**Окопник лекарственный**

Symphytum officinale L.

Народные названия: живокость, костолом.

Окопник был описан Диоскоридом через 50 лет после Рождества Христова. В античные времена корни этого растения широко использовали при лечении переломов костей для лучшего их срастания. Позже Парацельс рекомендовал его для заживления ран.

Окопник — многолетнее высокое травянистое шершаво-волосистое растение с корневой системой, состоящей из короткого многоглавого корневища и длинного толстого ветвистого корня; снаружи корни почти черные, внутри светлые, беловатые. От корневища отходят несколько ветвистых гранистых стеблей высотой 50—100 см.

Листья очередные, крупные, длиной 10— 15 см, шершавые, с сильно выступающим сетчатым жилкованием с нижней стороны, продолговатые, заостренные, нижние на более или менее крылатых черешках, верхние сидячие, с низбегающим по стеблю основанием.

Цветки собраны в завитки, которые образуют метельчатое соцветие. Чашечка грушевидная, рассеченная на пять ланцетных долей, колючещетинистая. Венчик трубчато-колокольчатый, при распускании фиолетовый или пурпуровый, позднее голубой, с белым краем, с суженным вверху пятилопастным отгибом. Тычинок 5, короче венчика. Плод сухой, при созревании распадается на 4 черных полусогнутых гладких блестящих орешка. Цветет в мае — июне, плоды созревают в июле — сентябре. Растет в степной и лесной зонах европейской части России (кроме Крайнего Севера), на Кавказе, в Крыму, Западной Сибири, Средней Азии, Восточном Казахстане, в Карпатах. Встречается по сырым лугам, оврагам, берегам водоемов, в сырых лесах, у дорог, как сорное растение. В качестве лекарственного сырья заготавливают корни осенью или весной, до начала сокодвижения. Их моют, режут на куски, сушат при температуре 40°С.

В корнях окопника лекарственного содержатся алкалоиды лизиокарпин и циноглоссин, обладающие курареподобными свойствами. Обнаружены дубильные вещества, гликозиды, слизи, камеди, смолы, эфирное масло. Кроме того, аллантоин, дигалловая кислота, сахара, крахмал. В свежей траве найдены циноглоссин, гликоалкалоид консаолидин и продукты его гидролиза — агликон консолицин и глюкоза.

В научной медицине окопник в настоящее время практически не применяется. Ранее отвар из корней рекомендовался как обволакивающее и мягчительное средство при заболеваниях дыхательных путей и при поносе.

Основное действие корня обусловлено наличием аллантоина, который стимулирует развитие клеток и ускоряет их деление. Под его влиянием поврежденные ткани быстро восстанавливают эпителиальный покров там, где некротический процесс достиг глубоких слоев.

В народной медицине препараты окопника применяются достаточно широко обычно в виде настоя. Для его приготовления 40 г сырья заливают 1 л воды или молока, настаивают 6—7 ч, доводят до кипения и выпивают в течение 1—2 дней. Через 6—7 дней настой можно поменять на пасту (тесто) из сырого или сушеного корня. Для этого сырье смешивают с медом (1:1) и принимают по чайной ложке 3 раза в день. Через 6—7 дней возвращаются к приему настоя.

Иногда корень используется в виде спиртовой настойки, приготовленной из 1 части сырья и 5 частей 40%-ного спирта. Через 10—14 дней настаивания препарат принимают по 20—40 капель 4—5 раз в сутки.

Установлены кровоостанавливающее, вяжущее, отхаркивающее, бактерицидное, ранозаживляющее, обволакивающее, стимулирующее свойства окопника.

Препараты окопника помогают организму справиться с внутренними кровотечениями, легочными заболеваниями, фурункулезом, незаживающими ранами и язвами.

Отвар корней растения используют при воспалительных процессах в желудке и кишечнике даже при длительном атрофическом процессе. Сироп окопника назначают при воспалении слизистой оболочки полости рта, горла и гортани.

Экстракт корня окопника приостанавливает или уменьшает процессы атрофии у людей пожилого возраста.

В экспериментальных исследованиях показана противоопухолевая активность аллантоина.

В народной медицине Болгарии кашицу, сваренную из корней, назначают как наружное средство для компрессов и припарок при труднозаживающих ранах, фурункулах, кожных сыпях, при вывихах и переломах костей, мастопатии и маститах у кормящих женщин, а также для полоскания при ангине и язвенном стоматите.

В немецкой народной медицине водный настой корней применяют при желудочно-кишечных заболеваниях: дизентерии, энтероколите, хроническом колите, язвах желудка и кишечника, хроническом бронхите с обильным выделением мокроты, при кровохарканье, кровотечениях, параличах и как наружное средство при воспалении вен, надкостницы и особенно при переломах костей и вывихах, болях в ампутационных культях, ишиасе, остеомиелите.

В научной медицине Франции, Бельгии и Голландии корни окопника назначают в качестве мягчительного и вяжущего средства при поносе и воспалении дыхательных путей.

В народной медицине Южной Америки и жителями ряда регионов Африки препараты окопника используются для предупреждения беременности.

Окопник употребляют в фитокосметике.

В Болгарии в виде фитоаппликаций применяют корни окопника при различных воспалительных процессах, ушибах, ссадинах, ранах.

Легкие, ограниченные по размерам очаги повреждения кожи (ожоги, отморожения, трещины) смазывают мазью из корневищ окопника. Для ее приготовления одну столовую ложку свежего или сушеного сырья (измельченного на кофемолке) заливают 100 мл любого растительного масла или жира, настаивают на водяной бане (не кипятить!) 4—5 ч, процеживают. Мазь длительное время хранится в холодильнике.

Из отвара корней и корневищ окопника лекарственного в домашних условиях можно приготовить лечебные ванны. Три столовые ложки измельченного сырья заливают 1 л воды, настаивают 1 ч, затем 40 мин нагревают на слабом огне и процеживают в ванну (36—38°С). Принимают перед сном. Курс лечения 12—14 дней.

В настоящее время в ряде стран мира выпускают аллопатические и гомеопатические кремы, мази с добавлением окопника в качестве вяжущего, эпителизирующего и противовоспалительного средства.