**Кульбаба лікарська**

**Taraxacum officinale Web. et Wigg**

Це відома вже в далекому минулому лікарська рос­лина. Феофраст рекомендував її для лікування веснянок і печінкових плям на шкірі. Пізніше її почали використо­вувати араби. У XVI ст. в Німеччині кульбабі припису­вали заспокоювальну і снотворну дію.

Багаторічна трав'яниста рослина з родини складно­цвітих [Asteraceae (Compositae)]. Має коротке, просте, рідше багатоголове кореневище, від якого відходить мало-галузистий корінь. Розетка з дещо піднятими або лежачи­ми на землі листками. Останні голі, довгасто-ланцетні, до основи звужені, глибокоперистонадрізані. Лопаті листків відхилені до основи, краї їх нерівномірно-зубчасті. З пазух листків виходять квіткові стрілки — голі, циліндричні, порожнисті всередині, 15-30 см заввишки. Суцвіття — одиничний верхівковий груповий кошик. Гола розширена верхівка квіткової стрілки (квітколоже) оточена загаль­ною обгорткою з лінійно-ланцетними листочками. Квітко­ложе густо вкрите яскраво-жовтими язичковими квітками з чубком замість чашечки. Плід — сім'янка з пухнастою летючкою. Цвіте з весни до пізньої осені. Росте як бур'ян на всій території України.

У коренях містяться тритерпенові сполуки, інулін (до 24 %), каучук (до 3 %), жирна олія, до складу якої вхо­дять гліцериди пальмітинової, олеїнової, лінолевої, мелі­сової і церитонової кислот. У листках — вітамін С (50-70 мг%), каротин (6—8 мг%), вітамін Е, солі заліза, кальцію і фосфору.

Корені застосовують для збудження апетиту, як жовчо­гінний засіб та поліпшення травлення при запорах.

Свіжі листки після попереднього вимочування у соло­ній воді придатні для виготовлення салатів, їх можна маринувати в оцті і додавати до овочевих страв як при­праву. З коренів готують сурогат кави.

Французи вживають не тільки зелені листки, а й молоді, ще не розкриті суцвіття. Кошики маринують і додають у солянки й вінегрети як замінник каперсів.

З косметичною метою використовують напар з квіток кульбаби. Ним зводять бородавки, пігментні плями і ластовиння. Ця рослина входить до складу противугревого лосьйону.

Оскільки кошики кульбаби відкриваються о 6-й годині ранку, а закриваються о 10-й, її можна використати для створення квіткового годинника, що й зробив свого часу Карл Лінней. До того ж кульбаба — непоганий барометр: на дощ її кошики закриваються.

Дуже добре розмножується насінням, яке висівають з міжряддями 25—30 см. Догляд полягає у 2—3-разовому розпушенні грунту та прополюванні за вегетаційний період.

Корені збирають восени або рано навесні, їх миють у холодній воді, протягом кількох днів пров'ялюють на від­критому повітрі, а потім сушать на горищах під залізним дахом, у печах або сушарках при температурі 40—50 оС.

**Женьшень звичайний**

**Panax ginseng С. А. Меу.**

Використовується і ціниться з незапам'ятних часів не тільки в Китаї, а й в інших країнах Південно-Східної Азії. Природа створила корінь цієї рослини схожим на людину. Через це і названо його «женьшень», що в пере­кладі з китайської означає «людина-корінь».

Це — багаторічна трав'яниста рослина з родини ара­лієвих (Araliaceae), яка досягає віку 100 років і більше. Стебло прямостояче, 30—70 см заввишки, на верхівці несе кільце з довгочерешкових, до основи пальчасто-п'яти­роздільних листків. Середня частина довша за інші, а дві нижні бокові — коротші. Частки листка оберненоовальні, на кінці загострені, біля основи клиновидні, по краях нерівномірнопилчасті. Всі листки розвиваються з середньої точки на вершині стебла, їх пластинки розміщуються в одній горизонтальній площині. З центра листкового кіль­ця виходить тонка квітконосна стрілка від 2—3 до 50 дріб­них непоказних двостатевих квіток. Квітки зеленувато-білі, чашолистки і пелюстки у них зелені, а тичинки — з великими білими пиляками. Насіння плоске, в кам'янистій внутрішній оболонці. Яскраво-червоні ягоди зібрані в щільну, майже кулясту грушу і різко виділяються серед листя.

Підземна частина рослини складається з циліндричного довгастого м'ясистого кореня, з поверхні кільцеподібно зморшкуватого, жовтуватого. На кінці корінь галу­зиться, даючи 2—4, рідше 6 паростків, які в свою чергу утворюють дрібні мички. У верхній частині від кореня також відходять від 1 до 3 бокових паростків. Корінь вгорі переходить у вертикальне кореневище, що подовжу­ється з віком. Поверхня його вкрита рубцями — слідами стебел минулих років і кількома дрібними сплячими брунь­ками. Верхній кінець потовщений. На ньому закладається велика зимуюча брунька, з якої навесні розвивається пагін. Якщо зимуюча брунька пошкоджена, пагін не розви­вається і рослина іноді протягом кількох років може перебувати в стані спокою. За цей час внаслідок пробу­дження однієї із сплячих бруньок розвивається нова зимуюча брунька. За сприятливих умов спляча брунька може пробудитись і при наявності зимуючої — тоді виростають додаткові надземні пагони. В кінці вересня або на початку жовтня надземна частина відмирає, а навесні (витравні) виростає знову.

У дикому стані поширений у Хабаровському і Примор­ському краях, де зустрічається на гірських схилах під покривом кедрово- і ялицево-широколистяних лісів.

Хімічний склад остаточно не встановлений. Основною діючою речовиною вважають комплекс глікозидів, але жоден з них досі детально не вивчений. Є вказівки на наявність в ньому сапоніну стероїдної будови. Крім того, виявлено жирну олію, пектинові речовини, цукор, крохмаль, ефірну олію панацей, вітаміни В, і В2. Для жень­шеня характерний значний вміст фосфатів у золі, а також сполук сірки і мікроелементів (калій, кальцій, магній, натрій, залізо, алюміній, кремній, барій, марганець тощо).

Препарати з женьшеня стимулюють діяльність центра­льної нервової і ендокринної систем, є тонізуючим засо­бом. Клінічні дослідження підтвердили можливість їх за­стосування при перевтомі, захворюваннях нервової систе­ми та деяких інших патологічних станах.

У культурі женьшень рекомендується вирощувати на некрутих схилах під покривом лісу або на відкритих ділян­ках. Найбільш сприятливі для цього сухі широколистяні лі­си, в яких зустрічаються хвойні дерева і папороть. Грунти — бурі лісові, добре дреновані, із значним шаром гумусу. Спочатку вирощують розсаду. Під розсадник відводять ділянку на високородючих супіщаних або суглинкових грунтах, чистих від бур'янів, не заражених шкідниками і хворобами, яка не затоплюється і добре захищена від віт­ру. Насіння висівають на відстані 2 см одне від одного на глибину до 4 см, ширина міжрядь — 10 см. За тиждень до появи сходів грядку затінюють. Для цього виготовляють спеціальні каркаси, на які кладуть щити або трав'яні мати завдовжки 1,5 і завширшки їм.

Товарну цінність мають 5—б-річні корені, які вико­пують у вересні — жовтні (після відмирання надземної частини рослин). Оскільки корені женьшеня дуже швидко гниють, зразу ж після викопування їх миють і сушать, роз­сортувавши на великі, середні та дрібні, після чого оброб­ляють парою при температурі 80 °С. При цьому великі ви­тримують протягом 1 год 50 хв, середні — 1 год 20 хв, дріб­ні — 1 год. Потім корені розкладають тонким шаром і витримують при температурі 50—60 °С до повітряносухого стану.

**Шипшина собача**

**Rosa canina L.**

Палеоботаніки встановили, що близько 40 млн. років тому шипшина росла на нашій планеті. Плоди цієї рослини з лікарською метою люди почали використовувати близько 5 тис. років тому.

Шипшина собача — кущ 1,5—2,5 м заввишки з дугоподібнозвислими гілками, вкритими міцними гачкуватими Шипами. Молоді пагони заленувато-червоні, з шилоподіб­ними шишками і щетинками. Листки чергові, непарнопери­сті, з сімома, рідше дев'ятьма листочками (10—16 мм зав­довжки і 6—12 мм завширшки). Останні з обох боків голі, овально-видовжені, пилчасті, прилистки довгі, зрос­лися з черешком.

Квітки поодинокі, рідше зібрані у щиткоподібні су­цвіття, оточені приквітками. Чашолистків п'ять, вони перисторозсічені, після цвітіння спрямовані вниз, а неза­довго до достигання плодів частково відпадають. Віночок (до 5 см у діаметрі) рожевий або біло-рожевий, з п'ятьма вільними пелюстками. Квітколоже увігнуте, тичи­нок і маточок багато. Плоди ягодоподібні (18—20 мм завдовжки), червоно-рожеві, різні за формою, з численни­ми волосистими сім'янками.

Росте в рідких лісах, на узліссях, вирубах, трав'яни­стих схилах, по берегах річок, узбіччях доріг і на пусти­рях. Цвіте у травні — червні, плоди достигають у серп­ні — вересні.

З усіх рослин шипшина містить найбільше вітамінів. У ній є вітамін С (500—4800 мг%), каротин, рибофлавін, вітаміни В2, Р, К, Е, солі кальцію, калію, магнію, заліза, фосфору, лимонна та яблучна кислоти, цукри, фітонциди, ефірна олія, дубильні речовини.

У науковій медицині плоди застосовують при хворобах печінки і жовчного міхура як полівітамінний засіб. З них виготовляють холосас (згущений водний екстракт пло­дів шипшини з цукровим сиропом). У народній медицині вживають при хворобах печінки, нирок, сечового міхура, серця, підвищеній кислотності шлункового соку, туберку­льозі легень, гіпертонії. Пелюстки, зварені з медом, ре­комендують при рожистих запаленнях шкіри, відвар коре­нів — при каменях у нирках і гіпертонії, гілки — при дизентерії та розладах шлунково-кишкового тракту.

Плоди шипшини використовують також у харчовій про­мисловості. З них готують варення, джем, пастилу, пюре, повидло, безалкогольні напої, чайно-кавові сурогати.

Шипшина має важливе значення в декоративному са­дівництві як підщепа для вирощування садивного мате­ріалу культивованих сортів.

Розмножують як насінням, так і вегетативне (зеленими стебловими і кореневищними живцями, відсадками, па­ростками та поділом куща). Насіння звичайно висівають восени на глибину 2 см в підготовлену грядку садової шкілки. Ширина міжрядь — 20—22 см. Норма висіву — 2 г чистого насіння на 1 м погонної довжини. Спостере­ження показали, що воно починає проростати в травні на­ступного року. Догляд за посівами полягає в розпушенні міжрядь та прополюванні. Дворічні саджанці переса­джують на постійне місце.

Плоди збирають у фазі повної стиглості, але не пере­стиглі, їх сортують і сушать у печах чи сушарках при тем­пературі 80—90 °С, розстеливши тонким шаром. Висушені плоди можна зберігати 2 роки.