**Лавр благородный**

Laurus nobilis L.

Родовое название растения, возможно, произошло от кельтского “lauer” — зеленый и латинского nobilis — благородный, так как лавровым венком в древности венчали героев.

С древнейших времен ветви лавра символизировали отличия в искусстве и спорте. Лавровым венком награждали победителей в поэтических, музыкальных и спортивных состязаниях, в частности победителей Олимпийских игр. Вечнозеленый, он был эмблемой бессмертия.

Лавр благородный — вечнозеленый двудомный кустарник или дерево высотой до 18 м с буроватой или темно-серой гладкой корой и густой кроной, преимущественно пирамидальной формы. Листья очередные, короткочерешковые, цельнокрайние, кожистые, голые, простые, длиной 7—20 см, шириной 2—8 см, со своеобразным пряным запахом, продолговатые или ланцетные, к основанию суженные, на верхушке острые, лоснящиеся сверху, более светлые и матовые снизу.

Цветки однополые, сидящие на коротких, длиной 2—5 мм, пушистых цветоножках; околоцветник простой, чашечковидный, состоящий из 4 зеленовато-белых, обратнояйцевидных тупых листочков длиной 3—4 мм, шириной 1,5—2 мм.

Соцветия — зонтики (до 12 мм в диаметре) трех-, шестицветковые, расположенные в пазухах листьев по 2, реже одиночно, или по 3. Тычиночные цветки с 8—12 тычинками, пестичные — с одним пестиком.

Плод — односемянная кожистая овальная или яйцевидная костянка длиной 10— 15 мм, с крупной косточкой, в зрелом состоянии черно-синяя. Цветет с конца марта до конца мая. Плодоносит с конца сентября по ноябрь.

Родина — Средиземноморье. Растет на лесных, главным образом известняковых склонах нижнего горного пояса Северного Кавказа, в нижнем лесном поясе субтропиков Абхазии, Западной Грузии. Разводится в виде кустовой культуры в

Краснодарском крае, Крыму, Азербайджане. Как декоративное растение встречается в парках Черноморского побережья Кавказа и Крыма.

Используются листья, собираемые главным образом зимой, и плоды. Листья лавра содержат эфирное масло (2—3,5%), в состав которого входят цинеол (до 50%), пинен, фелландрен, терпинеол, гераниол, эвгенол, метилэвгенол, сесквитерпеновые соединения, уксусная, валериановая и капроновая кислоты и их эфиры. Плоды включают эфирное (около 0,8%) и жирное (до 25%) масла, содержащие триглицериды, главным образом лауриновую кислоту, мелиссовый спирт, углеводород и лаурин, фитостерины и смолы.

Плоды (“бобки”) используются для получения бобкового масла, применяемого в виде мази для лечения ревматизма, параличей, простудных заболеваний, чесотки, опухолей, для укрепления нервной системы.

Настой из сухих листьев на подсолнечном масле применяют наружно при артритах, миозитах, невралгиях.

Отвар из листьев используют при сахарном диабете. 10 листьев средней величины заливают 200 мл кипятка, кипятят 5 мин, охлаждают и процеживают. Пьют по 1/4 стакана перед едой.