**Багульник болотный**

Ledum palustre L.

Семейство вересковые— Еricаceae

На территории советского Дальнего Востока произрастает четыре вида багульника, но только один из них— багульник болотный— официально признан лекарственным растением. Это— вечнозеленый кустарник, иногда достигающий в высоту 120—125см. Многочисленные старые ветви имеют темно-серый цвет; молодые побеги покрыты рыжевато-бурым опущением. Листья очередные с немного завернутым вниз цельным краем. Их форма варьирует от линейной до продолговато-эллиптической. Сверху листья темно-зеленые, блестящие, с мелкими желтоватыми железками, снизу— буро-войлочные. Белые цветки собраны в многоцветковые зонтиковидные соцветия. Цветет в мае— июне, плоды созревают в июле— августе.

Распространен в Приморье, Приамурье, на Охотском побережье, Чукотке, Камчатке, Командорских и Курильских островах и Сахалине. Багульник болотный произрастает главным образом на моховых болотах, обычно образуя заросли. Багульник болотный— до известной степени «сборный» вид. Т.П.Березовская (1961), ссылаясь на работы систематиков, пишет о существовании трех морфологических форм багульника болотного: L.Palustre L.var. vulgare (обычная), L.palustre L.var. angustum (узколистная) и L.palustre L.var. dilatatum (широколистная). В.Н.Ворошилов (1966) указывает, что типичный багульник болотный растет на Верхнем Амуре. Несколько уклоняющиеся варианты произрастают на Охотском побережье, Камчатке и Командорских островах. В этих же районах, а также в Приморье и на Сахалине распространена, кроме того, узколистная форма.

Вопросы систематики внутри вида багульника болотного имеют немаловажное значение для медицины, поскольку разным формам растения могут быть присущи неодинаковые фармакологические эффекты. В медицинской и фармацевтической литературе обычно указывается, что в багульнике болотном, помимо дубильных веществ и небольшого количества гликозида арбутина, содержится до 2% эфирного масла, главными компонентами которого являются сесквитерпеновые спирты ледол и палюстрол.

Между тем, по данным Т.П.Березовской (1961, 1962), в узколистной форме багульника болотного ледол отсутствует. Это важно учитывать, поскольку именно ледолу приписываются такие существенные эффекты багульника, как отхаркивающий и противоспазматический.

Молодые побеги и листья багульника, заготовленные в августе— сентябре, могут использоваться в виде настоя при бронхитах и коклюше в качестве отхаркивающего и противоспазматичеокого средства. Наружно при некоторых кожных болезнях применяют масляный отвар побегов и листьев этого растения.

Настой готовят из расчета 10г высушенных надземных частей на стакан воды. После процеживания его принимают по столовой ложке 3 раза в день. Пря хронических заболеваниях такое лечение может продолжаться две-три недели и дольше.

Из эфирного масла багульника (после удаления кристаллизирующейся ледум-камфоры) выделена жидкая часть, получившая название элеоптен. 10% раствор элеоптена в льняном масле применяют при гриппе и острых респираторных (так называемых простудных) заболеваниях: по 1—2 капли этого раствора 2 раза в день в каждую ноздрю. Элеоптен обладает также отхаркивающим действием.

Выявлена способность багульника умеренно снижать артериальное давление (Троценко, 1955, 1961), оказывать мочегонное действие и ускорять заживление поврежденного эпителия роговой оболочки глаза (Полуэктова, 1962). По-видимому, еще не подвергались проверке данные народной медицины о лечебном действии багульника при подагре, хроническом ревматизме, мокнущей экземе, а также о его противоглистном и потогонном действии. Проверка эффективности багульника при ревматизме, вероятно, может оказаться особенно интересной, поскольку Е.Ю.Шасс (1952), ссылаясь на литературные материалы, указывает, что это растение при ревматизме применяется наиболее часто (приблизительно в 8 раз чаще, чем при кашле).

В.П.Махлаюк (1967) пишет, что в Западной Украине настой багульника пьют во время вспышек эпидемических заболеваний как профилактическое средство. Кроме того, его применяют наружно при укусах и ужалениях насекомыми, при ушибах и отморожениях. По данным А.П.Нечаева (1960), в нанайской народной медицине багульник употребляется при заболеваниях желудка.

Листья багульника— широко распространенное средство для борьбы с бытовыми насекомыми.

Багульник болотный— довольно ядовитое растение. Известны случаи отравления людей багульниковым медом («пьяный» мед). Настой травы этого растения даже в рекомендованных дозах иногда вызывает повышенную сонливость. Поэтому его не следует принимать людям, которым по роду работы необходимы напряженное внимание и быстрая реакция на изменения окружающей обстановки (например, водителям транспорта).

С середины июля до конца сентября можно заготовлять молодые облиственные неодревесневшие побеги растения. Обычно их длина не превышает 10см. В сырую погоду побеги сушат в отапливаемых помещениях или в сушилках при температуре, не превышающей 30°. В сухую погоду их можно сушить на чердаке. Хорошо высушенные побеги багульника болотного легко ломаются.

При сушке нужно учитывать, что летучее эфирное масло багульника ядовито и может вызвать головную боль даже у человека, который в безветренную жаркую погоду оказался среди зарослей этого кустарника, поэтому во избежание отравлений не следует долго находиться в помещении, в котором сохнут заготовленные побеги растения.