**Багульник болотный**

Ledum palustre L.

Латинское Ledum — от греческого “1е-doa” — название смолистого растения, латинское palustris — болотный.

Вечнозеленый, сильно пахнущий кустарник высотой до 1,5 м. Листья очередные, кожистые, линейные, с завернутыми вниз цельными краями, короткочерешковые, сверху зеленые, блестящие, снизу рыжеопушенные, длиной 25— 35 мм, шириной 3—5 мм. Молодые побеги с густым рыжим опушением. Цветки белые, пяти-членные, правильные, диаметром около 10 мм, на длинных опушенных цветоножках в зонтиковидных соцветиях, собранных на концах ветвей кистями. Чашечка пятизубчатая, спайнолистная, маленькая. Венчик из 5 белых свободных эллиптических лепестков, длиной 5—7 мм. Тычинок 10. Плод — продолговатая пятигнездная, железисто-опушенная поникающая многосемянная коробочка длиной 3—8 мм. При созревании коробочка расщепляется снизу вверх по створкам. Семена светло-желтые, очень мелкие, веретеновидные, плоские, длиной около 1,5 мм, с перепончатыми крыловидными придатками на концах. Цветет в мае — июне, семена созревают в июле — августе. Ядовито!

Произрастает в лесной и тундровой зонах, большей частью в северной половине европейской части России, в Сибири, на Дальнем Востоке. Обычно встречается на болотных торфяных местах, в заболоченных хвойных лесах. Нередко образует обширные заросли.

В качестве лекарственного сырья используются побеги. Заготовляют только молодые (текущего года) олиственные неодревесневшие побеги длиной 10 см во время цветения — в июне — августе, срезая их ножами, секаторами. Сушат сырье на чердаках под железной крышей или под навесами с хорошей вентиляцией, расстилая тонким слоем (5-7 см) на ткани или бумаге и систематически перемешивая. Можно сушить в сушилках при температуре не выше 30°С. Срок хранения 2 года.

Побеги багульника содержат 1,5—7% эфирного масла, которое состоит на 60—70% из сесквитерпеновых спиртов, главные из которых — ледол и палюстрол, а также цимол, геранилацетат. Найдены также арбутин, дубильные вещества, флавоноиды, гликозиды, углеводороды.

Применяют побеги багульника в форме настоя как отхаркивающее, бактерицидное, противокашлевое при бронхитах и других заболеваниях легких, коклюше, бронхиальной астме, пневмонии, туберкулезе легких, ринитах, золотухе, дизентерии, малярии, ревматизме.

Настой готовят так: столовую ложку измельченной травы багульника заливают 200 мл кипящей воды, кипятят 5 мин, настаивают до остывания, процеживают и принимают по столовой ложке 3—4 раза в день. Применяют только по назначению врача. Настой применяют также при спастических энтероколитах.

Экстракт багульника понижает артериальное давление, усиливает диурез и оказывает слабое спазмолитическое действие.

Из эфирного масла получают препарат “Ледин”, который представляет собой сесквитерпеновый спирт, выделенный из эфирного масла. Противокашлевый препарат, применяемый при острых и хронических заболеваниях легких и верхних дыхательных путей.

Элеоптен (жидкая часть эфирного масла) употребляется при острых ринитах и гриппе.

Эфирное масло и ледол обладают бактерицидным действием по отношению к золотистому стафилококку.

В народной медицине используется при коклюше, золотухе, чесотке, подагре, ревматизме, мокнущей экземе, в качестве потогонного и наркотического средства.

В гомеопатии — при ушибах, ранах и кровотечениях.

В быту листья багульника применяют как инсектицидное средство, окуривая ими комнаты для уничтожения мух и других насекомых. Веточками или листьями багульника перекладывают одежду для предохранения от моли.

\*\*\*

**Багульник болотный (болиголов)**

Описание растения. Багульник болотный — зимнезеленый, сильно пахучий полукустарничек семейства вересковых, высотой 20—125 см. Корневище обычно погружено в моховой покров; длина корневища может достигать 10 м. Молодые побеги имеют довольно густое рыжее опушение. Листья очередные, линейно-продолговатые или линейные, длиной 2—4 см и шириной 1,5—4 мм, зимующие, плотные, с цельными, завороченными на нижнюю сторону краями, сверху темно-зеленые, блестящие, снизу, особенно по срединной жилке, рыжеопушенные. Цветки пятичленные, довольно крупные, собраны на концах ветвей в многоцветковые щитковидные соцветия; лепестки ярко-белые, почти яйцевидные, длиной 4—8 мм. Плод — продолговато-овальная, темная, слегка опушенная коробочка длиной 4,5—5 мм. Растение обладает одурманивающим запахом и вызывает головную боль.

Цветет в мае — июле; семена созревают в июле — августе.

В медицине используют молодые облиственные побеги (траву) багульника. В частности, их используют для получения препарата ледин.

Места обитания. Распространение. Багульник болотный широко распространен в хвойно-лесной и тундровой зонах (преимущественно в лесотундре) европейской части, Сибири и Дальнего Востока. В Карелии багульник часто образует кустарничковый ярус в заболоченных сосняках, растет на болотах. В Якутии это обычное растение торфяных болот и сырых хвойных лесов, не встречается лишь в арктической зоне. Его природные места обитания характеризуются высокой влажностью почвы. Это светолюбивое и холодостойкое растение растет преимущественно на торфяных и торфянистых почвах. Багульник обычно приурочен к заболоченным хвойным, преимущественно сосновым и лиственничным лесам, сфагновым болотам и торфяникам. Широко распространен в горно-лесном поясе Восточного Алтая и Саян.

Заросли багульника восстанавливаются как вегетативным, так и семенным путем. Но преобладают (до 95%) побеги вегетативного размножения.

Заготовка и качество сырья. Багульник можно заготавливать в течение всего периода вегетации. Хотя листья молодых побегов отличаются более высоким содержанием эфирного масла, предпочтительнее вести заготовку травы багульника (как это указано в инструкции по ее сбору и сушке) в августе и сентябре, в фазе созревания плодов багульника, когда полностью разовьются его побеги текущего года. Причем заготавливать багульник можно в любое время суток.

Сбору подлежат молодые (прироста текущего года) облиственные неодревесневшие побеги длиной до 10 см. Не допускается заготовка одревесневших побегов, хотя в сырье практически используются листья не только текущего, но и предыдущего года. Не разрешается вырывать побеги багульника с корнями, так как это ведет к гибели его зарослей. Перерывы в заготовках багульника на одном и том же массиве должны быть не менее 8 лет, после полного восстановления его зарослей.

Сушат сырье на чердаках с хорошей вентиляцией под черепичной, шиферной или под железной крышей или под навесами, расстилая его тонким слоем (5— 7 см) на ткани или на бумаге и периодически переворачивая. Сушка под навесами обычно продолжается 10—14 дней. Можно сушить в сушилках при температуре 40° С, но не выше 60° С. После сушки удаляют одревесневшие безлистные стебли.

В связи с сильной ядовитостью все работы по сбору и сушке сырья багульника рекомендуется проводить в респираторах или в марлевых повязках не более чем по 2—3 ч в день.

Согласно требованиям Фармакопейной статьи ФС 42-533—72, готовое сырье багульника представляет собой смесь его облиственных побегов, листьев и небольшого количества плодов. Запах резкий, специфический. Влаги должно быть не более 14%; золы общей не более 4%; золы, нерастворимой в 10%-ном растворе соляной кислоты, не более 1%; прошлогодних одревесневших стеблей не более 1%; органической примеси не более 1%; минеральной примеси (земли, песка, камешков) не более 0,5%. Готовое сырье упаковывают по 20—25 кг в двойные мешки (внутренний — бумажный, наружный — тканевый) или в тюки по 50 кг. Хранят на стеллажах в сухом, прохладном помещении. В связи с ядовитостью хранят его с предосторожностью (по списку Б), отдельно от других растений.

Срок годности сырья 3 года.

Химический состав. Важнейший компонент сырья багульника — эфирное масло. Оно содержится во всех частях растения, кроме корней. Стебли содержат очень мало эфирного масла (0,17%), а листья примерно вдвое больше, чем трава, т. е. облиственные молодые побеги. Содержание эфирного масла в сырье багульника значительно варьирует (от 0,2 до 2%), как и его химический состав. Особенно значительно отличается сырье багульника болотного из разных районов по содержанию его основного действующего вещества—ледола. Так, в эфирном масле багульника, произрастающего в северных и центральных районах европейской части России, содержится 23—25% ледола, в эфирном масле багульника из Томской области его лишь 4%, а у багульника, произрастающего на острове Сахалин и в Саянах, в эфирном масле ледола не содержится совсем.

Применение в медицине. Биологическая активность багульника болотного прежде всего зависит от содержания в нем эфирного масла, которое оказывает умеренное местное раздражающее действие на слизистые оболочки, усиливает секрецию бронхиальных желез и спазмолитическое влияние на гладкую мускулатуру бронхов. Суммарный фармакологический эффект проявляется в отхаркивающем, обволакивающем и противокашлевом действии багульника.

Препарат ледин, получаемый из эфирного масла, содержащегося в траве багульника, обладает выраженными противокашлевыми и бронхолитическими свойствами. Противокашлевое действие ледиша наступает через 15—20 мин после приема внутрь и продолжается в течение 2,5—3 ч. Ледин не угнетает дыхания, противодействует аллергическому спазму бронхов, не влияет на артериальное давление и гладкую мускулатуру кишечника.

Траву багульника в виде настоя используют при заболеваниях органов дыхания, а также в качестве мочегонного, дезинфицирующего и антисептического средства.

Передозировка препаратов багульника может вызвать серьезные побочные явления (возбуждение, а в тяжелых случаях—угнетение центральной нервной системы). При появлении у больных раздражительности, головокружения, повышении возбудимости препараты багульника немедленно отменяют. При применении ледина возможны аллергические реакции. В этих случаях препарат следует отменить.

Настой травы багульника болотного. 5—10 г (1—2 столовые ложки) сырья помещают в эмалированную посуду, заливают 200 мл (1 стаканом) горячей кипяченой воды, закрывают крышкой и нагревают в кипящей воде (на водяной бане) 15 мин, охлаждают 45 мин, оставшуюся массу отжимают. Полученный настой разбавляют кипяченой водой до первоначального объема—200 мл. Приготовленный настой хранят в прохладном месте не более 2 суток. Принимают в теплом виде по 1/4 стакана 2—3 раза в день после еды как отхаркивающее и цротивокаш-левое средство при хроническом бронхите и других заболеваниях легких, сопровождающихся кашлем.