**Горечавка желтая**

С.А. Курганская

Горечавка желтая (Gentiana lutea) – высокое красивое травянистое растение, с древнейших времен известное своими лекарственными свойствами.

Относится горечавка к семейству горечавковых (Gentianaceae). Растение с прямостоячими полыми внутри стеблями до 150 см высотой и 1–3 см диаметром. Листья продолговато-яйцевидные, голубовато-зеленые с ясно выраженным дуговидным жилкованием. Нижние листья на коротких черешках и собраны в розетку. Стеблевые листья сидячие и расположены супротивно. Пластинки нижних листьев достигают 20–25 см в длину и 10–13 см в ширину.

Цветки горечавки желтой крупные (диаметром до 4 см) и собраны в многоцветковые соцветия – полумутовки, располагающиеся в пазухах средних и верхних листьев и образующие на стебле ярусы. Таких ярусов может быть до 6, а всего на одном побеге – до 100 и даже более цветков. Венчик цветка золотисто-желтый, лепестков бывает от 3 до 12, но обычно 5–6. Чашечка вдвое короче венчика. Плоды – продолговато-ланцетные коробочки. Каждая коробочка содержит 80–100 плоских крылатых семян длиной 5–6 мм.

Корневище горечавки желтой толстое, укороченное, от него на глубину до 1,2 м отходят очень крупные шнуровидные корни.

Горечавка желтая распространена от Пиренеев до Карпат, встречается на островах Корсика и Сардиния, частично заходит в Малую Азию. Растет в горах, в альпийском и субальпийском поясе, на высотах от 250 до 6500 м над уровнем моря.

На территории СНГ это растение можно встретить только в Закарпатской области Украины: на хребтах Черногора, Горганы (Свидовец), – здесь проходит северо-восточная граница ареала этого растения. В Карпатах горечавка растет в субальпийском поясе, на высотах от 900 м до 2000 м над у.м., на горных лугах-полонинах, в разреженных зарослях кустарников, в редколесьях на богатых дерново-подзолистых почвах со значительным количеством перегноя и извести, в местах достаточно увлажненных, но не заболоченных. Высоко в горах встречается значительно реже и здесь может расти в расщелинах между камнями.

Почти всюду, где горечавка желтая встречается в природе, она стала растением редким, в большинстве стран Европы ее естественные заросли объявлены заповедными. Горечавка желтая была включена и в Красную книгу СССР и Красную книгу Украины.

Корни горечавки содержат горькие природные соединения, их называют «горечи». Ценность горечей заключается в том, что они стимулируют функции пищеварительных желез человека и тем самым улучшают пищеварение. По своей химической природе горечи – гликозиды. Корни горечавки содержат до 3% таких горьких гликозидов, а также алкалоид генцианин, до 6% жирных масел, сахара, флавоноиды, аскорбиновую кислоту, много пектиновых веществ, в незначительном количестве – слизистые и дубильные вещества.

Как целебное растение горечавка желтая была известна в медицине еще во времена знаменитого врача Древней Греции, отца научной медицины Гиппократа (460–377 г. до н.э.). Можно сказать, что люди лечатся горечавкой на протяжении двух с половиной тысячелетий. Основное применение горечавки со времен Гиппократа – лечение желудочно-кишечных заболеваний. Другой известный врач древности Клавдий Гален (131–200 г. н.э.) рекомендовал горечавку также при ревматизме и подагре. Из трудов Плиния и Диоскорида известно, что в 161 г. до н.э. иллирийский царь Гентий (или Гентиус) лечил людей настоем горечавки желтой во время эпидемии чумы. В честь этого царя и было дано латинское родовое название Gentiana. А русское происходит, как можно догадаться, от слова «горечь».

В медицине всегда использовались только корни и корневища горечавки желтой. Снаружи желто-бурые и желтые на изломе, они обладают сильным стойким горьким вкусом и специфическим запахом. Содержание горьких веществ в надземной части растения незначительно, поэтому его стебли, листья и цветки для лечебных целей не используют.

Горькие гликозидные вещества, как уже сказано, в малых дозах стимулируют выделение желудочного сока и улучшают пищеварение. Но большие их дозы могут вызвать обратный эффект. Препараты горечавки желтой назначают при гастрите с пониженной кислотностью, метеоризме, ахилии желудка, при желудочных и кишечных коликах, при анемии, отсутствии аппетита. Лечение горечавкой имеет ряд противопоказаний: ее нельзя применять при повышенной кислотности желудочного сока, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, высоком кровяном давлении и беременности.

Горечавка желтая давно входит в фармакопеи многих стран и входила во все отечественные фармакопеи (была разрешена к применению в виде экстракта и настойки из корней для улучшения пищеварения) с I по IX издание. Но из последующих изданий это растение исключили из-за отсутствия запасов сырья.

В народной медицине горечавка известна не только как желудочное средство – ее применяют при легочных заболеваниях, подагре, ревматизме, как общеукрепляющее средство.

Во многих странах корень горечавки широко используется как горечь в производстве разнообразных горьких настоек, наливок, ликеров, аперитивов – специальных напитков, улучшающих пищеварение. В пивоваренной промышленности корень горечавки использовали при варке специальных сортов пива повышенного качества. Для пищевых целей корни и корневища горечавки подвергают ферментации, после чего они становятся менее горькими, приобретают красно-бурый цвет и более сильный аромат. До Первой мировой войны корни горечавки желтой ввозились в Россию в большом количестве из-за границы, главным образом из Германии.

Горечавка желтая дает хороший взяток для пчел. Она цветет долго, образует множество цветков и представляет большую ценность, как медоносное растение.

Наконец, горечавка желтая эффектна, красива и просто хороша в любом саду как декоративное растение.

Горечавка желтая, как и другие виды этого рода, не легка для культуры. Она медленно развивается и плохо переносит пересадку. Тем не менее в ботанических садах горечавку желтую выращивают давно и с успехом, в Санкт-Петербургском – с начала XIX в.

В середине XX в. даже проводились работы по созданию производственных плантаций этого растения в Ленинградской области, горечавку желтую выращивали на Карельском перешейке, на стационаре Ботанического института АН СССР и в специализированном совхозе Ленинградского ликероводочного завода близ Колтушей. Но все-таки в широкую производственную культуру горечавка желтая не введена, т.к. из-за слишком медленного развития выращивание ее на плантациях нерентабельно.

Садоводы часто спрашивают, как вырастить горечавку желтую. Конечно, выращивать ее стоит: и для получения ценного лекарственного сырья, которое теперь и в аптеке не купишь, и на территории России в природных условиях не соберешь, и просто как очень привлекательное декоративное растение. При правильно выбранном местоположении, надлежащей почве и тщательном уходе горечавка оправдает надежды садоводов.

Этому растению нужна легкая, рыхлая, плодородная почва с достаточным количеством извести. Тяжелые, кислые, малоплодородные почвы, болотистые и слишком низкие сырые участки для нее непригодны. Необходима тщательная и глубокая перекопка почвы. Горечавка требовательна к влажности, но избыточного увлажнения почвы не выносит. Лучше растет на открытых светлых местах, но может выносить легкое затенение. Важно выбрать место, защищенное от холодных северных и северо-западных ветров. Укрытия на зиму не требуется.

Размножают горечавку желтую обычно семенами. Лучше всего сеять их под зиму, в октябре, – тогда всходы появятся в середине или в конце мая. Для весеннего посева семена необходимо стратифицировать при температуре +2...+5 °С в течение 2–2,5 месяцев. Грядки с посевами надо располагать в тени или притенять. Посевы требуют равномерного увлажнения, для чего рекомендуют грядки еще до появления всходов прикрывать мхом и часто поливать в сухую погоду. Всходы у горечавки очень мелкие, растет она медленно и к концу первого года жизни образует розетку из 2–3 пар листьев 1–2 см высотой. В последующие два года горечавка также растет очень медленно. В первый год к концу лета, но не позднее августа, растения можно распикировать или разредить, если всходов много. На постоянное место горечавку можно посадить на третий год. Расстояние между растениями при этом должно быть не менее 50–60 см.

Цветение в культуре наступает на 4-, 5- или даже 6-й год (в естественных же условиях это растение впервые зацветает только на 9–12-м году жизни). В момент первого цветения у растения развивается только один цветоносный побег. Цветет горечавка в июне–июле, семена созревают в августе. Всхожесть семян сохраняется в течение одного года. Если горечавку выращивают специально для получения сырья, соцветия можно удалить.

У взрослого растения на коротком толстом корневище образуется несколько розеточных побегов. Такое корневище можно поделить, но растение трудно приживается после этого, и поэтому вегетативно горечавку обычно не размножают.

Заготовлять корни горечавки желтой для лечебных целей можно на 4-й год жизни растения. Мощные корни горечавки выкапывают лопатами или кирками в сентябре–октябре, хорошо очищают от земли, срезают ножом остатки стеблей и промывают в холодной воде. Вымытые и обсохшие корни надо нарезать на куски длиной 20–50 см. Куски корней толще 2 см для ускорения сушки можно разрезать вдоль.

Сушить корни можно на чердаках под железной крышей или в сушилках при температуре 50–60 °С. Высушенные корни – ввиду их гигроскопичности – надо хранить в хорошо закрытой таре.

На территории стран СНГ около 100 видов горечавок, многие из них также известны в народной медицине. Особенно популярны как лекарственные растения горечавка перекрестнолистная, или крестообразная (G.cruciata) и горечавка легочная (G.pneumananthe). Они растут в Европейской части России, на Кавказе и в Сибири. У этих горечавок синие цветы (горечавку легочную называют в Сибири синим зверобоем). Цветоводы выращивают различные виды горечавок как декоративные растения. Обычно это низкорослые и даже бесстебельные виды, их сажают чаще всего в альпинариях, в групповых посадках вдоль дорожек, в бордюрах.