**Зверобой продырявленный**

Hypericum perforatum L.

Ботаническое описание

Из-за многочисленных железок на листьях зверобой называют продырявленным или пронзенным. Этим он отличается от своих сородичей.

Зверобой продырявленный— многолетнее травянистое растение из семейства зверобойных, высотой до 1м, со стержневым, сильно ветвистым корневищем. Стебель прямостоячий, голый, двухгранный, ветвистый в верхней части. Листья мелкие, сидячие, супротивные, продолговато-яйцевидные или эллиптические, цельнокрайние с рассеянными, просвечивающимися точками. Цветки золотисто-желтые, собраны в щитковидно-метельчатое соцветие.

Плод— многочисленная, продолговато-яйцевидная коробочка. Цветет в июле—августе, плодоносит в сентябре.

Распространение

Растение встречается по всей территории Украины. Растет по лесным опушкам, полянам, травянистым склонам, обочинам дорог, среди кустарников. Запасы сырья большие, но бывают неурожайные годы.

Значительные заросли находятся по берегам рек в Одесской, Николаевской, Херсонской, Запорожской, Луганской и в степной зоне Донецкой областях. Здесь возможны заготовки в пределах 5—8т. В Крыму заросли зверобоя небольшие, но частыми группами расположены на малых лужайках, вырубках, по берегам рек, в горной и предгорной зонах. Здесь возможны заготовки 2—4т ежегодно. Цветущие верхушки зверобоя срезают до появления плодов ножами или серпами.

Правила заготовки

Нельзя вырывать растения с корнями. Сушат траву на чердаках, под навесами или в сушилках при температуре 40°С.

Сырье состоит из верхней (до 30см) части стебля с листьями, цветками, бутонами и недозрелыми плодами. Цвет стеблей— зеленовато-желтый или серовато-зеленый, листьев— серовато-зеленый, темно-зеленый, лепестков— ярко-желтый, плодов— зеленовато-коричневый. Запах слабый, своеобразный. Вкус горьковатый, слегка вяжущий.

Сырье должно содержать сумму флавопоидов в пересчете на рутин не менее 1,5%, влажность— не более 13%, золы общей— не более 1%, минеральной примеси— не более 1%. Срок годности сырья 3 года.

При заготовке зверобоя обыкновенного возможны нежелательные примеси других видов зверобоя и сходных со зверобоем растений. Ряд внешних признаков дает возможность различить эти растения. Так, зверобой четырехгранный отличается от зверобоя обыкновенного полым четырехгранным стеблем и бол ее тупыми и широкими чашелистиками. Просвечивающиеся вместилища встречаются значительно реже или совсем отсутствуют.

Зверобой жестковолосый (шершавый) отличается наличием опушения на стеблях, листьях и цветоносах. Зверобой изящный отличается ланцетовидными чашелистиками, которые по краям не голые, а с железными волосками.

Медицинское значение

Из травы зверобоя продырявленного выделены флавоноиды: гиперозид, кверцетин, кверцитрин, рутин, изокверцитрин. Трава богата флоуресцирующими красящими веществами: гиперицинолом, псевдогиперицином и др. В ней найдены также дубильные вещества, каротин, эфирное масло, смолы, аскорбиновая и никотиновая кислоты, следы алкалоидов и фитонциды.

Оказывает противовоспалительное, вяжущее, диуретическое, антисептическое действие и стимулирует регенерацию тканей.

Благодаря наличию гиперицина зверобой обладает фотосенсибилизирующим действием— повышает чувствительность кожи к воздействию ультрафиолетовых лучей. Препараты зверобоя снимают спазмы кровеносных сосудов, оказывают капилляроукрепляющее действие, улучшают венозное кровообращение и кровоснабжение внутренних органов. Горькое вещество, содержащееся в траве зверобоя, возбуждает секрецию желудка.

Применяется внутрь при хроническом гастрите, энтерите, колите, функциональной диарее, хроническом пиелонефрите. Наружно используется при катаральной ангине, стоматитах, ранах, трофических язвах, ожогах, гингивитах, парадонтозе, простом вагините, обыкновенных угрях, а также хроническом гнойном среднем отите.

Комплексный препарат пефлавит из травы зверобоя продырявленного обладает Р-витаминной активностью. Антибактериальный препарат новоиманин рекомендован при лечении абсцессов, флегмон, инфицированных ран, ожогов II и III степени, различных язв, пиодермии, мастита, ринита, фарингита, гайморита. Содержащийся в нем гиперфорин подавляет рост золотистого стафилококка.

Зверобой используется в пищевой промышленности и ликеро-водочном производстве, для приготовления напитков, а также входит в состав русского бальзама.

Широко используется растение и в традиционной медицине в качестве кровоостанавливающего и противовоспалительного средства, при лечении мастита, анемии, геморрое, желтухе, мигрени, гипертонии, кашля, желудочных и легочных заболеваниях, а также болезней печени, почек, дыхательных путей. Зверобой продырявленный назначают и как наружное средство при лечении ран, пролежней, аллергии, сыпи.

Применяют препараты зверобоя в виде отваров травы, настойки, настоя и масла.

Измельченное сырье 10г (1,5 столовых ложки) заливают 200мл воды, нагревают на кипящей водяной бане 15 минут (в эмалированной посуде), охлаждают 45 минут, процеживают и добавляют кипяченую воду до первоначального объема. Принимают по 1/3 стакана 3 раза в день до еды. Препарат используют также для примочек, обмываний ит.д. Отвар хранится в прохладном месте не более 2-х суток. Чай из зверобоя способствует стимулированию функции желез внутренней секреции, регулирует работу желудочно-кишечного тракта, усиливает защитные функции организма.

Столовую ложку измельченной травы (сухой) заливают стаканом кипятка, настаивают 30 минут и процеживают. Используют для полоскания полости рта и горла (при катаральной ангине), стоматитах, парадонтозе, гингивитах.

Настойка, выпускаемая медицинской промышленностью, назначается по 30—40 капель на 1/2 стакана воды для полосканий рта и горла, а также для закапывания в ухо по 6—8 капель 3 раза в день (при хроническом, гнойном среднем отите).

Две столовые ложки измельченного сырья заливают 200мл кипятка и после остывания процеживают. Полученный настой разбавляют в 1 литре кипяченой воды и используют в теплом виде для спринцеваний 1—2 раза в день (при простом, остром вагините).

Для получения масла надо в течение двух недель в темном месте при комнатной температуре настоять 2—3 столовых ложки цветков в 22-х граммах льняного или подсолнечного масла.

Краткие рекомендации по выращиванию на приусадебных участках

Несмотря на то, что ареал произрастания зверобоя продырявленного довольно широк, природные запасы из-за неразумного подхода к заготовкам резко уменьшились. Поэтому рекомендуется выращивать его на приусадебных участках. Для этих целей можно собрать семена дикорастущих растений. Высевать семена под зиму (октябрь месяц) или ранней весной.

Сначала перекапывают почву, затем 2 раза мотыжат и заравнивают граблями. Под перекопку необходимо внести 3—4кг/м2 перепревшего навоза и торфокомпоста или 2—3кг/м2 азота, фосфора, калия. При отсутствии органических удобрений количество минеральных удваивают.

При весеннем посеве семена стратифицируют: смешивают с песком, слегка увлажняют и выдерживают в холодильнике при температуре +5 градусов С в течение 1—2 месяцев. Лучших результатов достигают при подзимнем посеве, что позволяет получить более ранние всходы. Семена высевают поверхностно, без заделки в почву. Норма высева 0,3—0,4г/м2 при междурядий 45см. Однако, при таком способе посева не всегда можно получить всходы, особенно при жаркой и засушливой весне. Поэтому лучше выращивать рассаду зверобоя в теплых или холодных парниках, грядах. Лучшие результаты получаются при горшечной рассаде. Растения хорошо переносят пересадку и намного раньше можно получить урожай.

В первом месяце всходы нуждаются в тщательном уходе, т. к. они нежные и развиваются очень медленно. Через 1,5—2 месяца после появления всходы подкармливают нитроаммофоской из расчета 2г/м2. В течение вегетации необходимо провести 3—4 ручные прополки.

Уже к концу первого года некоторые экземпляры цветут, но обильное цветение отмечается лишь на 2—3 году жизни. С 1м2 посевов зверобоя можно собрать 30—40г семян. В фазе начала цветения верхние части побегов, длиной 25—30см, срезают на сырье и сушат.

При хорошем развитии растений через месяц они вновь отрастают и начинают цвести, что позволяет убирать зверобой на сырье дважды за сезон. На втором году можно собрать более 200г/м2 сухого сырья. С возрастом, развитием и ростом растений увеличивается и урожайность.