

Черемуха: лечебные свойства и противопоказания.



Черемуха обыкновенная — это одно из известных растений, история которого тесно переплетена с культурой и бытом того или иного народа. Упоминание черемухи можно встретить в поэзии и песенном фольклоре. Интересно, что ботаническое описание растения одновременно сделали несколько классификаторов, в том числе и Карл Линней, поэтому латинское название черемухи в разных источниках можно встретить в различных вариантах: *Padus avium* (Mill.), *Padus racemosa* (Gillib.) или *Prunus padus* (L.).

Черемуху часто выращивают в садах, парках и скверах в качестве декоративного растения. Нередко в садах разводят и черемуху виргинскую (*P. virginiana*), которая отличается от обыкновенной более мелкими цветами. Черемуха испокон веков служила естественным индикатором, благодаря которому люди определяли наиболее благоприятное время для проведения сельскохозяйственных работ. Цветение черемухи наблюдается с конца апреля по май, и зависит от степени прогревания почвы, поэтому существует примета, согласно которой картофель необходимо высаживать, едва она начинает набирать цвет.



Черемуха обладает рядом лечебных свойств, которые были известны еще нашим далеким предкам, и о чем можно судить по результатам химического анализа частей растения.

Что касается пищевой привлекательности, то ягоды черемухи остаются лишь лакомством для пернатых (иногда их едят и дети) — все усилия селекционеров по выведению "крупноплодных" сортов не увенчались успехом.

Заготовка лечебного сырья

Для лечебных целей заготовке подлежат плоды, кора молодых ветвей и свежие цветки. Наиболее благоприятное время для заготовки коры — ранняя весна, в самом начале

сокодвижения, впрочем, качество сырья майского сбора ничем не хуже — кора просто труднее отделяется. Кору снимают в виде трубки, делая кольцевые и продольные надрезы на срезанных секатором ветках. Сушку коры проводят с использованием специализированных электросушилок, в которых поддерживается температура 80 °С — при этих условиях ферменты деактивируются (разрушаются), а амигдалин полностью сохраняется. Если же планируется использовать кору в составе мочегонных препаратов, и присутствие амигдалина нежелательно, тогда сушку проводят при температуре в 40 °С, или на открытом воздухе.

Цветы заготавливают во время цветения, а плоды после полного созревания. Иногда заготавливают и незрелые плоды, а также листья черемухи.

Химический состав лечебного сырья



Слезоточивый газ хлорпикрин, который также известен как "черемуха", к растению не имеет никакого отношения, хотя это название в некотором роде символично, ведь все части дерева содержат химические соединения, в большой концентрации оказывающие отравляющее действие.

В недозрелых плодах, семенах, коре и листьях растения синтезируются несколько гликозидов, наиболее важным из которых является амигдалин. Гликозид амигдалин при гидролизе распадется на бензойный альдегид и глюкозу, а также отщепляет свободную цианистоводородную кислоту. Семена и кора ветвей содержат практически одинаковое количество амигдалина (1,8% и 2% соответственно), и уступают в этом плане лишь косточкам горького миндаля (свыше 12%).

Примечательно, что расщепление амигдалина происходит даже в тканях растения, под действием ферментов, и свободная синильная кислота HCN обнаружена в коре и околоплодниках недозрелых ягод (около 0,1%) и листьях (в пределах 0,05%). Наличием свободной синильной кислоты как раз и объясняется тот факт, что у черемухи очень мало естественных врагов. В этой связи хотелось бы рассказать об уникальном эксперименте. Оказывается, если растереть почки или околоплодники незрелых плодов черемухи в кашу, и нанести ее на впившегося в тело клеща, то через 10 - 15 минут паразит погибает (достаточно всего лишь 0,1 г препарата!).

В ягодах черемухи после созревания накапливаются углеводы и органические кислоты, но из-за большого содержания дубильных веществ (до 15% и более), плоды обладают приторно-терпким вкусом.

Своеобразный аромат цветков черемухи обусловлен наличием летучего гликозида пруназина, который используется при составлении парфюмерных композиций.

Фармакологическое действие



Очевидно, что наличие дубильных веществ в созревших плодах наталкивает на мысль о вяжущих и закрепляющих свойствах, что находит подтверждение во врачебных рекомендациях из древних источников, когда ягоды черемухи назначали в случае диареи. Вполне обосновано и применение ягод при лечении различных желудочно-кишечных заболеваний, связанных с нарушением целостности слизистой оболочки и воспалительными процессами.

Ягоды черемухи — богатый источник пектинов, о которых современной науке известно буквально все, но о которых не ведали наши далекие предки, и назначали плоды интуитивно в случае отравлений, "брожения" в кишечнике и пр. Оказывается, пектиновые вещества служат отличной средой для размножения полезной микрофлоры кишечника и "западной" для вредоносных бактерий и микробов. Благодаря особому химическому строению, пектины способны деактивировать и связывать различные токсины, радионуклиды и соли тяжелых металлов, которые впоследствии выводятся в процессе дефекации.

Что касается коры, цветков и листьев, то фармакинетика их действия на организм обусловлена, в частности, наличием амигдалина, о котором можно прочесть в материалах о [бузине](#), горьком миндале или абрикосовых косточках. Чтобы не затруднять читателей подробным описанием фармакологического воздействия амигдалина, ограничимся, пожалуй, упоминанием, что кора черемухи (препараты на ее основе) обладает мочегонными свойствами и усиливает потоотделение, а листья и цветки, кроме того, губительно действуют на болезнетворные микроорганизмы, снимают воспаления и стимулируют регенеративные функции тканей.

Лечебные препараты на основе черемухи



Если говорить о научной медицине, то тут вариантов использования черемухи немного — ее плоды входят в рецептуру желудочного чая (сбор №1); из них готовят отвар и настой.

- **Отвар.** На стакан воды — 1 ст.л. сухих плодов. Проварить в течение 20-ти минут, процедить. Принимать 2 - 3 раза в день по 30 мл (только для взрослых!).

- **Настой.** Залить 1 ст.л. плодов кипятком (1 стакан), проварить 3 - 5 минут, процедить после 2-х часового настаивания. Принимают так же, как и отвар.

Лечебные свойства черемухи в народной медицине

В противовес именитым эскулапам, народные врачеватели достаточно часто прибегают к помощи черемухи при лечении разного рода заболеваний.

Цветки и листья растения (настой) оказывают неплохой лечебный эффект при терапии блефаритов и конъюнктивитов, способствуют нормализации деятельности пищеварительного тракта, помогают при простудных заболеваниях верхних дыхательных путей.



Кору черемухи (как правило, отвар) используют для нормализации обменных процессов, выведения солей и стимуляции удаления излишней жидкости (отеки, водянка, артриты, подагра, камни и пр.). Спиртовая настойка коры или настой на керосине обладают местно-раздражающими и отвлекающими свойствами, поэтому их нередко прописывают в виде растирки при миозитах, радикулите, суставных болях и пр. Компрессы из свежих листьев ускоряют созревание фурункулов и "холодных" опухолей, а также способствуют скорейшему заживлению ран и ожогов.

Рецепты народной медицины

- **Настой (для наружного использования).** Залить свежие ягоды черемухи (на 200 мл воды 2 ст.л.) и настаивать в течение 8-ми часов. Применяется средство для промывания пораженных грибковыми заболеваниями участков кожи.

- **Настой цветков и листьев.** Смесь, состоящую из равных частей цветков и листьев (по 1/2 ч.л.), заварить на стакан кипятка, через час процедить. Препарат назначают при лечении диареи, заболеваниях дыхательных путей (бронхиты, пневмония и пр.), при простуде (как потогонное средство). Принимать по 50 мл 3 - 4 раза в день.

- **Настой цветков.** На 1 стакан кипятка — 2 ст.л. сырья; продолжительность настаивания — 1 час. Наружно назначают для промываний при лечении блефарита и конъюнктивита. Внутрь рекомендуется принимать в случае нарушения водно-солевого обмена (подагра, остеохондроз и пр.). Принимать до 6-ти раз в сутки по 1 ст.л.



- **Настойка коры.** Залить 2 ст.л. сырья водкой (200 мл), и настаивать в темном месте 21 день. Лечебная настойка используется в качестве растирки при миозите, суставных и ревматических болях.

- **Сбор от псориаза.** Состав: 3 части цветочных корзинок календулы, по 2 части листьев земляники лесной, травы фиалки трехцветной и березовых почек, 1 часть сухих листьев черемухи. На стакан воды — 1 ст.л. травяной смеси, довести до кипения, а после остывания процедить. Принимать трижды в день по полстакана до еды (за полчаса). Лечение длительное, курсами по 40 дней, с месячными перерывами.

- **Сбор вяжущий.** Плоды черемухи и черники в соотношении 3:2. Залить 2 ст.л. смеси ягод стаканом кипятка, проварить 20 минут. Принимать по полстакана до 4-х раз в день.

- **Сбор противовирусный.** Помогает в излечении герпеса. Состав: цветки черемухи, мелисса (листья), плоды можжевельника и ирябины в соотношении 3:3:1:1. Заварить крутым кипятком (1 стакан) 1 ст.л. травяной смеси, настоять 30 - 45 минут. Принимать в теплом виде, трижды в день по стакану.

Противопоказания и побочное действие

Лечение препаратами на основе черемухи, в виду наличия сильнодействующих веществ, противопоказано при вынашивании плода и грудном вскармливании.



Что касается отравления препаратами черемухи от передозировки, то такое вполне возможно при самолечении, хотя встречается значительно реже, чем отравление абрикосовыми или миндальными косточками. Впрочем, известны случаи отравления детей, употреблявших не вполне зрелые ягоды черемухи, поэтому уместно напомнить об оказании первой помощи.

Первое, что необходимо сделать, это промыть желудок путем вливания большого количества жидкости (содовый раствор, марганцовка), очистить кишечник (клизмы) и ввести в вену антидот (например, 30%-ный раствор тиосульфата натрия, известный фотографам как "гипосульфит"). Разумеется, без оказания помощи специалиста тут не обойтись, поэтому обязательно вызвать врача!

Симптоматика отравления выражается в затрудненном (прерывистом) дыхании, головных болях, рвоте, режущих болях внизу живота, ощущением "першения" в горле. Явным признаком, указывающим на отравление амигдалином, служит специфический запах горького миндаля в выдыхаемом воздухе.₂

Источник: <http://indasad.ru/lekarstvennye-rasteniya/3544-cheremukha-lechebnye-svoystva-i-protivopokazaniya>