

ВЕЛИКИЙ ІЛЮСТРОВАННИЙ ДОВІДНИК ЛІКАРСЬКИХ ТРАВ І РОСЛИН

Про цілющі властивості рослин відомо з давніх часів, і застосування трав і рослинних зборів у багатьох випадках є ефективнішим і безпечнішим за пігулки. Довідник містить опис близько 600 поширених і маловідомих лікарських рослин і зборів. Наведено також назви латиною і народні назви. Безпомилково визначити рослини допоможуть кольорові ілюстрації. Ви дізнаєтесь: як правильно збирати і заготовляти бруньки, кору, квітки, траву і кореневища, щоб максимально зберегти їхні властивості; як лікарські рослини впливають на організм людини; які існують протипоказання щодо їхнього застосування; відкриєте секрети травників та рецепти рослинних зборів від різних недугів — гіпертонії, астми, ревматизму, подагри, циститу, застуди та багатьох інших.

www.bookclub.ua

ISBN 978-966-14-9172-3



9 789661 491723

ВЕЛИКИЙ ІЛЮСТРОВАННИЙ ДОВІДНИК
ЛІКАРСЬКИХ ТРАВ І РОСЛИН

І. А. Гречаний

600 рецептів і секретів
потомственого травника

ВЕЛИКИЙ ІЛЮСТРОВАННИЙ ДОВІДНИК ЛІКАРСЬКИХ ТРАВ І РОСЛИН

Детальні описи та ілюстрації
Правила збирання, заготівлі, сушіння, зберігання
Лікувальні властивості рослин
Використання при різних
захворюваннях
Алфавітний покажчик


КЛУБ
СІМЕЙНОГО
ДОЗВІЛЛЯ





І. А. Гречаний

600 рецептів і секретів
потомственого травника



ВЕЛИКИЙ
ІЛЮСТРОВАНИЙ
ДОВІДНИК
ЛІКАРСЬКИХ
ТРАВ
І РОСЛИН

ХАРКІВ  КЛУБ
СІМЕЙНОГО
2015 ДОЗВІЛЛЯ

УДК 633.8
ББК 42.14
Г81

Жодну з частин цього видання
не можна копіювати або відтворювати в будь-якій формі
без письмового дозволу видавництва

Видавництво не несе відповідальності
за можливі наслідки виконання наведених рекомендацій.
Книга не може замінити консультації
кваліфікованого спеціаліста

Перекладено за виданням:
Гречаний И. А. Большой иллюстрированный справочник
лекарственных трав и растений. 600 рецептов
и секретов потомственного травника / И. А. Гречаний. — Харьков :
Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», 2015. — 544 с. : цв. ил.

Переклад *Романа Ставицького*

Художники *Галина Печенізька,*
Юлія Печенізька

Дизайнер обкладинки *Артем Семенюк*

ISBN 978-966-14-9172-3

© DepositPhotos.com / margo555,
Madllen, marilyna, tr3gi, Dionis-
vera, welena, Loraliu, ulkan, об-
кладинка, 2015
© Книжковий Клуб «Клуб Сімей-
ного Дозвілля», видання укра-
їнською мовою, 2015
© Книжковий Клуб «Клуб Сімей-
ного Дозвілля», художнє оформ-
лення, 2015



ВСТУП

Добривдень, читачу, збирачу лікарських трав або просто любителю природи! Маю надію, моя книга допоможе тобі ширше поглянути на світ лікарських рослин, яких так багато навколо, і краще зрозуміти їхню сутність. Я намагався зробити цей довідник легким для читання і зрозумілим. У ньому подано як усім відомі лікарські трави, так і рідкісні, малознайомі види.

Лікарські рослини можна знайти буквально скрізь: у полі, на луці, у лісі, болоті, у саду — ба навіть на власному підвіконні! Про цілющі властивості рослин люди знали з давніх-давен, і не в останню чергу завдяки цьому наша цивілізація виживала й розвивалася. Історія траволікування налічує не сотні, а тисячі років, і лікарські рослини археологи знаходили навіть на стоянках первісної людини.

Зрозуміло, що цей довідник — далеко не перша книга про лікарські рослини. Їм присвячені давні єгипетські папіруси, датовані XVI ст. до н. е. Ще більше вражає вік китайських медичних довідників — їх відносять до XXVI ст. до н. е. Видатний ботанік, лікар і натураліст свого часу Гіппократ, який жив у Давній Греції в V ст. до н. е. і якого вважають батьком сучасної медицини, зробив величезний внесок у дослідження лікарських властивостей рослин. Він не тільки описував їх, а й намагався пояснити їхню цілющу дію на організм людини.

На початку нашої ери римський лікар Діоскорид написав монографію «Про лікарські речовини», де дослідив і описав цілющі властивості багатьох рослин. Полководець і природознавець Пліній Старший створив багатотомний трактат «Природнична історія». Ці визначні праці не згубилися в лабіринтах історії, не згоріли



увати, не перевищуючи припустимих доз, адже вони — не що інше як ліки, і з досить сильною дією.

Перш ніж ви почнете читати цю книгу, повторю слідом за Гіппократом, який зробив цей вислів девізом свого життя й передав усім наступним поколінням лікарів: «Не зашкодь!»

Заготівля і сушіння лікарських рослин

Накопичення біологічно активних речовин у рослинах, які мають терапевтичний, лікувальний ефект, залежить від багатьох чинників. Серед них — широта й ґрунтово-кліматичні умови місцевості, де збирають лікарську сировину, погодні умови конкретного вегетаційного періоду, фаза розвитку рослини (фаза морфогенезу) тощо. З урахуванням цих чинників і здійснюється збирання рослин.

Визначено, що найвищий уміст лікарських речовин у надземних частинах вищих (квіткових) рослин спостерігається у фазі бутонізації та цвітіння. У цей період здійснюють заготівлю листя, трави, квіток і суцвіть. Максимальне накопичення лікарських речовин у підземних органах (коренях, кореневищах і бульбах) маємо в період відмирання надземної частини, коли рослини переходять у стан вимушеного спокою. У цей час, восени, і здійснюють їх заготування.

Існують певні правила заготівлі лікарських рослин. Так, сировину збирають у сонячну суху погоду, краще в ранкові години, але не раніше, ніж висохне роса. Не заготовляють рослини поблизу автомобільних шляхів і залізниць, аеродромів, великих населених пунктів, особливо якщо неподалік розташовані промислові підприємства. Це пов'язано з тим, що рослини здатні накопичувати токсичні речовини, у тому числі небезпечні сполуки ртуті, свинцю, радіоактивні сполуки. З тих самих міркувань не збирають трави й поблизу полів, де інтенсивно застосовують отрутохімікати.

Під час збирання кожен вид сировини необхідно скласти в окрему тару і обов'язково позначити етикеткою з зазначенням виду рослини та дати збирання.

Бруньки рослин заготовляють, як правило, ранньої весни, коли вони набрякають, але до початку розпускання. Сушать їх



у добре провітрюваних приміщеннях за знижених температур, тому що високі температури можуть призвести до їхнього про-ростання.

Кору заготовляють під час активного весняного руху соків, коли вона легко відшаровується від деревини. Беруть кору з молодих, одно-трирічних гілок, бо в ній міститься значно більше активних речовин, ніж у старій, окорковій.

Листя заготовляють перед і під час цвітіння. Як виняток, листя деяких рослин (наприклад, мати-й-мачухи) заготовляють після цвітіння.

Квітки збирають на самому початку розпускання (на відміну від ботаніки, квіткою у фітотерапії називається не тільки безпосередньо квітка, а й квітконіжка, суцвіття).

Травами називають листоносні й квітоносні пагони трав'янистих рослин, а також молоді пагони з листям кущів і напівкущів (наприклад, гілочки брусниці називають у фітотерапії травною брусниці, хоч сама рослина не належить до трав'янистих). Грубі, товсті частини рослини після сушіння зазвичай видаляють.

Плоди й насіння збирають зазвичай у фазі повної зрілості.

Корені, кореневища та бульби викопують восени після неповного відмирання надземної частини. При цьому рослину ще можна впізнати з вигляду стебел, листя і плодів. Корені однорічних рослин збирають восени першого року, дворічних — восени другого року життя, а підземні органи рослин із багаторічним циклом розвитку — починаючи з другого-третього року (у деяких видів, як-от женьшеню, — значно пізніше). Перед сушінням корені й кореневища миють, товсті частини розрізають уздовж.

Сушити лікарські рослини слід у темряві або в умовах достатнього затінення, насамперед це стосується тих видів сировини, у яких містяться ефірні олії. Дуже часто трав'янисті частини рослин перед сушінням подрібнюють (ріжуть), що прискорює процес висихання.

Під час збирання лікарської сировини слід завжди пам'ятати, що ресурси нашої флори аж ніяк не безмежні. Збирати рослини, навіть ті, які не віднесено до рідкісних, слід так, щоб не завдати непоправної шкоди популяції, тобто частину рослин залишати для дальшого відтворення.



ЛІКАРСЬКІ РОСЛИНИ ТА ЇХ ЗАСТОСУВАННЯ

АБРИКОС ЗВИЧАЙНИЙ

❖ *Armeniaca vulgaris Lam.*

Абрикос обыкновенный (рос.)

Родина Розові — *Rosaceae*

Рід Абрикос налічує вісім диких видів. Географічним центром походження абрикоса вважається Китай, а батьківщиною сучасних сортів — територія сучасного Таджикистану.

Абрикос — це дерево або кущоподібне дерево заввишки 6—10 м, з бурою корою, що має поздовжні тріщини (кора молодих пагонів блискуча, червоно-коричнева).

Плід абрикоса — округла соковита кістянка масою від 3—18 г у диких видів до 80 г і більше у культурних сортових форм. Колір плодів — від білого до яскраво-червоно-жовтогарячого, зустрічаються абрикоси навіть із чорним забарвленням плодів. Як правило, усі плоди густоопушені.

М'якоть плодів містить різні цукри (переважно сахарозу), крохмаль, органічні кислоти (винну, яблучну, лимонну), флавоноїди, каротин, вітаміни В₁, В₂, В₁₅, С, РР, мікро- та макроелементи, пектини, дубильні речовини. У ядрі насіння (кісточках) міститься до 50 % жирної невисихаючої олії, а також білки. У камеді (смолистих напливах на ушкоджених гілках і стовбурах) містяться цукри —



арабіноза й галактоза, а також глюконова кислота, білки та мінеральні сполуки.

Застосування. Плоди абрикоса (як культурних, так і диких видів) застосовують для лікування захворювань крові та порушень кровотворної функції. Дослідженнями встановлено, що завдяки високому вмісту заліза вживання 100 г абрикосів чинить таку саму дію на кровотворний процес, як і вживання 250 г печінки. Як джерело легкозасвоюваного калію, плоди абрикоса застосовують у випадках порушень серцевого ритму, недостатності кровообігу, інфаркту міокарда.

Абрикосову олію в офіційній медицині використовують як основу для готування рідких мазей і як розчинник лікарських речовин (камфора). Клейкі, обволікальні та емульгувальні властивості камеди використовують у виробництві пігулок, капсул, таблеток. Подрібнені ядра насіння абрикоса в китайській медицині застосовують для лікування кашлю (у вигляді емульсії).

Уживання плодів абрикоса обмежують для хворих на цукровий діабет і ожиріння (з огляду на високий вміст вуглеводів). У насінні абрикоса (кісточках) міститься речовина амігдалін, яка в процесі зберігання має здатність розкладатися з утворенням надзвичайно сильної отрути — синильної кислоти. Тому вживання абрикосового насіння слід обмежувати до 1 ст. л. на добу.

Абрикос широко використовують як у свіжому, так і в сушеному вигляді. Сухофрукти з абрикосів називаються курага (без кісточок), урюк (з кісточками) і кайса (висушена м'якоть із ядрами насіння).

АВРАН ЛІКАРСЬКИЙ

❖ *Gratiola officinalis* L.

Авран лекарственный, авран аптекарский (рос.)

Родина Ранникові — *Scrophulariaceae*

Багаторічна трав'яниста рослина з повзучим лускатим кореневищем. Стебла прямостійні або висхідні, заввишки 10—40 см, одиничні або розгалужені. Листки супротивні, ланцетні, при основі цілокраї, потім дрібнопилчасті, як правило, з трьома жилками. Квітки



одиночні, неправильно-дзвоникоподібні, з жовтою трубкою і білим або рожевуватим, нечітко вираженим відгином. Розташовані квітки в пазухах листків, на довгих квітконіжках. Строки цвітіння — з травня по вересень. Росте в заплавах річок, на берегах водойм разом з іншими вологолюбними рослинами: осокою гострою, тонконогом болотним, калужницею. В Україні зустрічається всюди.

З лікарською метою використовують надземну частину (траву), яку заготовляють у період цвітіння або безпосередньо перед ним, зрідка — кореневища, які викопують восени. У траві аврану містяться глікозиди (граціомід, граціотоксин, граціозид), сапоніни, органічні кислоти (яблучна, бетулінова), флавоноїди, смолисті речовини.

Застосування. Траву аврану з квітками застосовують як сильний проносний, блювотний, сечогінний, протиглистовий засіб, використовують також для лікування захворювань печінки й селезінки, шкірних захворювань (екзема, короста, свербіжні висипи). Є відомості про застосування аврану в лікуванні серцевої недостатності (дія подібна до дії наперстянки). У малих дозах авран викликає підвищену чутливість до зеленої частини спектра, у великих — нудоти, викликає несприйнятливості до зеленого кольору.

Рекомендується застосовувати настої та відвари аврану разом зі слизовими відварами, що запобігають подразненню стінок шлунка й кишечника.

Усі частини рослини отруйні й у випадку перевищення рекомендованих доз спричиняють нестримну блювоту, пронос, судому.

АГАВА АМЕРИКАНСЬКА

❖ *Agave Americana L.*

Агава американская (рос.)

Родина Амарилісові — *Amaryllidaceae*

Багаторічна трав'яниста рослина з блакитнувато-зеленими соковитими великими й товстими листками, зібраними в прикореневу розетку. У цілому агав нагадує алое, але відрізняється значно ширшим листям. Батьківщина агав — Мексика, де вони в при-



родних умовах виростають до гігантських розмірів (3—4 м у діаметрі), а висота квітконоса може сягати 10 м. В Україні агави у відкритому ґрунті можна зустріти в Криму, а в інших регіонах їх вирощують у кімнатній (вазонній) культурі.

У м'ясистому, соковитому листі агави містяться алоїни, смоли, ефірні олії. З лікувальною метою використовують свіжий сік і листки, яким не менш ніж три роки.

Застосування. Препарати агави чинять проносну дію, що дається взнаки через 8—10 годин після приймання. Крім того, агава має протизапальний, жарознижувальний, бактерицидний, відхаркувальний і знезаражувальний ефект, сприяє виведенню з організму зайвої рідини, швидкому зняттю подразнення різних тканин, поліпшує обмін речовин, нормалізує діяльність жовчного міхура, травної системи. Зовнішньо розрізані листки агави використовують у вигляді компресів для лікування наривів, ран тощо. Такі компреси є ефективними також у разі запалення сідничного нерва.



АГАЛИК-ТРАВА ГІРСЬКА

❖ *Jasione montana L.*


Букашник горный (рос.)

Родина Дзвоникові — Campanulaceae


Дворічна, рідше багаторічна трав'яниста рослина. Корінь простий, веретеноподібний. Стебло прямостійне, просте або розгалужене, заввишки 20—80 см. Листки чергові, нижні — довгасто-клиноподібні з заглибинами, у середній частині стебла — лінійно-довгасті, тупі, верхня частина стебла безлиста. Квітки дрібні, фіолетово-блакитні, зібрані в щільну верхівкову головку. Плід — щільна гола яйцеподібна коробочка. Цвітіння — з липня до вересня. Після утворення плодів рос-




**Збір 5 (від випадання волосся,
лупи та свербіння шкіри — зовнішнє)**

 Листя кропиви — 3, листя мати-й-мачухи — 3
6 ст. л. суміші відварити в 1 л води. Мити голову тричі на тиждень.

**Збір 6
(від випадання волосся голови — зовнішнє)**

 Кореневища айру — 1, кореневища лопуха — 1
6 ст. л. суміші кип'ятити 10—15 хв в 1 л води, настоювати 4 год,
процідити. Мити голову тричі на тиждень.

**Збір 7
(від випадання волосся голови — зовнішнє)**

 Трава герані — 1, трава кропиви — 1
3 ст. л. суміші настоювати 4 год в 6 склянках окропу, процідити.
Мити голову 2—3 рази на тиждень.





АБЕТКОВИЙ ПОКАЖЧИК УКРАЇНСЬКИХ НАЗВ РОСЛИН

Абрикос звичайний 9	Арніка гірська 37
Авран лікарський 10	Аронія чорноплідна, горобина чорноплідна 38
Агава американська 11	Артишок посівний 40
Агалик-трава гірська 12	Астрагал волохатоцвітий 42
Агрус звичайний 13	Аюга повзуча 43
Аір болотний, або звичайний, татарське зілля 14	Багно звичайне 44
Айва звичайна, або довгаста 15	Бадан товстолистий 45
Айва японська, хеномелес японський 16	Базилік камфорний, або м'яталистковий 46
Аконіт гайовий 17	Баклажан звичайний 47
Актея колосиста 18	Баранець звичайний, плаун- баранець 48
Актинідія коломікта 20	Барбарис звичайний 50
Алича 21	Барвінок малий, або хрещатий 51
Алое деревоподібне 22	Бедринаць ломикаменевий 52
Алтея лікарська 24	Беладона лікарська 54
Амі велика 25	Береза бородавчаста 55
Амі зубна 26	Березовий гриб 56
Аморфа кущова 28	Берізка польова 57
Анабазис безлистий 29	Білозір болотний 58
Анемона лісова 30	Блекота чорна 60
Аніс звичайний 31	Бобівник трилистий 61
Анхуза лікарська 33	Бодян, зірчастий аніс 62
Аралія маньчжурська, аралія висока 34	
Арахіс, земляний горіх 36	



- Болиголов плямистий 63
Борщівник європейський 65
Бруслина бородавчата 66
Брусниця звичайна 68
Бузина низька 69
Бузина чорна 70
Буквиця лікарська 71
Буркун білий 72
Буркун лікарський 73
Буряк звичайний 75
Бутень ароматний 76
- Валеріана лікарська 77
Верба біла 78
Верба козяча 79
Вербена лікарська 80
Вербозілля лучне, луговий чай 81
Верес звичайний 82
Вероніка лікарська 83
Веснівка дволиста 85
Виноград європейський 86
Вишня звичайна 87
Вільха чорна, вільха клейка 88
Віскарія звичайна 90
Вовконіг європейський 91
Вовче тіло болотне 92
Вовчі ягоди звичайні,
вовче лико 94
Вовчуг польовий 95
Водяний горіх 97
Водяний перець,
гірчак перцевий 98
Водяниця чорна 100
Волошка лучна 101
Волошка синя 102
Вороняче око чотирилисте 103
В'яз гладенький 104
В'язіль барвистий 106
- Гадючник в'язолистий 107
Гадючник шестипелюстковий 109
Галега лікарська 110
Гарбуз звичайний 111
Гармала звичайна 112
Герань лісова 113
Герань лучна 114
Гикавка сіра 115
Гінкго дволопатево,
гінкго білоба 116
Гірчак зміїний 118
Гірчак почечуйний 119
Гірчак пташиний, спориш
звичайний 120
Гірчиця сарептська 121
Гісоп лікарський 122
Глечики жовті,
латаття жовте 124
Глід колючий 125
Глід криваво-червоний 126
Головатень звичайний 127
Горицвіт весняний, адоніс 128
Горіх волоський 129
Горлянка Лаксмана 130
Горобина звичайна 131
Грабельки звичайні 132
Гравілат міський 133
Гравілат річковий 135
Гранатник звичайний,
гранат 136
Гречка посівна 138
Грицики звичайні 138
Гронянка півмісяцева, ключ-
трава 139
Грошовик альпійський, або
сибірський 140
Груша звичайна 141
Грушанка круглолиста 142



- Датиска коноплева 144
 Дельфіній плутаний 145
 Дельфіній сітчастоплідний 146
 Деревій звичайний 147
 Дзвоники круглолисті 148
 Дивина густоквіткова 149
 Диня звичайна 151
 Діоскорея кавказька 152
 Діоскорея ніппонська,
 діоскорея Жиральда 154
 Дрік красильний 155
 Дуб звичайний 156
 Дудник лісовий 157
 Дурман звичайний 158
 Дягель лікарський 159
- Евкالیпт кулястий 160
 Елеутерокок колючий,
 вільноогідник 161
 Енотера дворічна 163
 Ехінацея пурпурова 164
- Женьшень 166
 Живокіст лікарський 168
 Жимолость істівна 170
 Жито посівне 171
 Жовтець їдкий 172
 Жовтозілля звичайне 173
 Жовтозілля ромболисте 174
 Жовтушник
 лакфіолевидний 175
 Жовтушник сіруватий 177
 Жостір проносний 178
 Журавлина чотирипелюсткова,
 журавлина болотна 179
- Зайцегуб п'янкий 181
 Залізник гострокінцевий 182
- Заяча капуста, очиток
 великий 184
 Звіробій звичайний 186
 Здутоплідник сибірський 188
 Зеленчук жовтий 189
 Зигаденус сибірський 190
 Зимолюбка зонтична 192
 Зіновать руська 193
 Зірочки жовті 194
 Зірочник середній 195
 Змієголовник молдавський 197
 Золотий корінь,
 родіола рожева 198
 Золототисячник малий 200
 Золотуха висока 201
 Золотушник звичайний 202
 Золотушник канадський 203
- Іван-чай вузьколистий 204
 Інжир, смоківниця звичайна 205
 Ірга овальна 206
 Ісландський мох, цетрарія
 ісландська 208
- Кавун звичайний 209
 Кадило сарматське 210
 Каланхое пірчасте 211
 Калачики лісові,
 мальва лісова 212
 Калина звичайна 213
 Калюжниця болотна 214
 Капуста городня 216
 Карагана дерев'яниста,
 жовта акація 217
 Картопля городня 218
 Касія гостролиста 219
 Катарантус рожевий,
 барвінок рожевий 220



- Каштан кінський,
гіркокаштан 222
- Квасениця звичайна 223
- Квасоля звичайна 224
- Кендир коноплевий, кутра
коноплева 225
- Кизил звичайний 227
- Китятки гіркуваті 228
- Клен гостролистий 229
- Кмин звичайний 230
- Кнік бенедиктинський,
хрестовий корінь 231
- Конвалія звичайна 233
- Коноплі посівні 234
- Конюшина лучна 235
- Копитняк європейський 236
- Коріандр посівний, кінза 237
- Королиця звичайна 238
- Коронарія зозуляча,
зозулин цвіт 240
- Костяниця кам'яниста 241
- Котяча м'ята 242
- Котячі лапки дводомні 244
- Красоля велика 245
- Кремена гібридна 246
- Кріп городній 248
- Кропива глуха біла 249
- Кропива дводомна 250
- Кропива жалюча 252
- Кропива собача
п'ятилопатева 253
- Крушина ламка 254
- Куколиця біла,
або лучна 255
- Кукурудза 257
- Кульбаба лікарська 258
- Купина лікарська 259
- Курячі очки польові 260
- Лаванда вузьколиста 261
- Лавр благородний,
лаврове дерево 263
- Ламінарія японська,
морська капуста 263
- Ласкавець золотистий 264
- Ластовень лікарський 266
- Латаття біле 267
- Латук городній, салат
посівний 268
- Левзея сафлоровидна,
мараловий корінь 269
- Лимонник китайський 270
- Липа серцелиста 272
- Лілея тигрова 273
- Ліщина звичайна 274
- Ліщиця волотиста,
перекотиполе 275
- Лопух великий 277
- Лохина звичайна 278
- Лутига розлога 279
- Льон посівний, льон
звичайний 280
- Льонок звичайний 281
- Любисток лікарський 283
- Любка дволиста 284
- Люцерна посівна 285
- Лядвенець рогатий 286
- Магнолія великоквіткова 287
- Мак дикий 288
- Мак снодійний 289
- Малина звичайна 290
- Марена красильна 291
- Маслина європейська,
оливкове дерево 292
- Маслинка вузьколиста 293
- Материнка звичайна 294



- Мати-й-мачуха,
підбіл звичайний 296
- Медунка лікарська 297
- Меліса лікарська 298
- Мигдаль звичайний 300
- Миколайчики плоскі 301
- Мильнянка лікарська 302
- Модрина сибірська 303
- Молодило звичайне, або
паросткове 304
- Молочай-сонцегляд 305
- Момордика кохінхінська 306
- Морква городня 308
- Морква дика 309
- Мухомор червоний 310
- Мучниця звичайна,
ведмежі вушка 311
- М'ята перцева 312
- Нагідки лікарські,
календула 313
- Наперстянка великоцвіта,
або звичайна 314
- Наперстянка пурпурова 315
- Настурція лікарська 317
- Незабудка польова 318
- Нетреба звичайна, ксантіум 319
- Нечуйвітер волохатенький 321
- Нікандра фізалієподібна 323
- Обвійник грецький 324
- Обліпіха крушиноподібна 325
- Овес посівний 326
- Огіркова трава 327
- Ожина сиза 329
- Олеандр звичайний 330
- Оман британський 331
- Оман високий 332
- Омег водяний 334
- Омела біла 335
- Орлики звичайні 336
- Орляк звичайний 337
- Ортосифон тичинковий 339
- Осика звичайна 340
- Осока парвська 341
- Осот польовий 342
- Остудник голий 344
- Очанка прямостійна 345
- Очерет звичайний 346
- Очиток їдкий 348
- Папороть чоловіча,
дріоптерис чоловічий 349
- Парило звичайне 350
- Пасифлора інкарнатна 351
- Паслін часточковий 352
- Паслін чорний 353
- Пастернак посівний 355
- Первоцвіт весняний 356
- Переступень білий 357
- Перець стручковий
однорічний 358
- Перстач білий 358
- Перстач гусячий 360
- Перстач прямостійний 361
- Перстач сріблястий 363
- Петрушка городня 364
- Пижмо звичайне 365
- Пирій повзучий 367
- Півники болотні 368
- Півники лікарські 369
- Півонія вузколиста 371
- Півонія незвичайна 372
- Підмаренник справжній 374
- Пізньоцвіт прегарний 375
- Плакун верболистий 376



- Плаун булавоподібний 378
Плоскуха звичайна, куряче
 просо 379
Подорожник великий 380
Подофіл щитоподібний 381
Полин гіркий 383
Полин звичайний 384
Порічки червоні 385
Приворотень звичайний 386
Пшінка весняна 388
- Ревінь тангутський 389
Редька посівна 391
Рицина звичайна 392
Ріпа городня 394
Родовик лікарський 395
Розмарин лікарський 396
Розторопша плямиста 397
Роззидник плющовидний, або
 звичайний 399
Роман красильний 400
Ромашка без'язичкова 402
Ромашка лікарська 403
Росичка круглолиста 404
Рута запашна 405
Рутвиця мала 406
Рутка лікарська, або аптечна 408
Ряска мала 409
- Самосил білоповстистий 410
Самосил гайовий 412
Самосил часниковий 413
Свербіжник 415
Свербіжниця польова 416
Селера запашна 417
Синюха блакитна 418
Скополія карніолійська,
 або кавказька 419
- Скупія звичайна 420
Слива звичайна 422
Смілка звичайна 423
Смовдь руська 424
Смородина чорна 425
Сокирки польові 426
Солодка гола 427
Сон лучний, сон-трава 428
Соняшник 429
Сосна звичайна 430
Софора японська, японська
 акація 431
Спаржа лікарська 432
Стародуб широколистий 434
Суниці лісові 435
Сухоребрик лікарський 436
Сухоцвіт багновий 438
- Татарник колючий 439
Терен звичайний 440
Тирлич голубий 441
Тирлич жовтий 442
Топінамбур,
 земляна груша 443
Тополя чорна, осокір 444
Трясучка середня 445
- Ужовник звичайний 446
- Фенхель звичайний 447
Фіалка триколірна, братки 448
- Хвилівник звичайний 449
Хвойник двоколосковий,
 ефедрa звичайна 451
Хвоц польовий 452
Хміль звичайний 453
Хрін звичайний 454



Цибуля ведмежа	455	Чорнокорінь лікарський	479
Цибуля городня	457	Чорнушка дамаська, нігела	481
Цикламен європейський	458	Шавлія лікарська	482
Цикорій звичайний	459	Шавлія мускатна	483
Цикута отруйна	461	Шипшина собача	485
Цмин пісковий	462	Шовковиця	487
Чаполоч пахуча	463	Шолудивник болотний	488
Часник посівний	465	Щавель городній	490
Частуха подорожникова	466	Щавель кінський	491
Чебрець звичайний	467	Яблуня лісова, або дика	492
Чемериця Лобеля	469	Ялина європейська, або звичайна	493
Чемерник червонуватий	470	Ялиця сибірська	494
Череда трироздільна	471	Яловець звичайний	495
Черемха звичайна	473	Яловець козачий	497
Чина лучна	474	Ясен звичайний	498
Чистець болотний	475	Ячмінь звичайний	499
Чистотіл великий	476		
Чорниця звичайна	477		
Чорнобривці розлогі	478		





ЛІТЕРАТУРА

- Астахов В. Г.* Кладовые на болотах. — М., 1976.
- Баринова Л. И., Алексеев В. А.* Лесная аптека. — Харьков, 1991.
- Борисов М. И.* Лекарственные свойства сельскохозяйственных растений. — Минск, 1974.
- Віполіна О. Д.* Дикоростучі лікарські рослини. — К., 1958.
- Володарский Л. И.* Практическое руководство по сбору и заготовке лекарственных растений. — М., 1959.
- Лекарственные растения в научной и народной медицине / Б. Г. Волинский, К. И. Бендер, С. Л. Фрейдман и др. — Саратов, 1967; 1972.
- Ворошилов В. Н. и др.* Энциклопедический словарь лекарственных, эфиромасличных и ядовитых растений. — М., 1951.
- Гаммерман А. Ф., Шупинская М. Д., Яценко-Хмелевский А. А.* Растения-целители. Лекарственные растения нашей родины. — М., 1963.
- Гесь Д. К., Горбач Н. В., Кадаев Г. Н. и др.* Лекарственные растения и их применение. — Минск, 1976.
- Григора И. М., Шабарова С. И., Алейников И. М.* Ботаника. — К., 2000.
- Губергриц А. Я., Соломченко Н. И.* Лекарственные растения Донбасса. — Донецк, 1968.
- Довженко А. Р., Довженко В. Р.* Тайны зеленой аптеки. — Симферополь, 1967.
- Дудченко Л. Г., Кривенко В. В.* Пищевые растения-целители. — К., 1985.
- Жадан М. М.* Аптека в лесу. — Симферополь, 1979.
- Заверуха Б. Г.* У світі рослин. — К., 1980.
- Заика В. Н.* Целебные свойства растений. — Донецк, 2008.
- Зелинский С. Е.* Лекарственные растения СССР. — М., 1958.
- Ивченко С. И., Руденко В. Ф.* Лесные плодовые растения. — М., 1976.
- Ковалева Н. Г.* Лечение растениями. — М., 1971.



- Кондратюк Е. Н., Ивченко С. И., Смык Г. К. Дикорастущие лекарственные и плодовые растения Украины. — К., 1969.
- Котуков Г. Н. Культивируемые и дикорастущие лекарственные растения. — К., 1974.
- Кураковський Ю. А. Скарбниця здоров'я. — К., 1994.
- Лагерь А. А. Методические указания по сбору и заготовке лекарственных растений. — Красноярск, 1987.
- Лагерь А. А. Фитотерапия. — Красноярск, 1988.
- Мамчур Ф. И. Справочник по фитотерапии. — К., 1984.
- Махлаюк В. П. Лекарственные растения в народной медицине. — Саратов, 1967.
- Носаль М. А., Носаль І. М. Лікарські рослини і способи їх застосування в народі. — К., 1962.
- Попов А. П. Лекарственные растения в народной медицине. — К., 1968.
- Попов А. П. Лесные целебные растения. — М., 1973.
- Решетняк В. В., Цигура И. В. Травник. — Х., 1992.
- Рыбницкий Н. Ф., Гаврилов И. С. Дикорастущие плоды и ягоды. — Л., 1969.
- Рябоконе А. А. Справочник лекарственных растений. — Харьков, Белгород, 2008.
- Сафронов М. М. Повний атлас лікарських рослин. — Тернополь, 2010.
- Свиридонов Г. М. Лесной огород. — М., 1987.
- Серебрякова О. Г. Новейшая энциклопедия лекарственных растений. — М., 2011.
- Скляревский Л. Я., Губанов И. А. Лекарственные растения в быту. — М., 1968.
- Турова А. Д. Лекарственные растения СССР и их применение. — М., 1967.
- Флора В. Н. Лекарственные растения. — Кишинев, 1973.
- Харченко М. С. та ін. Лікарські рослини і їх застосування. — К., 1982.





ЗМІСТ

Вступ.....	5
ЛІКАРСЬКІ РОСЛИНИ ТА ЇХ ЗАСТОСУВАННЯ.....	9
РЕЦЕПТИ ЗБОРІВ	501
Абетковий покажчик українських назв рослин	533
Література.....	540

Довідкове видання

ГРЕЧАНИЙ Ігор Анатолійович
**Великий ілюстрований довідник лікарських трав і рослин.
600 рецептів і секретів потомственного травника**

Головний редактор *С. С. Скляр*
Завідувач редакції *К. В. Новак*
Відповідальний за випуск *І. Г. Веремій*
Редактор *І. Г. Близнюкова*
Художній редактор *С. В. Місяк*
Технічний редактор *В. Г. Євлахов*

Підписано до друку 08.05.2015.
Формат 84x108/32. Друк офсетний.
Гарнітура «Minion Pro». Ум. друк. арк. 28,56.
Наклад 7000 пр. Зам. № .

Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»
Св. № ДК65 від 26.05.2000
61140, Харків-140, просп. Гагаріна, 20а
E-mail: cop@bookclub.ua

Віддруковано у ПАТ «Білоцерківська книжкова фабрика»
09117, м. Біла Церква, вул. Леся Курбаса, 4
впроваджена система управління якістю
згідно з міжнародним стандартом DIN EN ISO 9001:2000

Видавництво Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»
www.trade.bookclub.ua

ГУРТОВИЙ ПРОДАЖ КНИГ ВИДАВНИЦТВА

ХАРКІВ

ДП з іноземними інвестиціями
«Книжковий Клуб
«Клуб Сімейного Дозвілля»»

61140, м. Харків-140,
просп. Гагаріна, 20-А
тел/факс +38 (057) 703-44-57
e-mail: trade@bookclub.ua
www.trade.bookclub.ua

Київська філія

04073, м. Київ, просп. Московський, 6, кімн. 35,
тел. +38 (067) 575-27-55
e-mail: kyiv@bookclub.ua

Одеська філія

65017, м. Одеса, вул. Малиновського, 16-А, кімн. 109
тел. +38 (067) 572-44-28
e-mail: odessa@bookclub.ua

Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»

служба роботи з клієнтами:

тел. +38 (057) 783-88-88

e-mail: support@bookclub.ua

Інтернет-магазин: www.bookclub.ua

«Книжковий клуб», а/с 84, Харків, 61001

Гречаний І. А.

Г81 Великий ілюстрований довідник лікарських трав і рослин.
600 рецептів і секретів потомственного травника / І. А. Гречаний, перекл. Романа Ставицького. — Харків : Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2015. — 544 с. : кол. іл.

ISBN 978-966-14-9172-3

Лікування травами завжди було невід'ємною частиною народної медицини. Лікарські засоби на основі рослин м'яко й ефективно впливають на організм та дозволяють вилікувати навіть ті хвороби, при яких таблетки не допомагають. Довідник містить докладний опис поширених і рідкісних лікарських рослин, доповнений кольоровими ілюстраціями, а також рекомендації щодо їх збирання і заготівлі, рецепти цілющих зборів, секрети лікарів-травників. Наведено інформацію про застосування рослин, їх вплив на організм людини і можливі протипоказання.

УДК 633.8
ББК 42.14