**Алтей лекарственный**

С.А. Курганская

С давних пор известен в медицине алтей лекарственный (Althaea officinalis). Это высокое красивое травянистое растение очень похоже на разводимую в садах декоративную мальву (оба вида относятся к семейству мальвовых), но у алтея цветки более мелкие.

Алтей – многолетнее растение с коротким толстым корневищем, от которого отходит деревянистый главный корень с многочисленными боковыми корнями. Одиночные или многочисленные слабоветвистые стебли алтея окрашены в зеленый, иногда – грязно-пурпуровый цвет. Высота стеблей – 0,6–1,5 м, в культуре может быть и до 2 м.

Цветки алтея расположены на коротких цветоножках и собраны в пазухах верхних и средних листьев. Лепестки имеют 8–20 мм в длину и 6–17 мм в ширину и окрашены в бледно-розовый, почти белый, редко красновато-розовый цвет. Чашечка длиной 6–12 мм на две трети подрезана на заостренные доли, а под чашечкой имеется еще подчашие из 8–12 линейных сросшихся почти у основания листочков вдвое короче чашечки.

Тычинки многочисленные, фиолетовые, сросшиеся нитями. Плоды алтея – дисковидные сборные семянки, распадающиеся в зрелом состоянии на отдельные плодики. Семена темно-бурые, гладкие, почковидные, 2,0–2,5 мм длиной и 1,5–2,0 мм шириной.

Алтей лекарственный распространен в степной и лесостепной зонах Центральной и Восточной Европы, на юге Западной Сибири, в Казахстане, в некоторых районах Средней Азии и на Кавказе. Растет обычно в местах, достаточно обеспеченных влагой – по берегам рек и озер, на сырых пойменных лугах, в прибрежных зарослях кустарников. Обычно образует небольшие группы, иногда изреженные заросли.

Считается, что алтей был известен как лекарственное растение еще в Древней Греции и Древнем Риме и упоминается в трудах древних натуралистов Диоскорида, Теофраста, Галена и Плиния, но некоторые ботаники подвергают эти сведения сомнениям. Достоверно известно, что в Европе алтей стали выращивать в Германии с конца VIII в. н.э. по указанию императора Карла Великого.

Вот что писал об алтее в XI в. французский ученый и врач Одо из Мена в поэме «О свойствах трав»:

...Корень растертый алтея,

как кажется, влагой напитан,

И обитатели сел называют

растение мальвой.

Раны цветок очищает,

вареный с водою медовой

Либо, – коль будет с вином

он растерт и сверху наложен –

Железы лечит на шее…

Он затверденья смягчает

и хлад умеряет озноба;

Сделав припарку из листьев,

вареных в оливковом масле,

Пагубу всяких укусов,

ожоги любые излечишь.

В античной и средневековой культуре была необычно популярна дидактическая, т.е. наставляющая, обучающая поэзия – поэмы часто посвящались медицине, природе, растениям. «О свойствах трав» Одо из Мена – одна из самых знаменитых поэм такого рода, в ней подробно описываются свойства 77 самых известных лекарственных растений того времени.

В медицине используются в основном корни алтея лекарственного, реже листья и цветки. Корни являются разрешенным к применению лекарственным сырьем в 26 странах мира, цветки и листья разрешены к применению лишь в немногих странах, но используются в народной медицине. Алтей лекарственный включался во все русские Фармакопеи (т.е. сборники стандартов лекарственных средств), начиная с первого издания, выпущенного в 1778 г. Лечебное действие корней алтея обусловлено в основном содержанием в них большого (до 35%) количества слизистых веществ. Залитый горячей водой корень алтея образует слизистый настой. Ценность растительных слизей заключается в том, что они покрывают тонким слоем слизистые оболочки у человека, в результате чего уменьшаются воспалительные процессы. Кроме того, слизи облегчают отхаркивание благодаря характерным для них коллоидным свойствам.

Слизистые вещества корней алтея состоят в основном из полисахаридов, распадающихся при гидролизе на галактозу, арабинозу, пентозу и декстрозу. Из корней также выделены крахмал, пектин, сахара, аспарагин, бетаин, каротин, лецитин, фитостерин, минеральные соли, жирные масла. По содержанию активных соединений слизистые настои корней алтея равноценны настоям семян льна.

Водные вытяжки из алтейного корня обладают обволакивающими, защитными, мягчительными, противовоспалительными свойствами, а также оказывают отхаркивающее и некоторое обезболивающее действие. Препараты алтея в виде порошков, настоя, жидкого экстракта, сиропа применяются при катаральных состояниях дыхательных путей, а также при гастритах и язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, особенно при повышенной кислотности желудочного сока. Сироп алтея применяется для улучшения вкуса лекарств, для приготовления микстур от кашля маленьким детям. Раньше алтей добавляли к различным микстурам, чтобы входящие в эти микстуры лекарства не раздражали стенки желудка и кишечника. Настои и отвары корня можно применять для полосканий и клизм, а наружно – в виде примочек, припарок, компрессов. В ветеринарии отвар корня дают животным при отравлениях.

Используют алтей и как пищевое растение. Содержащие много крахмала корни могут использоваться в пищу как в свежем, так и в сушеном виде. Сухие измельченные корни можно добавлять в муку при выпечке хлеба, из них можно варить каши на молоке и кисели. Свежие корни можно тушить и жарить. Свежие молодые листья можно использовать для салатов и супов. Из корней алтея можно варить клейстер.

Алтей лекарственный – хорошее перганосное растение, т.е. дает большое количество пыльцы, которая наряду с нектаром является необходимым кормом для пчел.

Чашечка и подчашие у трех видов мальвовых

В семействе мальвовых много растений, дающих прядильный материал, – хлопчатник, кенаф, канатник. Вместе со многими дикорастущими мальвовыми исследовался на возможность получение волокна и алтей лекарственный. Выяснилось, что большого выхода волокна стебли алтея не дают, но могут использоваться для изготовления бумаги.

Алтей успешно растет в культуре, его культивируют во многих странах. Известны сортовые формы этого растения. В СНГ алтей возделывается в Украине, Молдавии, в Краснодарском крае и на незначительных площадях в других районах. Для его выращивания требуется глубоко обработанная, достаточно увлажненная и богатая питательными веществами почва и открытый солнечный участок. Как и в других случаях, когда для медицинских целей используются корни растения, почва перед посадкой должна быть подготовлена особенно тщательно. Землю надо глубоко перекопать, удалить все многолетние сорняки, внести удобрения.

Укрытия на зиму алтей не требует и обычно не вымерзает. В очень холодные бесснежные зимы иногда все же часть почек возобновления страдает от мороза, но потом алтей обязательно отрастает, хотя и с запозданием.

Размножают алтей чаще всего семенами. Они имеют плотную оболочку, прорастают трудно, и сеять их рекомендуют через 2–3 года после сбора, когда оболочка теряет твердость. Можно семена скарифицировать, т.е. механически повредить оболочку – обычно их перетирают наждачной бумагой. Стратификации не требуется, при посеве весной всходы появляются в среднем через 2–3 недели. Можно высевать семена и осенью под снег. В этом случае всходы появляются рано весной. Глубина заделки семян – 0,5–1 см.

Молодые всходы высаживают на постоянное место на расстоянии не менее 60–70 см друг от друга. Алтей растет быстро и к концу первого года жизни может дать стебли до 1 м высотой. В сентябре отдельные растения могут зацвести, а со второго года цветение становится регулярным. Цветет алтей с июля по сентябрь, плодоносит в сентябре–октябре.

Вегетативно (делением) алтей обычно не размножают, но при заготовке корней оставшуюся верхнюю часть корневища с почками возобновления можно использовать для посадки.

 Для медицинских целей алтей обычно выращивают как двулетнюю культуру и заготовляют только неодревесневевшие, мягкие, мясистые корни. Заготовку осуществляют осенью, в сентябре–начале октября или рано весной. С выкопанных корней срезают и отбрасывают верхнюю утолщенную часть корневища, одревесневевшие корни и мелкие ответвления боковых корней. Отобранные неодревесневвшие корни подвяливают на воздухе 2–3 дня, а затем режут на куски длиной 30–35 см. Толстые мясистые корни расщепляют вдоль на 2–4 части. Для получения «очищенного корня алтея» (так называется фармацевтическое сырье) с его подвяленных корней острым ножом снимают верхнюю, пробковую, часть коры. Сушат корни, раскладывая их рыхлым нетолстым слоем в проветриваемых помещениях или в специальных сушилках при температуре 45–50 °С и хорошей вентиляции. Сушка корней алтея просто на воздухе не дает желаемых результатов, т.к. сырье, содержащее много крахмала, быстро загнивает и плесневеет. Хорошо высушенные корни при сгибании с треском ломаются.

Хранить сырье следует в сухих хорошо проветриваемых помещениях. Корень гигроскопичен и легко отсыревает. Срок годности высушенного сырья – 3 года.

При заготовке корней алтея лекарственного в природе неопытные сборщики могут по ошибке собирать другие растения семейства мальвовых – например мальву лесную (Malva sylvestris) и хатьму тюрингскую (Lavatera thuringiaca). Алтей лекарственный отличается от этих видов рядом признаков. Подчашие у него состоит из 8–12 листочков, а у названных видов – из трех. Листья у алтея 3–5-лопастные, яйцевидные, а у мальвы и хатьмы –широкояйцевидные или округло-почковидные, 5–7-лопастные. Лепестки у алтея бледно-розовые, у хатьмы – ярко-розовые, у мальвы – розовые с темными полосками.