**Папоротник мужской (щитовник мужской)**

Dryopteris filix-mas (L.) Schott.

Название рода происходит от греческих слов “drys” — дуб, “pteris” — папоротник. Древние греки так называли папоротники, растущие в дубравах. Латинское filix — папоротник; mas — мужчина.

Папоротник на Руси часто называли разрыв-травой и верили, что одного прикосновения его цветка достаточно, чтобы открыть любой замок, разорвать железные кандалы или путы. Вот только как он цветет, не мог установить никто. И вокруг загадочного папоротника начали возникать легенды.

Согласно одной из них, бог Солнца — Ярило — облагодетельствовал людей, даровав им огонь. Каждый год, в ночь с 23 на 24 июня, он посылает на землю огонь, который разгорается в цветке папоротника. Человек, нашедший и сорвавший в

Иванову ночь (ночь на Ивана Купала) “цвет-огонь папоротника” (“царь-огонь”), сам становится невидимым и приобретает способность видеть сокрытые в земле клады, понимать язык всякого дерева и всякой травы, речь зверей и домашних животных. Однако сорвать, судя по преданиям, цветок папоротника трудно и опасно. Во-первых, распускался цветок в полночь лишь на одно мгновение и его тотчас обрывала рука невидимого злого духа. Во-вторых, духи мрака, хлада и смерти напускали ужасы на смельчака и могли увлечь его за собой в страну мрака и смерти...

В Древней Греции и Римской империи папоротник мужской считали лекарственным растением. Его упоминали в своих сочинениях Плиний, Диоскорид, Теофраст, на Востоке Авиценна. В средние века об этом растении забыли. Причина была в том, что использовали все виды папоротников, среди которых были и нелекарственные виды. Не всегда получая желаемый эффект, врачеватели пришли к выводу, что папоротники пользы не приносят.

В средневековой Франции достаточно долго шли поиски средств, обладающих глистогонным действием. Прошел слух, что в Швейцарии известен секрет такого лекарства и тайна находится в руках хирурга Нуффера. По приказу короля Людовика XVI отправились за рецептом, однако не успели — хирург умер. Вдова запросила за рецепт 18 тысяч ливров. Когда же придворные медики посмотрели рецепт, они были удивлены: его главным компонентом был экстракт корневищ мужского папоротника. Так в 1775 г. папоротник вернулся в строй лекарственных растений и с тех пор занимает среди них прочное место.

Папоротник мужской — многолетнее травянистое споровое растение с толстым, мощным, довольно коротким корневищем, косовосходящим или горизонтальным, с обильными остатками прошлогодних листовых черешков и тонкими ржаво-бурыми перепончатыми чешуйками. Многочисленные корни тонкие, слабоветвистые, жесткие, буроватые. От верхушек и боковых ответвлений корневищ отходят пучки крупных листьев (называемых ваями) длиной до 1,2 м, шириной 25 см. Пластинка листа темно-зеленая, в очертании продолговато-эллиптическая (отличие от других видов), дваждыперисторассеченная; дольки второго порядка несут тупые зубчики (никогда не игольчатые — отличие от папоротника игольчатого). Черешок листа густо покрыт ржаво-бурыми чешуйками, вздут у подземного основания, после отмирания листа остается на корневище. На нижней стороне листа расположены округлые спорангии (сорусы), сближенные в 2 ряда около центральной жилки листа, прикрыты почковидным покрывальцем (отличие от женского папоротника, имеющего продолговатые покрывальца).

Растет в лесной зоне европейской части России, на юге Дальнего Востока, в горно-лесном поясе Кавказа, Алтая, Кузнецкого Алатау, Тянь-Шаня, в Саянах.

Заготавливают корневища мужского папоротника в августе — октябре, выкапывая их ножом или лопатой и отряхивая землю. Листья, корни и отмершие части корневища обрезают. Сушат на воздухе или в сушилках при температуре 40°С.

Запасы корневищ возобновляют ежегодно, так как при хранении действующие вещества разлагаются.

В корневищах растения содержатся производные флороглюцина (фильмарона): филиксовая кислота — филицин (до 3,5%), флаваспидовая кислота (до 2,5%), аспидинол, албаспидин (0,05%). Кроме того, эфирное масло, жирные масла, жир, флавоноиды, дубильные вещества, горечи, крахмал.

Производные флороглюцина и продукты их распада достаточно ядовиты, но они особенно токсичны по отношению к мышечным клеткам червей и моллюсков. Филиксовая кислота парализует мышечные ткани глистов.

В медицине используется экстракт мужского папоротника густой (список Б). Это густая малоподвижная масса зеленого или буро-зеленого цвета неприятного запаха. Применяется против ленточных глистов и остриц. Особенно эффективны препараты папоротника при инвазиях бычьим и свиным цепнем, широким лентецом. Препарат “Филиксан” выпускается в таблетках по 0,5 г.

Лечение препаратами папоротника ввиду их ядовитости проводят лишь по рекомендациям и под наблюдением врача, под его тщательным контролем.

В народной медицине настой корневищ употребляют для ванн при ревматизме и судорожном сокращении мышц ног.