные орешки длиной 0,75 мм (4 орешка заключены в остающуюся чашечку).

Цветет с конца июня до сентября. Плоды образуются очень редко. Растение размножается вегетативно (частями корневищ).

В диком виде не встречается, произошло от скрещивания мяты водяной и мяты колосковой (М. aquatica— M. spicata).

Мята перечная культивируется на Украине (Полтавская, Черниговская, Киевская, Сумская области), в Краснодарском крае, Воронежской области, в Беларуси, Молдове.

В культуре различают черную (с красно-фиолетовым антоциановым оттенком) и белую форму мяты (лишенную антоциановой окраски). Она зацветает раньше черной мяты, аромат эфирного масла нежнее.

Чаще культивируют черную разновидность, так как у нее выход масла и урожайность больше.

Убирают мяту при наступлении цветения примерно у половины растений, в первой половине дня, когда содержание эфирного масла в листьях максимально.

Высушенную траву перед обмолотом перетряхивают для получения цельного листа. Срок хранения листа мяты до 2 лет.

Остальную массу обмолачивают и сортируют, удаляя крупные стеблевые части, после чего используют для получения эфирного масла.

Первыми целебные свойства мяты научно обосновали врачи прошлого — Гиппократ и Парацельс, а Авиценна определил широту ее терапевтического применения. Мята, по словам Авиценны, эффективна “от головной боли, она останавливает кровавую рвоту и кровотечения... укрепляет желудок, успокаивает икоту, способствует пищеварению. Мята и особенно ее семена помогают от укуса бешеной собаки... если ее выпить одну, она гонит пот и сильно согревает, вытягивая (соки) из глубины тела... Если отварить мяту в вине, особенно свежую, и приложить из нее лекарственную повязку, это уничтожает черные пятна на теле и кровоподтеки, образующиеся под глазом... мята (также) полезна от болей в ребрах... мяту заливают уксусом и дают недавно залитые (растения) понюхать лежащему в обмороке. Мята полезна при недостатке аппетита... Она помогает больным желтухой вследствие своей способности очищать, рассеивать, открывать и разрежать желчь при черножелчной и желтожелчной (желтухе)... Мятный отвар гонит мочу и помогает от резей в кишках”.

Все надземные органы перечной мяты содержат эфирное масло: в соцветиях от 4 до 6%, в листьях — до 3%, в стеблях — до 0,3%.

Эфирное масло листьев мяты состоит в основном из моноциклических монотерпеноидов, главный из них — ментол (40—70%). Помимо ментола в нем содержатся пинен, лимонен, дипентен, ментон, фелландрен, цинеол, пулегон, жасмон и эфиры ментола уксусной и валериановой кислот.

Эфирное масло из соцветий, кроме ментола, содержит ментон, ментофуран, пинен, пулегон, сабиненгидрат, перериновую кислоту.

Листья мяты помимо эфирного масла содержат каротин, гесперидин, бетаин, урсоловую (0,3%) и олеаноловую (0,12%) кислоты, флавоноиды.

В медицине применяют настой, настойку, ментол, мятную воду, мятные таблетки и около двадцати комплексных препаратов как средства, улучшающие пищеварение, спазмолитическое, болеотвлекающее, снимающее тошноту, при сердечных и мигреневых болях, желудочно-кишечных заболеваниях, при воспалении верхних дыхательных путей (при насморке, фарингите, ларингите, бронхите).

В лекарственных целях в медицине используют листья мяты, эфирное масло и ментол, получаемый из масла.

Ментол при нанесении на слизистые оболочки или втирании в кожу раздражает нервные окончания, вызывая ощущение холода и покалывания. При возбуждении Холодовых рецепторов суживаются поверхностные сосуды и рефлекторно расширяются сосуды внутренних органов. Этим объясняется облегчение болей под действием ментола при стенокардии (рефлекторно расширяются коронарные сосуды).

Его принимают на кусочке сахара при болях в области сердца.

Назначают ментол также при расстройстве функций желудочно-кишечного тракта, спастических колитах и энтероколитах, как антисептик и обезболивающее средство. Он оказывает легкое местно анестезирующее действие. Раздражая рецепторы слизистой оболочки желудка и кишечника, ментол усиливает перистальтику.

Ментол входит в состав капель Зеленина; выпускается в виде порошка, 1— 2%-ного ментолового масла, 1—2%-ного спиртового раствора ментола и ментолового карандаша, в состав которого входит 1,0 ментола, 3,5 парафина и 0,5 цезерина. Ментоловым карандашом натирают виски при мигрени и головной боли.

Ментол и мятное масло используют при насморке, простуде, гриппе; эти вещества нашли применение в ингаляторе “Ингакамф”.

При стенокардии принимают валидол — раствор ментола в метиловом эфире изовалериановой кислоты.

Чистый ментол в виде различных спиртовых (меновазин) и водных препаратов употребляют в комплексном лечении экземы, дерматита, нейродермита, крапивницы, почесухи.

Настой из листьев мяты можно готовить и следующими способами:

1. 2 чайные ложки измельченных листьев заварить стаканом кипятка, настоять 30 мин, процедить. Выпить глотками в течение дня. Применяют при желудочно-кишечных расстройствах (понос, тошнота, рвота, метеоризм), при заболеваниях сердца, желчнокаменной болезни.

2. 20 г листьев на 0,5 л кипятка заварить как чай и пить по 100 мл 2 раза в день перед едой. Прописывается как средство, улучшающее пищеварение, против спазмов кишечника, тошноты.

3. Настой листьев мяты перечной (1:10 или 1:3) применяют внутрь при желудочно-кишечных заболеваниях по столовой ложке 3—4 раза в день.

4. Настой листа мяты перечной, приготовленный из расчета 5,0 г сырья на 200 мл воды, принимают по 1/3—1/2 стакана 2—3 раза в день за 15 мин до еды.

Раздражающее и антисептическое действие эфирного масла приводит к ограничению процессов гниения и брожения и усилению секреции пищеварительных желез. Мятное масло применяют при заболеваниях печени и желчного пузыря, при этом увеличиваются количество желчи и концентрация желчных кислот. Внутрь назначают в микстурах по 1—3 капли для исправления вкуса и запаха лекарств. Иногда употребляют внутрь по 1—3 капли на сахар при метеоризме.

В зубоврачебной практике мятное масло используют в качестве примеси к зубным порошкам, пастам и жидкостям для полоскания рта. Мятное масло входит в состав корвалола.

Как ароматическое и дезинфицирующее вещество мятное масло необходимо при изготовлении мятных капель, леденцов от кашля, мятных лепешек.

Пары мятного масла обладают противомикробными свойствами, особенно на золотистый стафилококк и ряд спорообразующих бактерий.

Настойка перечной мяты состоит из равных количеств масла мяты и спиртовой настойки листьев (в соотношении 1:20 на 90%-ном спирте).

Принимают по 10—15 капель как противорвотное, ветрогонное, болеутоляющее средство, применяют внутрь как примесь к микстурам, жидкостям для зубов.

Таблетки мятные содержат мятное масло и сахар. Принимают по 1—2 таблетки на прием под язык.

Мятную воду используют для полоскания рта, добавляют к микстурам.

Кроме того, мята и препараты из нее входят во многие комплексные препараты.

Валидол — 25—30%-ный раствор ментола в метиловом эфире изовалериановой кислоты.

Капли Зеленина состоят из 10 частей настойки ландыша, 10 частей настойки валерианы, 5 частей настойки белладонны, 0,2 частей ментола.

Зубные капли содержат 3,1 части мятного масла, 6,4 части камфоры и 90,5 части настойки валерианы.

Бороментол (мазь) включает 0,5 части ментола, 5 частей борной кислоты, 94,5 части вазелина.

Пектусин содержит ментол, эвкалиптовое масло, сахар. Меновазин состоит из ментола, новокаина, анестезин и 70%-ного этилового спирта.

Эвкатол (капли) содержит ментол, настойку эвкалипта на 90%-ном этиловом спирте.

Камфомен (аэрозоль) включает ментол, эвкалиптовое, камфорное и касторовое масло, 0,1%-ный спиртовой раствор фурацилина и оливковое масло.

Ингакамф (карманный ингалятор) состоит из камфоры, ментола, метилового эфира салициловой кислоты, эвкалиптового масла.

“Эфкамон” (мазь) состоит из ментола, тимола, метилсалицилата, камфоры, настойки стручкового перца, масла гвоздичного или коричного масла, масла эвкалиптового, спирта коричного. Используют при артритах, миозитах, невралгии для растирания.

Свечи “Анестезол”. В состав свечи входят: анестезин, дерматол, окись цинка, ментол, жировая основа.

Мята широко используется в косметике.

Мятное масло и ментол добавляют во многие комплексные лечебные препараты и косметические средства: лосьоны, туалетные воды, бальзамы (“Золотая звезда”, “Китайская стена” и др.), эликсиры, мыло. Эрозии при лечении мазью, содержащей эфирное масло мяты, быстро исчезают, ногти, пораженные микозом, начинают расти из ногтевого ложа без поражений.

Наружно настой из листьев (10 г на 200 мл кипятка) в виде фитоаппликаций используют при зуде кожи лица, атоническом дерматите, розовых угрях, увядающей жирной пористой коже, а также при склонности век к отекам, повышенной потливости, солнечном дерматите, после бритья.

Прекрасно снимает усталость, тонизирует и освежает кожу ванна с настоем мяты. Измельченное сырье (5 столовых ложек) помещают в мешочек из марли и подвешивают под краном, чтобы через него протекала горячая вода. Такую ванну желательно делать по вечерам каждые 3—4 дня. После ванны рекомендуется выпить чаю с душицей, мятой или мелиссой.

\*\*\*



Описание растения. Мята перечная—травянистое растение семейства губоцветных, высотой до 1 м. Растет в виде раскидистого, некомпактного куста. Ветвление супротивное, начинающееся от основания стебля. Листья темно-зеленые, без опушения, округло-эллиптической формы разной величины: на центральном стебле и ветвях первого порядка они крупные, на ветвях второго порядка—мелкие. Центральный стебель и боковые супротивные ветви четырехгранные, заканчиваются сложным колосовидным соцветием. Цветки мелкие, венчики лиловые. Цветет мята перечная в июле — августе. Цветки почти полностью стерильны. Плод состоит из 4 яйцевидных односемянных красновато-бурых орешков. Размножается мята вегетативным путем—корневищами, величина которых зависит от условий произрастания. Особенно мощное развитие корневищ наблюдается на осушенных торфяниках, где они достигают в длину 80—90 см. Каждую осень надземная часть мяты отмирает, остается перезимовывать подземная часть — корневища. Весной из глазков корневищ появляются побеги, выходящие на поверхность почвы. Старые части корневища отмирают, надземный побег начинает самостоятельно развиваться. Помимо прямостоячих стеблей, растения образуют горизонтальные побеги (плети), которые несут супротивные, малоразвитые листья. Эти плети при засыпании их землей превращаются в корневища. Корень мяты полустержневой с большим количеством мочек.

Места обитания. Распространение. Мяту перечную возделывают в лесостепной зоне Украины, Молдовы, на Северном Кавказе и в Беларуси. Экологические и погодные условия значительно влияют на содержание эфирного масла и ментола в нем.

Наиболее высокое содержание эфирного масла у растений, выращенных при низкой влажности почвы, а самая большая вегетативная масса накапливается при высокой влажности. Мяту считают растением длинного дня; длинный день обеспечивает нормальное развитие растений, при коротком дне растения развиваются слабо, содержание эфирного масла в них снижается. Процесс образования и накопления эфирного масла в растениях происходит более интенсивно с увеличением солнечной радиации. В более северных районах содержание эфирного масла уменьшается, а содержание ментола в эфирном масле увеличивается.

Для мяты более пригодны плодородные низинные и пойменные участки. Менее пригодны открытые высокие участки с крутыми склонами, тяжелыми глинистыми солонцеватыми и песчаными почвами. На тяжелых бесструктурных почвах, бедных органическими веществами и при недостатке влаги мята слабо развивается, образует мало корневищ и плохо зимует.

Возделывание мяты в различных климатических зонах имеет свои особенности. В южных районах мяту используют как многолетнее растение: осеннюю посадку проводят в октябре — начале ноября, после выпадания осенних дождей. В условиях лесостепной зоны Украины мята является однолетней культурой: посадку ее проводят в основном в ранневесенний период.

Заготовка и качество сырья. В медицине используют листья мяты, эфирное масло и ментол. Для получения аптечного листа мяту скашивают в фазе 50—75% цветения ее цветков жаткой или сенокосилкой с валкообразующими устройствами. Высокомасличные сорта можно убирать в течение августа — октября. Содержание эфирного масла у них в конце вегетации отвечает установленным требованиям к аптечному листу. Сухие листья обмолачивают на переоборудованном комбайне или на молотилках с уменьшением числа оборотов барабана.

Сушку листьев производят в тепловых сушилках при температуре не свыше 30—35° С. Согласно требованиям Государственной фармакопеи предъявляются следующие требования к аптечному листу мяты перечной: содержание влаги должно быть не более 14%; золы не более 14%; золы, нерастворимой в 10%-ной соляной кислоте, не более 6%; почерневших листьев не более 5%; примесей стеблей и соцветий не более 10%; органической примеси не более 1%; минеральной не более 1%; измельченных частей, проходящих сквозь сито с диаметром отверстий 3 мм, не более 5%.

Требования для резаного сырья: частиц размером свыше 10 мм не более 10%; частиц, проходящих сквозь сито с отверстиями диаметром 0,5 мм, не более 8%. Содержание эфирного масла как в резаном, так и в цельном сырье должно быть не менее 1 %.

Хранят лист мяты на складах в тюках по 30— 50 кг.

Химический состав. Содержание эфирного масла в листьях мяты перечной составляет в южных районах более 3%; в северных 2—2,5%, ментола в эфирном масле 50—55%. Современные сорта (гибриды) значительно превосходят эти показатели. Эфирное масло содержит ментол, ментон, метилацетат, ментафуран, лимонен, цинеол, а также другие ценные биологически активные вещества.

Эфирное масло широко используется в парфюмерной, пищевой, табачной и ликерно-водочной промышленности.

Применение в медицине. Листья мяты, содержащие эфирное масло, богаты каротином, различными органическими кислотами и другими веществами (геспиридином, каротином). Из листьев приготавливают ароматный чай сосудорасширяющего и тонизирующего действия, а также лечебные отвары и настойки.

Важное значение приобрел также основной компонент эфирного масла — ментол, который применяют как местное болеутоляющее средство при невралгиях, миалгиях и артралгиях, как противовоспалительное и сосудорасширяющее средство при спазмах коронарных сосудов и успокаивающее — в комбинации с другими средствами. Ментол входит в состав многих препаратов (валидола, валокордина и др.). Мята является хорошим медоносом и обладает фитонцидными свойствами.

**Список литературы**

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