



როზა ბიძინაძე

ნაწილი II

ბრუნა და სუბროზია მენაქიაშვილი

**ბრუნა და სუბროზია
მენაქიაშვილის
სამხრეთი მნიშვნელობა**

ნაწილი II

ISBN 978-9941-0-5857-8



9 789941 058578

რთზა ბიძინაშვილი

ტროპიკული და სუბტროპიკული მცენარეების
სამკურნალო მნიშვნელობა



წიგნი ორ ნაწილად

ნაწილი II

(ლ - ჰ)

თბილისი

2013

“უნებლიე შეცდომისთვის მკაცრი კიცხვა არ გვმართებს!”

სოფოკლე

ცნობარი განკუთვნილია მკითხველთა ფართო წრისათვის. მოიცავს მშრალი და ტენიანი კლიმატის ტროპიკული და სუბტროპიკული ქვეყნების 272 მცენარეულ ობიექტს, რომლებიც მრავალმხრივი სასარგებლო თვისებებით გამოირჩევა, ფართოდ გამოიყენება მეცნიერულ, ტრადიციულ, ხალხურ მედიცინაში და ბევრი მათგანი საერთაშორისო ფარმაცოპეშია შესული.

შესაბამისი ინფორმაცია მოიპოვა და დაამუშავა საქართველოს ეროვნული ბოტანიკური ბაღის კავკასიის იშვიათი და სამკურნალო მცენარეების განყოფილების უფროსმა მეცნიერ თანამშრომელმა, ბიოლოგიის მეცნიერებათა დოქტორმა როზა ბიძინაშვილმა.

რედაქტორი: საქართველოს ეროვნული ბოტანიკური ბაღის უფროსი მეცნიერ თანამშრომელი, ბიოლოგიის მეცნიერებათა დოქტორი **ნონა ანთაძე**

რეცენზენტი: საქართველოს ეროვნული ბოტანიკური ბაღის ტროპიკული ორანჟერეის გამგე **ნანა ყუბანიშვილი**

ISBN 978-9941-0-5855-4 (ორივე ნაწილის)

ISBN 978-9941-0-5857-8 (მეორე ნაწილის)

“ბუნება მბრძანებელია, იგივე მონაა თავისა,
ზოგჯერ სიკეთეს იხვეჭავს, ზოგჯერ
მქმნელია ავისა...
ზოგჯერ პირიმზეს ახარებს, იქვე მოხრელია
ზვავისა...
მაინც კი ლამაზი არის, მაინც სიტურფით
ჰყვავისა!”

ვაჟა

წინათქმა

მსოფლიოში გამოყენებული წამლების ნახევრს ბუნებრივი წყაროებიდან მიღებული ნივთიერებები წარმოადგენს. აშშ-ის მხოლოდ ერთმა - კიბოს ეროვნულმა ინსტიტუტმა 2000-მდე ტროპიკული მცენარე გამოავლინა, რომლებიც პოტენციურად შეიძლება გამოყენებულ იქნეს კიბოსთან საბრძოლველად. მაგრამ რამდენია ჯერ შეუსწავლელი და გამოსავლენი! ტყის მასალა, კაუჩუკი, ფისი, გუმფისი, პესტიციდები, კაკალი და ხილი, საღებავი და საკვები დანამატები, სტეროიდები, ლატექსი, ეთერზეთები და ცხიმზეთები, მთელი რიგი სამკურნალო პრეპარატები - ყველაფერი ეს მცირე ჩამონათვალაა იმასთან შედარებით, რასაც ტროპიკული ტყე იძლევა.

აღსანიშნავია, რომ ოდესღაც ტროპიკულ მარადმწვანე წვიმიან ტყეებს (ჯუნგლებს) - დედამიწის ტერიტორიის 1,6 მილიარდი ჰა ეკავა, სადღეისოდ კი მათი ფართობი თითქმის ნახევრამდეა შემცირებული; ყოველწლიურად ჩვენს თვალწინ ამ უძვირფასესი ტყეების 135 ათასი კვ კმ ნადგურდება, რაც შეესაბამება 11 ათას კვ კმ-ს ყოველთვიურად, 367 კვ კმ-ს ყოველდღიურად, ხოლო 15 კვ კმ-ს ყოველ საათში. მეცნიერების ვარაუდით, განადგურების ეს ტემპი თუ შენარჩუნდა, XXI ს-ის შუა წლებში შესაძლებელია

მათი სრულად განადგურება, რაც დედამიწის კატასტროფის ტოლფასი იქნება.

ბიოლოგები მიიჩნევენ, რომ ტროპიკულ ტყეებში ბინადრობს დედამიწაზე არსებული მცენარეებისა და ცხოველების სახეობების დაახლოებით ნახევარი, ხოლო მილიონობით სახეობა ჯერ აუღწერავი და შეუსწავლელია.

ჩვენს მიზანს წარმოადგენდა დაინტერესებულ პირთათვის, უმთავრესად კი ახალგაზრდებისათვის, გაგვეცნო რიგი იმ ეგზოტური მცენარეებისა, რომლებიც ოდითგანვე იპყრობდა ადამიანის ყურადღებას; კერძოდ, ცნობარი მოიცავს ტროპიკულ და სუბტროპიკულ ტყეებში, ამ უაღრესად სპეციფიურ და მრავალფეროვნებით გამორჩეულ მცენარეულ ფორმაციებში მოზარდ მცენარეების იმ მცირე ნაწილს (272 სახეობა), რომელიც მრავალმხრივი სასარგებლო თვისებებით გამოირჩევა, ამავდროულად გამოიყენება ოფიცინალურ, ტრადიციულ, ხალხურ მედიცინაში, ხოლო ზოგიერთი მათგანი მსოფლიო ფარმაკოპეაშია შესული.

მცენარეების აღწერას წინ უძღვის ტრადიციული სამედიცინო სისტემის ფარმაკოგნოზიის მოკლე მიმოხილვა და ცნობები აღნიშნული ჯგუფის მცენარეების ძირითად ადგილსამყოფლებზე. წიგნის დასასრულს - საუბარია სამკურნალო მცენარეების კულტივირების აუცილებლობასა და მათ პერსპექტივებზე.

ცალკეული მცენარის დახასიათებისას ყურადღება გამახვილებულია მორფოლოგიურ ნიშან-თვისებებზე, ყვავილობისა და ნაყოფმსხმოიარობის პერიოდებზე, ბუნებრივი გავრცელებისა და კულტივირების ადგილებზე, მათ სასარგებლო მნიშვნელობაზე, სამკურნალო თვისებებზე, ხალხურ და ოფიცინალურ მედიცინაში გამოყენებაზე. მცენარეები განლაგებულია ქართული ანბანის მიხედვით.

წიგნი ორ ნაწილს მოიცავს. პირველ ნაწილში შესულია მცენარეები “ანი - დან ელ - მდე”, ხოლო მეორე ნაწილში განხილულია “ელ - იდან ჰაე - მდე” დასახელების მცენარეები. ტექსტში გამოყენებული მასალები ეფუძნება ფარმაკოგნოზის სახელმძღვანელოებს, განკუთვნილს ფარმაცევტული ინსტიტუტებისა და ფარმაცევტული ფაკულტეტების სტუდენტებისათვის, ასევე სხვა შესაბამის ლიტერატურულ მონაცემებს.

ძვირფასო მკითხველო!

მცენარეული ნედლეულის საფუძველზე დამზადებული პრეპარატების მიზანდასახულ გამოყენებას განსაზღვრავს მხოლოდ ექიმი!

ჩვენს მიერ შეგროვილი ინფორმაცია ტროპიკული და სუბტროპიკული მცენარეების შესახებ, ამ მეტად განსხვავებული, მსოფლიო ფარმაკოპეისათვის უაღრესად მნიშვნელოვანი, ორიგინალური და ეგზოტური მცენარეების გაცნობის მიზნითაა შედგენილი და არა მათი გამოყენების გადაწყვეტილების მიღების თვალსაზრისით.

კარგად უნდა გვანსოვდეს, რომ მცენარეების არადროულმა შეგროვებამ, სახლის პირობებში არასწორმა დამზადებამ და რა თქმა უნდა არასწორმა გამოყენებამ, შესაძლებელია მკურნალობის ნაცვლად ბევრად ძლიერი უკუქმედება გამოიწვიოს!
გაუფრთხილდით ჯანმრთელობას!!!



**ლოფოფორა, “პეიოტა” – *Lophophora williamsii*
(Lemaire ex Salm-Dyck) J. M. Coult
კაქტუსისებრნი - Fam. Cactaceae**



მორფოლოგია: კაქტუსისებრთა ოჯახის ერთ-ერთი ყველაზე ცნობილი გვარია. ლოფოფორას გარეგანი იერსახე მეტად თავისებურია – ეს არის მცენარე ზორცოვანი ბრტყელი სფერული 15 სმ-მდე დიამეტრის ლეგა – მწვანე, ზოგჯერ მოცისფრო, რბილი ღეროთი, სრულიად უეკლო. გაურკვეველად გამოხატული წახნაგები დაყოფილია განივ ღარებად, სუსტად გამოხატულ ბორცვაკებზე არეოლებით, თითოეული მათგანი კი მომარაგებულია ხშირი თეთრბეწვიანი ქოჩრით. აქედან წარმოსდგება გვარის სახელიც, ბერძნული lophos – “სავარცხელი”, “ქოჩორი” და phoros – “ტარება”.

ზრდასრულ ლოფოფორას ხაოიანი ღეროს წვერზე წარმოიქმნება წვრილი, ძაბრისებრი 2 სმ-მდე დიამეტრის თეთრი, ვარდისფერი ან ბაცი-ყვითელი ყვავილები. ნაყოფი წითელი კენკრაა შავი თესლებით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: გვარი ლოფოფორას (*Lophophora*) სახეობების არეალი მოიცავს ჩრდილო და ცენტრალურ მექსიკას, გადაჭიმულია 1100 კვ.კმ-ზე; ძირითად ადგილსამყოფელში საკმაოდ ფართოდაა წარმოდგენილი, წარმოქმნის 1,5 მ დიამეტრის დაჯგუფებებს.

ამერიკის აღმოჩენისა და ესპანელების მიერ მექსიკის დაპყრობის შემდეგ ევროპელები გაეცნენ ამ მცენარეს (“ემმაკის ფესვსაც”

უწოდებენ) – უეკლო კაქტუსს, რომელსაც ინდიელები თაყვანს სცემდნენ. აღსანიშნავია, რომ თანამედროვე მექსიკის ტერიტორიაზე მცხოვრები ძველი აცტეკები, ოლმეკები, ტოლტეკები, მაიას – ხალხები იყვნენ არა მარტო მზის თაყვანისმცემლები, ზოგიერთ კაქტუსსაც აღმერთებდნენ. აცტეკთა სახელმწიფოს მთავარი ქალაქი “ტენოჩტილანი”, თარგმანში ნიშნავს “წმინდა ოპუნციის მზიან ადგილს”, მათ გერბზე მზესთან ერთად ეკლიანი ოპუნცია იყო გამოხატული. ლოფოფორა კი ინდიელებისათვის დღემდე საკულტო მცენარეაა მიჩნეული.

ვილიამსის ლოფოფორა მცენარეულ სამყაროში ყველაზე საინტერესო ობიექტია. სხვა ორ მცენარესთან ერთად (სოკო - *Psilocybe mexicana* Helm და ლიანა – *Rivea corymbosa* Hall.) მიეკუთვნება მექსიკის ძველი კულტურის მაგიურ მცენარეთა რიცხვს. “პეიოტის” სახელით ცნობილი ამ მცენარის ნარკოტიკულ და სამკურნალო მოქმედებებს იცნობდნენ როგორც აცტეკები, ასევე სხვა ინდიელი ტომები.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ამერიკელმა ექიმმა ბრიგსმა 1887 წელს პირველმა გამოაქვეყნა სპეციალურ ლიტერატურაში ცნობა პეიოტის ფიზიოლოგიური მოქმედების შესახებ, ჩაატარა რა გამოკვლევები საკუთარ თავზე. მის შემდეგ დეტროიტში ამერიკულმა ფარმაცევტულმა ფირმებმა დაიწყეს **Lophophora williamsii**-ის ქიმიური შემადგენლობის შესწავლა; გამოყოფილი იყო ტოქსიკური ნივთიერება – ანხალონინი, შემდეგ მას დაემატა სხვა ალკალოიდები - ლოფოფორინი, მესკალინი; სწორედ ეს უკანასკნელი იყო იდენტიფიცირებული როგორც ჰალოცინოგენური ნივთიერება. შემდგომში სხვადასხვა სახის მგრძნობიარე ანალიტიკური მეთოდებით გამოვლინდა სხვა ქიმიური კომპონენტები; 1970-იან წლებში უკვე დადგენილი იყო მცენარის შემცველი 42 სახის იზოლირებული მოქმედი ნივთიერება, რომელთა შორისაა არა მარტო ბიოგენური ამინები და ალკალოიდები, არამედ სხვა ჯგუფის ალკალოიდები, ლაქტამები, იმიდები, სპეციფიური მჟავები.

დადგინდა მათი ფარმაკოლოგიური მოქმედებაც. ასე მაგ.: პეიოტის შემცველი ფენეტილამინები ქიმიურად მონათესავეა კუჭქვეშა

ჰორმონ ადრენალინის და მის მსგავსად აქვს მეტნაკლებად გამოხატული სიმპატიკომიმეტრული აქტივობა. სორდენინი მოქმედებს აღმეზნებად სიმპატიკურ ნერვულ სისტემაზე და აღუწერს გლუვ მუსკულატურას, ამაღლებს არტერიულ წნევას და აჩქარებს პულსაციას. ადრე გამოიყენებოდა თერაპიაში სისხლის მიმოქცევის სტიმულირებისათვის, აგრეთვე ასტიმისა და კუჭ-ნაწლავის კოლიკის შეტევების ასაცილებლად. დიდი დოზები იწვევს ძლიერ აღმეზნებას, დამბლას და სუნთქვის შეჩერებას. მეორე ალკალოიდი – ტირამინი მსგავსი მოქმედებით ხასიათდება, გარდა ამისა იწვევს საშვილოსნოს კუნთების შევიწროებას; ფენოლური ბუნების სხვა ნივთიერება – კორდენინი ანტისეპტიკური აქტიურობით გამოირჩევა. ალკალოიდი პელოტინი ადამიანებზე დამამშვიდებელ და ძილის მომგვრელ მოქმედებას იწვევს. ალკალოიდებს შორის ყველაზე შხამიანია ლოფოფორინი, რომელიც ტოქსიკურობით ნიკოტინის მსგავსია, სულ რაღაც 20 მგ-ის შინაგანად მიღება ადამიანებში იწვევს სისხლძარღვების გაფართოებას, თავის ტკივილებსა და სიცხის მოზღვაგებას, გადამეტებული დოზა კი ლეტალურ აღსასრულს. ბუნებრივია, ფსიქოტროპული მოქმედებიდან გამომდინარე, განსაკუთრებულ ინტერესს წარმოადგენს ალკალოიდი მესკალინი, რომელიც ფარმაკოლოგიური მოქმედებით მიეკუთვნება ფსიქოტომიმეტრულ ნივთიერებათა ჯგუფს, რომელსაც ასევე უწოდებენ ჰალუცინოგენებს, ფსიქოდისლეპტიკებს, ფსიქოდელიკამებს და ა.შ. მეცნიერული გამოკვლევები გრძელდება, ამ საოცარი მცენარის შემდგომი სამედიცინო გამოყენების თვალსაზრისით. მექსიკის ეხლანდელ კოაულას შტატში ძველ სამარხებში ჩატარებული გაზოქრომატოგრაფიული გამოკვლევების საფუძველზე დადგინდა, რომ პეიოტი ძველი ინდიელების კულტურაში 1000 წლის წინათ გამოიყენებოდა ნარკოტიკულ საშუალებად, აგრეთვე იხმარებოდა საკულტო მიზნებისათვის. ქურუმებში მისი გამოყენება იწვევდა სხვადასხვაგვარ ჩვენებებს, ჰალუცინაციები შემდგომ ინტერპრეტირებული იყო და ხალხს გადაეცემოდა რიგორც ბრძენთა წინასწარმეტყველებები.

ძველი დროიდანვე პეიოტი მნიშვნელოვან როლს ასრულებს ინდიელების ხალხურ მედიცინაში. გარეგანად გამოიყენებოდა როგორც ტკივილგამაყუჩებელი, ანთების საწინააღმდეგო და ანტისეპტიკური საშუალება ჭრილობების, დამწვრობის, გველის ნაკბენების, რევმატიული ტკივილების საწინააღმდეგოდ; შინაგანი მიღებისას ხდება გულ-სისხლძარღვთა სტიმულირება, ძალისა და გამძლეობის მომატება, ხსნის ორგანიზმის ტემპერატურას და ხსნის ხველებას.

უაუქმედება: გამორჩეულად მაღალტოქსიკური მცენარეა!!!

ლურჯი ზამბახი - *Iris germanica* L.
ოჯ. ზამბახისებრნი - Fam. Iridaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა 40-100 სმ სიმაღლის, მარტოული, ზედა ნაწილში დატოტვილი ღეროთი. ფესურა თეთრია, ჰორიზონტალური, დატოტვილი, დაკუთხული, 2,5-3,5 სმ-მდე დიამეტრის, მრავალი წვრილი 25-30 სმ-მდე სიგრძის ფესვით. ფოთლები ფართო ხმლისებრია, მონაცრისფრო-მწვანე, ღეროსეული – მოკლეა ფესვთანურზე, ყველა ორმწკრივადაა განლაგებული. ყვავილელი – მცირერიცხოვანი ხვეულაა, საყვავილე ღეროს ბოლოებზე განლაგებული, ფუძესთან ერთი სამფოთოლაკიანი საბურველით; ყვავილები მოკლე ყუნწიანია, დიდი ზომის, სასიამოვნო სურნელის, ჩვეულებრივ

იისფერი, ყვავილსაფარი ფუძესთან ფურცლებშეზრდილია, ვიწრო მილით; გარეთა წრის გვირგვინის ფურცლები უკუკვერცხისებრია, ქვემოთ გადახრილი; შიგნითა – უფრო წვრილია და ბაცი, ზევით მიმართული, ძირთან ყველა ღარისებრ ფრჩხილადაა შევიწროებული. ნაყოფი – დიდი, სამწახნაგოვანი კოლოფია, თესლი ნარინჯისფერია ან მოწითალო-ყავისფერი. ყვ. V-VI; ნაყ. VII-VIII.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ველურად არ გვხვდება. სამშობლო ხმელთაშუაზღვეთია. საკმაოდ ფართოდაა დანერგილი საქართველოშიც, ზღვის სანაპირო ზოლიდან დაწყებული 1500 მ სიმაღლემდე. ზამბახის 100-მდე სახეობიდან სამკურნალო მიზნებისათვის ოფიცინალურ მედიცინაში მხოლოდ სამი სახეობა გამოიყენება: *Iris germanica* L., *I. pallida* Lam., *I. florentina* L., რომლებიც მოჰყავთ “იის ფესვის” მისაღებად.



Iris pallida



Iris florentina

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნედლეულს ფესურა წარმოადგენს (Rhizoma Iridis). ფესურებს აგროვებენ აგვისტო-სექტემბერში, დარგვიდან მეორე-მესამე წელს, აშრობენ მზეზე. ახლადმოღებულ ფესურებს აქვს არასასიამოვნო სუნი. შრობის შემდეგ სასიამოვნო სურნელისაა, რომელიც იის სუნს წააგავს, რის გამოც “იის ფესვის” სახელითაა ცნობილი. გემო ჯერ მოტკბოა, შემდეგ მწვავე – მომწარო. დამატებითი პროდუქციის სახით ზოგჯერ გამოიყენება ყვავილები, რომლებსაც მაის-ივნისში აგროვებენ. ფესურა შეიცავს 0,1-0,2 % ეთერზეთებს, გლიკოზიდ ირიდინს, 7%-მდე შაქარს, 20-50% სახამებელს, 10%-მდე ცხიმზეთებს, ბენზონის, უნდეცილინისა და სხვა მჟავებს, ლორწოს, ფისებს, ბენზონის ალდეჰიდებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ასკორბინის მჟავას. ზამბახის ფესურა რეკომენდებულია როგორც ამოსახველებელი და ტკივილგამაყუჩებელი საშუალება კუჭ-ნაწლავის ჭვლების, ბრონქიტისა და ანგიის, მუცლის ტკივილების, ნაღველკენჭოვანი და კანის დაავადებების, ინფექციური და ძნელად შესასროცებელი ჭრილობებისა და წყლულების დასამუშავებლად. ქერქისაგან გასუფთავებული და დაფქვილი ფესურა შედის კოსმეტიკური პუდრის შემადგენლობაში; გამოიყენება როგორც ფიქსატორიც. მშრალი ფესურიდან ღებულობენ ეთერზეთებს ჰიდროდისტილაციის მეთოდით, შეიცავს მირისტინისა და სხვა მჟავებს, გერანიოლს,

ბენზალდეჰიდს, ლინალოლს, კეტონებს. ხასიათდება დეტოქსიკაციური, დიურეზული და ამოსახველელი მოქმედებით, ახდენს თავის ტვინის ფუნქციის ნორმალიზებას. გამოიყენება კანის დაავადებების, ძნელად შესახორცებელი ჭრილობების, წყლულების, ქრონიკული ბრონქიტის, პნევმონიის, ანგიინის დროს.
უპოქმედება: გვერდითი მოვლენები არ აღინიშნება.

**მაგიური ხილი – *Synsepalum dulcificum*
(Schumach. et Thonn.) Daniell
ოჯ. საპოტასებრნი - Fam. Sapotaceae**



მორფოლოგია: მარადმწვანე 1,5-6 მ-მდე სიმაღლის ბუჩქია ან მცირე ზომის ხე. ფოთოლი მოგრძო-კვერცხისებრია, მუქი მწვანე, ტყავისებრი, განწყობილია სპირალურად. წვრილი თეთრი ყვავილები 5-7 მმ დიამეტრისაა; ყვავილობა პრაქტიკულად მთელი წლის განმავლობაში გრძელდება, მცირე (1-2 თვის) შესვენებით. ნაყოფი კაშკაშა-წითელი, 2-3 სმ სიგრძის კურკიანაა, ყავის მარცვლის ზომის, ერთი თეთრი თესლით, გარეგანად კოწახურის ნაყოფის მსგავსია. ნაყოფი მწიფდება ყვავილობიდან 3-4 კვირის შემდეგ.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო დასავლეთ აფრიკაა.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: რეკომენდებულია ახლად შეგროვილი ნაყოფების საკვებად სწრაფად გამოყენება, ვინაიდან ხანგრძლივი შენახვისას კარგავს სასარგებლო თვისებებს.

მაგიური ხილის ნაყოფები მნიშვნელოვანი სამკურნალო თვისებებით გამოირჩევა; შეიცავს მრავალ მიკროელემენტს, რომლებიც აუცილებელია ადამიანის ორგანიზმის ნორმალური ცხოველმოქმედებისათვის, მდიდარია მცენარეული მჟავებით და უჯრედისით, რაც ხელს უწყობს კუჭ-ნაწლავის ნორმალურ მოქმედებას.

ამ უცნაური ხილის ნაყოფები საოცარი თვისების მატარებელია, რის გამოც ეწოდა “მაგიური ხილი”. ნაყოფის დაღეჭვის შემდეგ რამდენიმე საათით ითიშება მჟავე გემოს აღქმაზე პასუხისმგებელი რეცეპტორები – და მხოლოდ ისინი! ამ დროს თვით მჟავე ლიმონიც კი ტკბილად მოგეჩვენებათ!

გამოკვლევების შედეგად მეცნიერები მივიდნენ იმ დასკვნამდე, რომ ამ უცნაური ეფექტის მიზეზს წარმოადგენს ცილა – მირაკულიანი, თუმცა დღემდე დაუდგენელია ის მექანიზმი, რის მეშვეობითაც მირაკულინი იწვევს “გემოვნებით ჰალუცინაციებს”.

ხილის ამ საოცარი თვისებით სარგებლობენ წამყვანი და უმდიდრესი რესტორნების შეფ-მზარეულები.

უკუქმედება: არ არის დადგენილი.

**მაკლურა – *Maclura pomifera* (Raf.) Schneid
(= *M.aurantiaca* Nutt.)**

ოჯ. თუთისებრნი – Fam. Moraceae



მორფოლოგია: ფოთოლმცვენი ორსახლიანი 20 მ-მდე სიმაღლის

ხეა, ძლიერ დატოტვილი გადაშლილი ვარჯით. ხის ტანი დაფარულია მუქი მურა, დამსკდარი ქერქით. ტოტები მუხლებში მოღუნულია, ყლორტები ეკლიანია, ეკალი 2,5 სმ სიგრძისაა, ფოთლების ილღიებშია განლაგებული. ფოთლები მორიგეობითია, კვერცხისებრი, წვეტიანი, კიდემთლიანი, მუქი მწვანე, პრიალა, ქვედა მხარეს უფრო ბაცი; შემოდგომით – ოქროსფერ-ყვითელი შეფერილობის. ყვავილი წვრილია, ბაცი მწვანე; მამრობითი ყვავილები შეკრებილია მჭადა ყვავილელებად, მღედრობითი – კომპაქტურ, სფერულ თავაკებად. ნაყოფი მსხვილია 15 სმ-მდე დიამეტრის, დანაოჭებული, ნარინჯისფერი, დამახასიათებელი რძისებრი წვენი. თესლი მრავალრიცხოვანია.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო სამხრეთ ამერიკაა. ბევრ ქვეყანაშია ინტროდუცირებული, მათ შორის საქართველოშიც.

ცნობილია სხვადასხვა სახელით: “ადამის ვაშლი”, “ცრუფორთოსალი”, “ღვთიური საჩუქარი”.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ნაყოფი საკვებად უვარგისია. შეიცავს ვიტამინების უმდიდრეს კომპლექსს, ფლავონოიდებს, მიკრო და მაკროელემენტებს, აქტიურ ნივთიერებებსა და ორგანულ მჟავებს. უნიკალურმა სამკურნალო შემადგენლობამ აქცია მაკლურას ნაყოფები ჯადოსნურ და სასწაულმოქმედ საშუალებად მრავალი დაავადების მიმართ. ხალხური მედიცინა იყენებს მხოლოდ მწიფე ნაყოფებს, არსებობს უამრავი რეცეპტი მალამოს, ზეთის, ნაყენის დასამზადებლად. მათი მთავარი დანიშნულებაა: სიმსივნის საწინააღმდეგო, ტკივილგამაყუჩებელი, ანთების საწინააღმდეგო, ჭრილობების შემახორცებელი, გამამარებელი, დამამშვიდებელი მოქმედება.

მაკლურას მალამოთი კურნავენ კანის დაავადებებს: ფურუნკულებს, მღიერს, ჩირქოვან გამონაყარს, მალებს შუა თიაქარს, მასტოპატიას, ლიმფური კვანძების ანთებას, ტროფიკულ წყლულებს, სწორი ნაწლავისა და კანის კბოს. ნაყოფების სპირტიან ნაყენს იყენებენ პოლიართრიტის, ოსტეონდროზის, ნიკრისის ქარის, რადიკულიტის, მარილების დალექვის, თიაქარის, ნივთიერებათა ცვლის დარღვევის, სხვადასხვა ორგანოს კეთილ და

ავთვისებიანი სიმსივნეების სამკურნალოდ, აძლიერებს იმუნიტეტს, ხსნის ინტოქსიკაციას, ხელს უწყობს გულ-სისხლძარღვთა და ნერვული სისტემის მდგრადობას. გარდა აღნიშნულისა მაკლურა ხასიათდება ყველანაირი წარმოშობის სიმსივნის მძლავრი გამწოვი უნარით. ნაყენი გამოიყენება როგორც გარეგანად (დასაზეღად), ასევე შინაგანად.

უკუშემდება: უკუმაჩვენებელია მხოლოდ შაქრიანი დიაბეტით დაავადებულთათვის.

მანგო – *Mangifera indica* L.
ოჯ. თუთუბოსებრნი - Fam. Anacardiaceae



მორფოლოგია: ტროპიკული მარადმწვანე 10-25 მ-მდე სიმაღლის ხეა, ვარჯის რადიუსი 10 მ-ს აღწევს. ახლად განვითარებული ფოთლები მოყვითალო-ვარდისფერია, მაგრამ მალე იცვლის ფერს და მუქ მწვანე შეფერილობას ღებულობს, მოყვანილობით ფართო ლანცეტაა. ყვავილელებში 200-დან 4000-მდე მცირე ზომის ორსქესიანი და მამრობითი ყვავილეებია შეკრებილი, თეთრიდან ვარდისფრამდე შეფერილობის, გაშლის შემდეგ ხასიათდება შროშანის მსგავსი არომატით. გამონასკვა მეტად დაბალია, ერთ ყვავილეში მწიფდება მხოლოდ 1-2 ნაყოფი, რომელიც მსხვილია, კვერცხისებრი, მოგრძო-კვერცხისებრი ან სფერული; ნაყოფის მასის საშუალო წონა 200-400 გ, მაქსიმალური 1-2 კ.-ია. ქერქი გლუვია, მკვრივი, სხვადასხვა შეფერილობის: მომწვანო-

ყვითელი, გარგარის ფერის, კაშკაშა წითელი, თითქმის შავი; რბილობი ყვითელია ან ნარინჯისფერი, წვნიანი, ტკბილი, სუსტი სიმჟავის, არომატული. მანგოს ნაყოფის სუნი მოგვაგონებს ხან გარგარის, ხან ვარდის, ნესვის, ლიმონის არომატს. თესლი მსხვილია, 5-6-დან 10 სმ-მდე სიგრძის, მასა -50 გ. გამოყვანილია მრავალი ჯიშში, მხოლოდ ინდოეთში აღწერილია 1500-მდე, ინდონეზიაში - 900. არჩევენ დესერტულ და ტექნიკურ ჯიშებს, რომლებსაც იყენებენ კონსერვების დასამზადებლად.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ინდოეთის უძველესი ტროპიკული ხეხილოვანი კულტურაა, სადაც 8000-ზე მეტი წელია რაც კულტივირებულია. თავდაპირველად მცენარე იზრდებოდა ინდოეთის შტატის ასამის საზღვრისპირა ტერიტორიაზე და მიანმას სახელმწიფოს ტენიან ტროპიკულ ტყეებში. სადღეისოდ ფართოდაა გავრცელებული დედაამიწის ყველა ტროპიკულ სარტყელში: აშშ-ში, სამხრეთ და ცენტრალურ ამერიკაში, ჩინეთში, ეგვიპტეში, აფრიკის ტროპიკებში (მაგ.: კენია, კოტ-დივუარი, იემენი, ტანზანია, დომინიკის რესპუბლიკა, კონგო, მადაგასკარი), აზიურ ქვეყნებში (ტაილანდი, ფილიპინები, ვიეტნამი, ბანგლადეში, პაკისტანი), ავსტრალიაში, კანარიის კუნძულებზე, ევროპული ქვეყნებიდან უმთავრესად ესპანეთში; მაგრამ მოსავლის დიდი ნაწილი აზიურ ქვეყნებზე მოდის. მანგოს წარმოების წამყვანი ქვეყნებია: ინდოეთი, მექსიკა, ტაილანდი და სხვ. მხოლოდ ინდოეთში 9,5 მილიონი ტონა მანგოს ნაყოფები გროვდება.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ინდოეთში მანგოს ნაყოფებს სიმწიფის ყველა სტადიაში იყენებენ, ახლად გამოწასკვულიდან დაწყებული. სრულიად მოუმწიფებელი - სალათებისათვის იხმარება, უფრო მწიფეები - ბოსტნეულის მსგავსად გამოიყენება. მოუმწიფებელი ნაყოფიდან ამზადებენ პიკულებს, ყველანაირ მარინადებს, საკაზმებს, სოუზებს ხორცთან ერთად (კარი, ჩატნი და ა.შ.); ახალგაზრდა ფოთლებიდან მზადდება ინდური ნაციონალური კერძი “ლაბლაბა”. საკონსერვო წარმოებაში რამდენიმე თვის განმავლობაში მომწიფებული ნაყოფებიდან გამოიშუშავენ ჯემებს, კომპოტებს, მარმალადებს,

წვენებს, რომლებსაც უმატებენ უალკოჰოლო და ალკოჰოლურ კოკტივებს, ნაყინებს და ა.შ.

მანგოს ნაყოფები გამოირჩევა მეტ-ნაკლებად გამოხატული სკაპიდარის სუნით, თუმცა საუკეთესო კულტურულ ჯიშებში სუნი უმნიშვნელოდაა გამოხატული.

მწვანე მოუძწიფებელი ნაყოფები შეიცავს დიდი რაოდენობის სახამებელს, რომელიც სიმწიფესთან ერთად გადაიქცევა მარტივ ნახშირწყლებად (სახაროზა, გლუკოზა, მალტოზა, ქსილოზა); მნიშვნელოვანი წყაროა პექტინების, თუმცა კურკის წარმოქმნის შემდეგ მათი რაოდენობა მკვეთრად მცირდება. უმწიფარი ნაყოფი მეტად მჟავეა, ორგანული მჟავების (ლიმონის, მჟაუნას, ვაშლის, ქარვის) შემცველობიდან გამომდინარე; მწვანე მანგო მდიდარია ვიტამინებით (C, B₁, B₂, D, E, ნიაცინი). მწიფე ნაყოფები ტკბილია, დიდი რაოდენობით შეიცავს A ვიტამინს, კაროტინოიდებს, ამინომჟავებს, ეს ის შენაერთებია, რომელსაც ადამიანის ორგანიზმი ვერ გამოიმუშავებს და მხოლოდ საკვებიდან მიიღება, მინერალურ ნივთიერებებს: Ca, P, Fe. ქერქსა და ფოთლებში აღინიშნება ტანინები, ფოთლებში – მცენარეული ძლიერი ტრანსკვილიზატორები.

ტრადიციული ხალხური მედიცინით მდიდარ ინდოეთში მანგოს მრავალი დაავადების სამკურნალოდ იყენებენ. კერძოდ სხვადასხვა ორგანოს კიბოს ასაცილებლად, ძირითადად რეპროდუქტიული და შარდსასქესო სფეროს, აძლიერებს ორგანიზმის იმუნურ სისტემას, იცავს ჯანმრთელ უჯრედებს დაჟანგვისაგან, ვინაიდან წარმოადგენს ანტიოქსიდანტებს; თვლიან, რომ სწრაფად ხსნის ნერვულ დაძაბულობას და სტრესებს, ამაღლებს საერთო განწყობას, პარტნიორთა სექსუალურ შესაძლებლობებს.

აზიურ მედიცინაში მანგოს ნაყოფებს მნიშვნელოვან სამკურნალო საშუალებად მიიჩნევენ. მისით კურნავენ თვით ქოლერასა და შავ ჭირს. მწიფე ნაყოფებს იყენებენ როგორც შარდმდენ და საფადარათო საშუალებას, აგრეთვე შინაგანი სისხლჩაქცევებისას. მანგოს წვეწვს უნიშნავენ მწვავე დერმატიტების დროს; თესლები ასთმის სამკურნალოდ გამოიყენება.

ევროპაში რეკომენდებულია ორი კვირის მანძილზე მანგოს

ნაჭრების ღებვა გულის კუნთის გასამაგრებლად. ფოთლების ნახარშს ღებულობენ დიაბეტის დროს მხედველობის გასაუმჯობესებლად და ამავდროულად დიაბეტის სამკურნალოდ. ნახარშს უნიშნავენ გულ-სისხლძარღვთა სისტემის გასამაგრებლად და კუჭქვეშა ჯირკვლის სამკურნალოდაც.

უკუქმედება: უკუჩვენებები შეიძლება სამ ჯგუფად დაიყოს: ნაყოფის ქერქი ზოგიერთი ადამიანისათვის შეიძლება ალერგენად გადაიქცეს, ამიტომ მანგოს გასუფთავება ხელთათმანებით უნდა მოხდეს. უმწიფარი ნაყოფის გადაჭარბებულმა მიღებამ შეიძლება გამოიწვიოს ჭვლები, კუჭისა და სასუნთქი გზების ლორწოვანი გარსის გაღიზიანება. მწიფე ნაყოფის დიდი რაოდენობით მიღება იწვევს კუჭის გამაგრებას, ციებ-ცხელებას, ჭინჭრის ციებას.

**მანგუსტანი – *Garcinia mangostan* L.
ოჯ. კლუზიასებრნი - Fam. Clusiaceae**



მორფოლოგია: მეტად მიმზიდველი, პირამიდული ხეა, რომლის სიმაღლე მერყეობს 6 დან 25 მ-მდე; ყვავილები ძალიან ლამაზია, მსხვილი, სქელი მოყვითალი-ვარდისფერი გვირგვინის ფურცლებითა და ჯამის მოწითალო ფოთოლაკებით, ვითარდება ახალგაზრდა ყლორტებისა და ასაკოვანი ტოტების ბოლოებზე; ყვავილობს ადრე გაზაფხულზე; ჩვეულებრივ ყვავის წელიწადში ერთხელ, თუმცა ძლიერ მშრალი ზაფხულის პერიოდის შემდეგ აღინიშნება მეორე ყვავილობა და შესაბამისად ნაყოფმსხმოიარობაც.

ნასკვის წარმოქმნა და ნაყოფის განვითარება მალევეა შესამჩნევი, სრულ სიმწიფეს 100 დღეში აღწევს. მოუძწიფებელი ნაყოფის ქერქი მაგარი და ბოჭკოვანია, სიმწიფისას ხდება რბილი და მეწაპული ყავისფერი, შესამჩნევი ყავისფერი მოხატულობით. ნაყოფი 2-3 სმ დიამეტრისაა, ქერქის ქვეშ აღინიშნება ფორთოხლის მსგავსი, სეგმენტებად დაყოფილი რბილობი, მის შიგნით კი მჭიდროდ მიწებებული თესლები, ერთიდან ხუთამდე.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლოდ მალაის არქიპელაგის კუნძულებს მიიჩნევენ. ბუნებრივად არ გვხვდება, ცნობილია როგორც ბუნებრივი კულტივარი; ითვლება რომ არის ორი მონათესავე სახეობის: *Garcinia alaccensis* და *G.hombroiana* -ს ბუნებრივი ჰიბრიდი, არომატული პოლიპლოიდი, რომელშიც შეხამებულია ორივე მშობლის მორფოლოგიური ნიშნები. სადღეისოდ კულტივირებულია ტროპიკული კლიმატის ქვეყნებში: ტაილანდში, ინდონეზიაში, ბირმაში, მალაიზიაში, შრი-ლანკაში, ვიეტნამში, ინდოეთის სამხრეთში, ჰავაის კონტულებზე, ავსტრალიაში, ბრაზილიაში, ცენტრალური ამერიკის ქვეყნებში. შეიძლება ითქვას, რომ ტროპიკულ ხილს შორის ყველაზე ფართოდაა გავრცელებული.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: აღმოსავლეთში ცნობილია ხილის დედოფლის სახელით. ნაყოფის რბილობი კრემისფერ-თეთრია, წვნიანი, არომატული და ნაზი, საოცარი გემოთი, თითქოსდა მასში შერწყმულია ნაკრები ანანასისა და ატმის, მარწყვისა და ყურძნის, ატმისა და ვაშლის, ყველას ჩამოთვლა შეუძლებელია. ბევრი მას ყველაზე დახვეწილ ხილად მიიჩნევს. მისგან ღებულობენ სიროფსაც, ზოგჯერ ახდენენ მის კონსერვირებას, ამზადებენ ჯემს.

მანგუსტანი ნამდვილი წყაროა ადამიანისათვის მნიშვნელოვანი ელემენტებისა: ვიტამინების (C, E), რიბოფლავინის, თიამინის, აზოტის, კალციუმის, მაგნიუმის, თუთიის, ნატრიუმისა და კალიუმის. ამასთან, მეტად დაბალია მჟავე-ტუტოვანი ბალანსი (PH) – სულ 3,2.

მანგუსტანი ფარმაკოლოგიაშიც გამოიყენება. პრაქტიკულად ყველასათვის ცნობილია C და E ვიტამინების ანტიოქსიდანტური

თვისებები, თუმცა ნაკლებად არიან გათვითცნობიერებული ქსანტონების შესაძლებლობებზე, რომელიც მეცნიერების მიერ სულ ახალი აღმოჩენილია. მათი საფუძვლიანი შესწავლით გამოვლინდა შემდეგი ფარმაკოლოგიური თვისებები: მიკრობიოლოგიური ბალანსის შენარჩუნება, იმუნური სისტემის დაცვა, ორგანიზმის საერთო შემგუებლობა გარემოსადმი, გონებრივი მოქმედების გაძლიერება. მაგრამ ყველაზე საინტერესოა, რომ არა მხოლოდ რბილობი, მთლიანად ნაყოფი ჯერჯერობით ერთადერთი წყაროა ძლიერი ფიტონუტრიცეპტივების, რომელსაც ძალუმს შესცვალოს დიეტური საკვები დანამატების მომავალი. ბოლო პერიოდში მსოფლიო ბაზარზე გაჩნდა მანგუსტანის წვენი, რომელსაც უწოდეს “Xan Go”, რეკომენდებულია კარგი განწყობის შენარჩუნებისა და მძიმე დაავადებებისა და ოპერაციების შემდგომ სწრაფი გამოჯანმრთელებისათვის. მიმდინარეობს გამოკვლევები ქსანტონების დადებითი მოქმედებისა კიბოს სამკურნალოდ. სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიაში ასეული წლებია მის ნაყოფს, განსაკუთრებით ქერქს, იყენებენ სხვადასხვა დაავადების განსაკურნავად. სინგაპურიდან გამშრალი ქერქი იგზავნება ინდოეთისა და ჩინეთის აფთიაქებში დიზენტერიის საწინააღმდეგოდ. მალამოს სახით გამოიყენება ეგზემისა და კანის სხვა დაავადებებისას.

უკუქმედება: არ აღინიშნება.

მანდარინი - Citrus nobilis Lour.
ოჯ. ტევანისებრნი - Fam. Rutaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე 2-3 მ სიმაღლის ხეა. ახალგაზრდა ყლორტები მუქი მწვანეა. ფოთლები კვერცხისებრი ან ელიფსურია, ბლავკი, ყუნწები ზოგჯერ სუსტფრთიანია. ყვავილები მარტოულია ან 2-2 ფოთლის უბებშია განწყობილი, გვირგვინის ფოთოლაკები მქრქალი-თეთრია, მტვრიანები უმეტეს შემთხვევაში განუვითარებელი სამტვრეებითა და მტვრით. ნაყოფი ოდნავ შებრტყელებულია, 4-6 სმ დიამეტრის, ნარინჯისფერი. ქერქი თხელია, ადვილად სცილდება რბილობს, რომელიც მოყვითალო-ნარინჯისფერია, უთესლო.

მეციტრუსეების აზრით, “მანდარინის” სახელწოდებით გაერთიანებულია რამდენიმე სხვადასხვა სახეობა საკმაოდ განსხვავებული ნაყოფების ხარისხით. არსებობს სახეობები მჟაენაყოფა, ტკბილნაყოფა, მსხვილ და წვრილნაყოფა, თითქმის წითელი და ნარინჯისფერი შეფერილობის, თესლიანი და უთესლო. საქართველოს სუბტროპიკებში კულტივირებულია უმთავრესად უნშიუს მანდარინი, რომლისგანაც მიღებულია საქართველოს ტენიანი სუბტროპიკების პირობებისადმი მღვრადი რამდენიმე ჯიში. ყვ. IV-V; ნაყ. IX-X.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ველურად არ გვხვდება. სავარაუდოდ წარმოიქმნა ჩინეთსა და იაპონიაში. კულტურაში შეტანის დრო უცნობია. ევროპაში მოხვდა XIX ს-ში. ფართოდ გავრცელდა ხმელთაშუაზღვეთში. ყველაზე ფართოდაა

კულტივირებული იაპონიაში, ჩინეთსა და ინდოჩინეთის ქვეყნებში. მანდარინის მსოფლიო პროდუქცია 6 მილიონ ტონას აღემატება, ციტრუსოვნებს შორის ფორთოხლის შემდეგ მეორე ადგილი უკავია. დასავლეთ საქართველოს ტერიტორიაზე 100 წლის წინათ გაჩნდა და მაშინვე პოპულარული გახდა; ფართოდ გავრცელდა XX ს-ში, საბჭოთა პერიოდში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: საქართველოს სუბტროპიკებში ყველაზე ფართოდ გავრცელებული ციტრუსოვანი კულტურაა. უმთავრესად გამოიყენება ნედლი სახით, ნაკლებად წველებისა და მურაბების დასამზადებლად. ყვავილებისაგან მიიღება ეთერზეთები საპარფიუმერიო მრეწველობისათვის, ქერქს იყენებენ საკონდიტრო მრეწველობაში და ეთერზეთების მისაღებად. რბილობი ნაყოფის წონის 65 % შეადგენს, ქერქი – 35 %. რბილობი შეიცავს 6,8-7,4 მგ% შაქრებს, 0,8 მგ% ორგანულ მჟავებს, 40 მგ% ვიტამინებს (C, B₁), ფიტონციდებს; ნაყოფის ქერქი - კაროტინს, ეთერზეთებს, სპირტებს.

ნაყოფი დიეტური პროდუქტია. ხასიათდება სურავანდის, შემუშებისა და ლორწოს საწინააღმდეგო მოქმედებით; ხელს უწყობს მადისა და ნივთიერებათა ცვლის გაუმჯობესებას, საჭმლის მონელებას, თრგუნავს გულისრევის შეგრძნებას. მშვენიერი ანტიდებრესანტია, ხელს უწყობს ნერვული სისტემის დამშვიდებას და ორგანიზმის ტონუსის ამაღლებას; განსაკუთრებით სასარგებლოა ფეხმძიმე ქალებისათვის, თუმცა გადაჭარბებულმა მიღებამ შეიძლება ალერგიული რეაქციის პროვოცირება გამოიწვიოს.

ნაყოფის ქერქი უფრო სასარგებლოა, ვიდრე რბილობი, შეიცავს უფრო მეტ ეთერზეთებს, პექტინოვან ნივთიერებებს, ორგანულ მჟავებსა და ფლავონოიდებს. მისი ნაყენი გამოიყენება ფილტვების დაავადებების, ბრონქებისა და ზედა სასუნთქი გზების ანთებითი პროცესების დროს; მნიშვნელოვნად ამცირებს გულის დაავადებების, ათეროსკლეროზის განვითარების რისკს, ქოლესტერინის დალექვას სისხლძარღვების კედლებზე; მანდარინის წველის შეზღვევით ინკურნება მიკროსპორიით და ტრიქოფითით დაავადებული კანი, ფრჩხილების სოკოვანი დაავადებები.

უკუქმედება: უკუმაჩვენებელია კუჭ-ნაწლავის წყლულოვანი დაავადებების, მაღალი მჟავიანობის გასტრიტის დროს. ჰეპატიტით, ნეფრიტითა და ქოლეცისტიტით დაავადებულთათვის საერთოდ დაუშვებელია მისი მიღება.

**მანდრაგორა - *Mandragora officinarum* L.
ოჯ. ძაღლყურძენასებრნი – Fam. Solanaceae**



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა, რთული ფორმის მუქი ყავისფერი ფესვით, რომელიც მოხაზულობით ადამიანის ფიგურას მოგვაგონებს. ღერო 80 სმ - მდე სიმაღლისაა, ფოთლები ფესვთანურ როზეტად ვითარდება, მოგრძო ელიფსურია, ხუჭუჭა. ყვავილი მარტოულია, მსხვილი, იისფერი, შედგება ხუთნაკვთიანი ჯამის ფოთოლაკებისა და ხუთფურცლიანი ზარისებრი გვირგვინისაგან. ნაყოფი ნარინჯისფერ-ყვითელი კენკრაა, ვაშლის მსგავსი. ყვ. IX-X.

ისტორია და კულტურის გაფრცელება: ბუნებრივად გაფრცელებულია ევროპის სამხრეთით, ხმელთაშუაზღვეთში, განსაკუთრებით აპენინის ნახევარკუნძულის სამხრეთ დაბოლოებაზე და კუნძულ სიცილიაზე, შუა აზიაში, ჰიმალაის მთისწინებსა და ახლო აღმოსავლეთში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ფესვი, ნაყოფი და თესლი შეიცავს მაღალტოქსიკურ ალკალოიდებს: ატროპინს,

მანდრაგორინს (ატროპინის იზომერი), ჰიოსცამინს და სხვ., აგრეთვე მირისტინის მჟავას, ფიტოსტერინებს.

მცენარეში შემაჯავლი ალკალოიდები იწვევს ცენტრალური ნერვული სისტემის დათრგუნვას, რის გამოც ხასიათდება დამამშვიდებელი და ძილის მომგვრელი მოქმედებით. ფართოდ გამოიყენებოდა ძველ მედიცინაში, მას იყენებდა დიოსკორიდი და ავიცენა. ანტიკური პერიოდიდან XVIII საუკუნემდე ფართო დიაპაზონის სამკურნალო საშუალებას წარმოადგენდა. არის ერთ-ერთი პირველი ანესთეზიის გამომწვევი პრეპარატი, ვინაიდან ადრეულ პერიოდებში ღვინოსთან შერეულ მანდრაგორის წვეს აძლევენ ოპერაციების დროს გასაუმტკივნებლად; მცირე დოზებში გამოიყენებოდა დეპრესიებისა და ფობიებისას.

თანამედროვე მედიცინაში მანდრაგორის ფესვის ექსტრაქტი და ნაყენი შედის ზოგიერთი ანთისპაზმური და ტკივილგამაყუჩებელი წამლების შემადგენლობაში. მას ლებულობენ კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის მუშაობის დარღვევის, სხვადასხვა გენეზისის ტკივილების (სახსრების, კუნთების და ა.შ.), ვიტილიგოსა და კანის სხვა პათოლოგიების დროს.

ნელდი დაქუცმაცებული მცენარე ცხელი საფენების სახით იხმარება გამაგრებული ჯირკვლების, სიმსივნეების, შეშუპების დროს; მალამოების სახით - როგორც გარეგანი ტკივილგამაყუჩებელი საშუალება რევმატიზმისა და ნიკრისის ქარებისას.

მცენარე უძველესი დროიდან მაგიისა და ჯადოქრების ატრიბუტს წარმოადგენდა, გარშემოხვეული იყო მისტიკითა და ლეგენდებით. ითვლებოდა, რომ ამოთხრისას ის გამოსცემს კვილის მსგავს ხმას, რომელსაც ძალუმს ადამიანის ჭკუიდან შერყევა. არსებობდა მისტიკური წეს-ჩვეულება, რათა დაეცვათ ფესვების თხრის პროცესი. შუა საუკუნეებში მას მიანიჭეს სახელი “ჯადოქრის ყვავილი”, ვის სახლშიც მის ფესვს აღმოაჩენდნენ ის საცოდავი ადამიანი ინკვიზიციის მსხვერპლი ხდებოდა. საერთოდ ყველაფერი რაც მაგიასა და ჯადოქრობასთანაა დაკავშირებული ამ მცენარის გარეშე არ განიხილებოდა.

უკუქმედება: ძლიერ მზამიანია; უკონტროლო გამოყენებამ

შეიძლება გამოიწვიოს მასსოვრობის დაკარგვა, ტვინის ფუნქციის დარღვევა, ჰალუცინაციები, კომატოზური მდგომარეობა, სუნთქვის შეჩერება და სიკვდილი.

მანიოკი, ტაპიოკა – *Manihot esculenta* Cranz.
ოჯ. რძიანასებრნი - Fam. Euphorbiaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი ერთსახლიანი სწრაფმოზარდი 3 მ-მდე სიმაღლის ფოთოლმცვენი ბუჩქია, ტუბერისებრ გასქელებული, გვერდითი ფესვებით, რომლებიც ვეგეტაციის პერიოდში 5 მ-მდე სიგრძეს აღწევს და 15-მდე კგ იწონის. ფოთლები მორიგეობითია, ღრმად 5 ნაწილად დანაკვეთული. პოლიგამური ყვავილები წვრილია, შეკრებილია 20 სმ-მდე სიგრძის საგველა ყვავილელებად. ნაყოფი სამუდმიანი კოლოფია.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლოდ ითვლება ბრაზილიის აღმოსავლეთ ნაწილი (ამაზონის აუზის ტენიანი ტროპიკები). სადღეისოდ ბუნებაში არ გვხვდება. XV ს-ში პორტუგალიელებმა ძველ სამყაროში ჩამოიტანეს, საიდანაც გავრცელდა ეკვატორულ აფრიკაში, შემდეგ სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიაში. მცენარე კულტივირებულია ამერიკაში, ტროპიკულ აზიაში, აფრიკაში, მათ შორის მადაგასკარსა და ინდონეზიაში, ითვლება მეტად მნიშვნელოვან საკვებ მცენარედ.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ტუბერისებრ

გასქელებული ფესვების შემცველი სახამებელი მაღალი კვებითი მნიშვნელობით გამოირჩევა; მისგან ღებულობენ ფქვილს; მეტად ფასეულად მიიჩნევა აგრეთვე საგოს ანალოგიური პროდუქტი – ტაპიოკა. სახამებლიდან ამზადებენ სპირტს, აცეტონსა და გლუკოზას. აღსანიშნავია, რომ მანიოკი უზრუნველყოფს აფრიკაში კალორიების მიხედვით გამოყენებული სურსათის 37% შეადგენს, ხოლო მოსავლიანობით შაქრის ლერწმის შემდეგ მეორე ადგილი უკავია.

მცენარის მიწისზედა ნაწილი შეიცავს რძეწვენს – ლატექსს. ფესვებში აღინიშნება: ნახშირწყლები, ცილები, ვიტამინები: ნიაცინი, პირიდოქსინი, რიბოფლავინი, თიამინი, A, C, E, K; მინერალები: Na, K, Ca, Fe, Mg, P, Zn.

მანიოკი ხელს უწყობს გულის შეკუმშვისა და არტერიული წნევის რეგულირებას. ადგილობრივი მოსახლეობა მას სხვადასხვა დაავადებებისას იყენებს: ფოთლებს -სისხლის შესაჩერებლად, ხოლო სახამებელს რომთან ნარევეში პრობლემური კანის (განსაკუთრებით ბავშვების) სამკურნალოდ იყენებენ; ფესურას ნახარშს ხმარობენ ციებ-ცხელების, გაციების, ქალების უნაყოფობის, კუნთების ტკივილებისას.

არსებობს მანიოკის თანამედროვე გენური თერაპიის გამოკვლევები, რომელიც ტარდება კიბოს ზოგიერთი სახის სამკურნალოდ, ცდები ცხოველებზე წარმატებითაა დამთავრებული; აღსანიშნავია, რომ ხალხურ მედიცინაში ფოთლებსა და ფესვებს სიმსივნის მოსაშორებლად უძველესი დროიდან იყენებდნენ.

უკუქმედება: სიფრთხილე მართებთ ლატექსისადმი ალერგიულად განწყობილ ადამიანებს.

მარანტა – *Maranta arundinaceae* L.
ოჯ. მარანტისებრნი – Fam. Marantaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი ბალახოვანი 3 მ-მდე სიმაღლის მცენარეა. ფესვთა სისტემა შედგება ტუბერიისებრი ფესვებისაგან. ღეროები გართხმულია ან სწორმდგომი; ღეროსეული ფოთლები ორმწკრივადაა განლაგებული, ფესვთანური კი როზეტისეულია, ფორმით მოგრძო-ელიფსური, ხაზურ-ლანცეტა ან მომრგვალოვალური ფორმისაა; ფოთლისეული ფირფიტა სხვადასხვაფერია, ბაცი მწვანედან დაწყებული მუქ მწვანემდე, ხშირად შავის მაგვარი. საინტერესოა ამ მცენარის ფოთლების განწყობა, რაც ამინდთან დამოკიდებულებით იცვლება, ჩვეულებრივ მდგომარეობაში ისინი ჰორიზონტალურადაა განწყობილი, საკმარისია მზის სხივების ნაკლებობა იგრძნოს ფოთლებს მალლა სწევს და მლოცველის ხელისგულივით განაწყობს, რის გამოც “მლოცველ ბალახს” და “ლოცვის ხეს” უწოდებენ. წვრილი ყვავილები თეთრია, სამწვერიანი, შეკრებილია თავთავისებრ ყვავილედად, განწყობილია ტოტების წვეროებზე. ნაყოფი ერთთესლიანი კოლოფია.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად ტროპიკულ ამერიკაშია გავრცელებული.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: მარანტა, როგორც წესი, მხოლოდ ნელლი სახით გამოიყენება. მის შემადგენლობაშია სახამებელი და ცელულოზა. ხასიათდება საერთო გამამდიერებელი მოქმედებით. გამოიყენება გაციების, დიაბეტის, მოყინვების,

თრომბოზის, გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებების დროს; ხელს უწყობს ტემპერეტურის მკვეთრი რყევადობის ადვილად გადატანას. ზოგჯერ პედიატრიაში იხმარება ღიეტური პროლექტის სახით.

უკუქმედება: არ არის რეკომენდებული გადაჭარბებული მიღება.

მარჯნის ხე – Erythrina corallodendron L.
ოჯ. პარკოსანნი - Fam. Leguminosae (Fabaceae)



მორფოლოგია: 5 მ-მდე სიმაღლის ფოთოლმცვენი ეკლიანი, გვალვავამძლე და სწრაფმოზარდი ხეა თეთრი მერქნით. ფოთლები სამნაკვითანია; ყვავილები 5 სმ-მდე სიგრძისაა, ფარვანასებრი ტიპის, მოწითალო-ვარდისფერი, ხშირ, მტევნისებრ ყვავილეებად შეკრებილი. ნაყოფი - პარკია, მარჯნის მსგავსი კაშკაშა წითელი თესლებით, ზურგის მხარეს სიგრძივი ზოლით და თეთრი ნაჭდევებით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო კარიბის კუნძულებია; გავრცელებულია ტროპიკულ ამერიკაში. კულტივირებულია თბილ ქვეყნებში, როგორც დეკორატიული მცენარე.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: თესლი შხამიანია. შეიცავს ძლიერ ალკალოიდებს: ერთროიდინს (მოტორული ნერვული ცენტრების პარალიზური შხამი), ერთროზენს (იწვევს

პირღებინებას), კორალინსა და ერითრინის მჟავას, მათგან მიღებული ექსტრაქტი ცვლის კურარეს. აღნიშნულის გარდა შეიცავს 13,5% ცხიმებს, 0,32% ეთერში ხსნად ფისებს, 13,47% სპირტში ხსნად ფისებს, 1,61% ალკალოიდ ერითროკოკალოიდინს, 0,83% ფისებს, 1,55% შაქრებს, 0,42% ორგანულ მჟავებს, 15,87% სახამებელს, 7,15% წყალს, 39,15% არაორგანულ ნივთიერებებს.

აბორიგენი მოსახლეობის მიერ ბრაზილიაში გამოიყენება კრუნჩხვების საწინააღმდეგოდ.; ყვავილებს კი საკვებად იყენებენ. ვენესუელაში ხმარობენ საჩრდილობლების შესაქმნელად კაკოსა და ყავის ხის პლანტაციებში; ბენგალიაშიც ამავე მიზნით გამოიყენება *Schumanniathus dichotoma* – ს ნარგაობებში.

უაუქმედება: კონცენტრირებული სახით თესლების მიღება იწვევს დამბლას და სიკვდილს.

მაჰონია – *Mahonia aquifolium* (Pursh) Nutt.

ოჯ. კოწახურისებრნი – Fam. Berberidaceae



მორფოლოგია: 1 მ-მდე სიმაღლის მარადმწვანე ბუჩქია, წარმოქმნის რაყებს ფესვისეული ამონაყრების გაბარღვის გზით. ახალგაზრდა ყლორტების ქერქი მოვარღისფრო-ნაცრისფერია, ასაკოვნებში - მურა-ნაცრისფერი, სიგრძივი ზოლებით. ფოთლები კენტფრთართულია, 5-9 ფოთოლაკით, 15-20 სმ სიგრძის, მოწითალო ყუნწით; ფოთოლაკები ტყავისებრია, პრიალა,

დაძარღული, ქვედა მხრიდან – მქრქალი, ბაცი მწვანე, კიდეებზე ამოკვეთილ-მახვილ ხერხებილა, 3-9 სმ სიგრძისა და 1,5-2,5 სმ სიგანის, თანაფოთოლაკები ჯაგრისისებრია 2-5 მმ სიგრძის. ყვავილები ბაცი ყვითელია, კაშკაშა, იშვიათად ლიმონისფერი ელფერით, შეკრებილია მრავალყვავილიან საგველა ან მტევნისებრ ყვავილელებად. ნაყოფი მოგრძო-ელიფსურია, 10 მმ სიგრძისა და 8 მმ სიგანის, მოლურჯო-მოშავო, უხვი ნაცრისფერი ნაფიფქით, 2-8 თესლითა და მომჟავო-მოტკბო გემოთი. თესლი მოგრძოა, 4,5 მმ სიგრძის, 2,3 მმ სიგანისა და 1,5 მმ სისქის, წაბლისფერი, პრიალა. ყვ. IV-V; ნაყ. VIII-IX.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სახეობის არეალი მოიცავს ჩრდილოეთ ამერიკის დასავლეთ შტატებს ბრიტანეთის კოლუმბიიდან კალიფორნიამდე. ფართოდაა გავრცელებული ჩრდილოეთ ევროპაში დეკორატიული ბუჩქების სახით.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: მომჟავო-მოტკბო ნაყოფები იხმარება საკონდიტრო წარმოებასა და ღვინის შესაღებად.

მაჰონიის ქერქიდან მიღებული ნატურალური აქტიური ნივთიერებები გამოიყენება ჰომეოპათიაში მშრალი, ქერქლოვანი კანის დაავადებებისას, კერძოდ ფსორიაზის საწინააღმდეგოდ.

ფესვების ექსტრაქტი შეიცავს იზოქვინოლინურ ალკალოიდებს: ბერბერინს, ბერბალინს, ჰიდრასტინს და აპორფინის - ტიპის ალკალოიდებს, ორგანულ და ასკორბინის მჟავებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს.

კალიფორნიის მკვიდრი მოსახლეობა ისტორიულად ფესვების მწარე მიქსტურას იყენებს მადის გასაუმჯობესებლად, საერთო სისუსტის დროს გამწმენდ საშუალებად.

აშშ-ში ფარმაცევტული სტანდარტებით დამზადებული წამლების (ნეიჩელაქსი, ურო ლაქსი) შემადგენლობაში შედის მაჰონია. გერმანიაში ჩატარებული კლინიკური გამოკვლევებით, განსაკუთრებულ ყურადღებას იპყრობს მაჰონიის მომქმედი ნივთიერება - ალკალოიდი ბერბერინი, რომელიც ხასიათდება მაღალი ეფექტურობით შაქრიანი დიაბეტის 2 ტიპით მკურნალობისას; მეცნიერთა გამოკვლევებით ბერბერინის ორალური

გზით მიღებამ გამოიწვია შაქრის დონის დაწევა, შეამცირა სისხლში ცირკულირებული ცხიმების რაოდენობა, გაზარდა ინსულინის აქტივობა და საბოლოოდ შეამცირა საკვლევი ცხოველების წონა.

მაჰონის ექსტრაქტი ხელს უწყობს ასაკოვან ადამიანებში დაავადებების დაძლევას, ანეიტრალებს თავისუფალი რადიკალების მოქმედებას, ეწინააღმდეგება დამანგრეველ ქმედებას მიოკარდიის კედლებზე, ააქტიურებს იმუნურ სისტემას, იცავს ფილტვებსა და შემაერთებელ ქსოვილებს; გამოიყენება როგორც ნაღველმდენი საშუალება ჰეპატიტის, ჰეპატოქოლეცისტიტის, შემუშების, ნიკრისის ქარების დროს; ხასიათდება ანტიოქსიდანტური მოქმედებით, აუმჯობესებს სისხლის ცირკულაციას და ამყარებს კაპილარების კედლებს და მოქმედებს 15-ჯერ უფრო აქტიურად E ვიტამინთან შედარებით; გამოიყენება გასტრიტებისა და საკვებმომწელებელი ტრაქტის საერთო დაავადებებისას, ასტიმულირებს ნაღვლის ბუშტის ფუნქციას, აქვეითებს ყაბზობის შესაძლებლობებს.

კლინიკური გამოკვლევებით დადგინდა, რომ მაჰონის ფოთლები ხასიათდება მძლავრი ანტიბაქტერიული და რაც მთავარია ანტიპარაზიტული მოქმედებით.

მაჰონის საფუძველზე დამზადებული პრეპარატები ამჟამად გამოიყენება მთელი რიგი დაავადებების სამკურნალოდ, კერძოდ: ეგზემის, ფსორიაზის, ფერიმჭამელების, გამონაყრების, ჰერპესისა და ა.შ. მისი შემცველი ალკალოიდები ამუხრუჭებს კანის გარკვეული უჯრედების დაყოფას და ზრდას, ამცირებს ანთებით პროცესებს, ეწინააღმდეგება უჯრედების დაზიანებას თავისუფალი რადიკალებით.

უაქტივობა: დაუდგენელია.

მზესუმზირა – Helianthus annuus L.
ოჯ. როთულყვავილოვანი – Fam. Compositae (Asteraceae)



მორფოლოგია: ერთწლოვანი 60-200 სმ-მდე სიმაღლის ბალახოვანი მცენარეა. ღერო სწორმდგომია, უხეში, დაფარულია ხეშეში ბეწვით, უმთავრესად დაუტოტავია. ფოთოლი გრძელყუნწიანია, მსხვილი, ოვალურ-კვერცხისებრი, შებუსული, ხერხებილა კიდეებით. კალათა 6-40 სმ დიამეტრისაა. განაპირა ყვავილები ენისებრია, ნარინჯისფერ-ყვითელი, ჩვეულებრივ უნაყოფო, შუა ყვავილები მრავალრიცხოვანია (500-2000), ორსქესიანი. თესლურა 8-25 მმ დიამეტრისაა, ტყავისებრი ნაყოფსაფარით, თეთრი, მურა, შავი, იისფერი ან ზოლისებრი. ყვ. VI; ნაყ. VIII-IX.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ველურად არ გვხვდება. კულტურა წარმოიქმნა ცენტრალურ ამერიკაში, სადაც გავრცელებულია მზესუმზირას ველურად მოზარდი რამდენიმე ათეული სახეობა, თუმცა არც ერთი მათგანი არ სახელდება უშუალოდ კულტურული მზესუმზირის წინაპრად. ნიუ-მექსიკოსა და არიზონის შტატების ტერიტორიაზე, დაახლოებით 3000 წლით ადრე ახალ ერამდე მოჰყავდათ კულტურული მზესუმზირა, რომელიც სადღეისოდ მთელ მსოფლიოშია კულტივირებული. ძველ კონტინენტზე პირველად იქნა გამრავლებული მადრიდის ბოტანიკურ ბაღში, 1510 წელს ამერიკიდან ჩამოტანილი თესლიდან; შემდეგ გავრცელდა ევროპაში, უმთავრესად დეკორატიული თვალსაზრისით. რუსეთში XVII საუკუნიდანაა

ცნობილი; დიდხანს რჩებოდა დეკორატიულ და “საკნატუნო” ბოსტნეულ მცენარედ. 1779 წელს რუსეთის “აკადემიურ გამოცემაში” დაიბეჭდა შეტყობინება მზესუმზირას თესლებიდან ზეთის გამოხდის შესაძლებლობაზე. მისი, როგორც ზეთოვანი კულტურის მოშენება დაკავშირებულია რუსეთის მოქალაქესთან (დ.ბოკარევი) ვორონეჟის გუბერნიიდან, რომელმაც 1829 წელს ხელის ზეთის სადღვებელიდან მიიღო მზესუმზირას ზეთი. ძალიან მალე მზესუმზირას ნათესები ფართოდ გავრცელდა, დაიწყო სელექცია ზეთოვანი ჯიშების მისაღებად. რუსეთიდან მისი კულტურა საქართველოშიც ინაცვლებს, კერძოდ, მის აღმოსავლეთ ნაწილში, სადაც სადღვეისოდ ერთ-ერთ ფართოდ გავრცელებულ სამრეწველო კულტურას წარმოადგენს.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: თესლები გამოიყენება უშუალოდ საკვებად, ასევე მარგარინის, კულინარული ცხიმების მისაღებად, საკონსერვო წარმოებაში, საპნისა და ოლიფას დასამზადებლად. კოპტონი - მნიშვნელოვანი კონცენტრირებული საკვებია რქოსანი საქონლისთვის, მიწისზედა მწვანე ყლორტები გამოიყენება სასილოსედ შინაური ცხოველებისათვის, რომელიც კვებითი უნარით არ ჩამოუვარდება სიმინდისას.

მზესუმზირა ჯვარედინდამატვერიანებული მცენარეა, ყვავილები გამოყოფენ ბევრ ნექტარს, რის გამოც ფუტკრების საყვარელ საკვებს წარმოადგენს. მზესუმზირას თაფლი გამჭვირვალეა, სასიამოვნო ფერის, ჩინებული გემოთი და არომატით, რომელსაც ხშირად სამკურნალო დანიშნულებით იყენებენ. დადგენილია, რომ მზესუმზირას კულტურა ხასიათდება მანქანების გამონაბოლქვის შთანთქმის უნარით.

თესლურა შეიცავს 29-59 მგ% ზეთებს, ცხიმოვან მჟავებს, დიდი რაოდენობის ვიტამინებს (E, PP), ფოსფორიპიიდებს, ლეციტინს, მცენარეულ ცვილებს.

ფოთლებში აღინიშნება კაროტინი, კაუჩუკი, ფისოვანი ნივთიერებები, ფლავონოიდები. ყვავილები შეიცავს ფლავონურ გლიკოზიდებს, ანთოციანებს, ქოლინს, ბეტაინს, მწარე ნივთიერებებს, ორგანულ მჟავებს და სხვ.

სამედიცინო პრაქტიკაში გამოიყენება მზესუმზირას ზეთი, კალათის განაპირა ენისებრი ყვავილები და ნორჩი ფოთლები.

მზესუმზირას პრეპარატები იწვევს შინაგანი ორგანოების გლუვი მუსკულატურის დასუსტებას, სხეულის ტემპერატურის დაწევას, მადის გაძლიერებას. ზეთი გამოიყენება როგორც ნაღველმდენი საშუალება ნაწლავების ანთებითი პროცესებისა და ნაღველკენჭოვანი დაავადებებისას, აგრეთვე ათეროსკლეროზის პროფილაქტიკისათვის. იხმარება ცხვირ-ხახის დაავადებებისას საინგალაციოდ; შედის სხვადასხვა პლასტირების შემადგენლობაში. კოსმეტოლოგიაში ზეთით მკურნალობენ სახის, ხელების, ყელის კანის სიმშრალეს.

უკუქმედება: განსაკუთრებული უკუჩვენებები არ გააჩნია, თუ არ ჩავთვლით, რომ ზეთის ხშირმა გამოყენებამ შეიძლება წარმოქმნას ორგანიზმისათვის მავნე ნივთიერებები.

მირტი – *Myrtus communis* L.
ოჯ. მირტისებრი - Fam. Myrtaceae



მორფოლოგია: სურნელოვანი მარადმწვანე ბუჩქია ან ხე. ფოთლები წვრილია, კვერცხისებრი, ტყავისებრი, მუქი მწვანე, პრიალა. ყვავილები თეთრია ან ვარდისფერი, არომატული, მრავალრიცხოვან ყვავილედად შეკრებილი, ნაყოფი მუქი ლურჯი, სფერული კენკრაა.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამხრეთის სუბტროპიკული მცენარეა; იზრდება სამხრეთ ევროპაში, ხმელთაშუაზღვეთის ქვეყნებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ფრიად დეკორატიულია. სამკურნალო მიზნებისათვის ფოთლები გამოიყენება. მასში შემავალი ქიმიური ნივთიერებებიდან, უმთავრესია ევკალიპტოლი და მირტენოლი.

მირტის პრეპარატების მოქმედების სპექტრი ფართოა. ხელს უწყობს ცენტრალური ნერვული სისტემის აღზნებადობას, ლორწოვანი გარსის გაღიზიანებას; გამოიყენება გრიპის, როგორც მისი პროფილაქტიკის, ასევე შემდგომი გართულებების სამკურნალოდ; მირტის ნაყენებით მკურნალობენ ბრონქიტს, ასთმას, ტუბერკულოზს, დიფტერიას, ჰაიმორიტს, გულის, სისხლის, ყელის, ძვლის, ტვინის დაავადებებს, მათ შორის ეპილეპსიას; წარმატებით გამოიყენება კუჭ-ნაწლავისა და მუცლის ღრუს ორგანოების, თვალის დაავადებებისას, ამასთან დადებითი შედეგები სწრაფად მიიღება. რეკომენდებულია სხვადასხვა წარმოშობის ალერგიული დაავადებების სამკურნალოდ, ამ მხრივ მიღებულია დამაკმაყოფილებელი შედეგები, თვით ქრონიკული ავადმყოფების მიმართ.

მირტი ბიოლოგიურად აქტიურია; შეიცავს ისეთ ნივთიერებებს, რომლებიც მრავალჯერადი განზავების შემდეგაც მომაკვდინებლად მოქმედებს ტკივილგამომწვევი მიკრობების, ბაქტერიების, ჩხირების მიმართ; ამასთან ბევრად ეფექტურია სტრუპტომიცინზე, აერომიცინსა და სხვა მრავალ ანტიბიოტიკზე. სადღეისოდ წარმოიქმნა ტუბერკულოზის ნაირსახეობა, რომელიც არ ინკურნება ანტიბიოტიკებით, მირტს კი შესწევს უნარი თვით მცირე დოზითაც კი დაამარცხოს ტუბერკულოზის გამომწვევი ჩხირები.

ძველი წყაროების თანახმად ცნობილია, რომ მირტი შეიცავს ისეთ ნივთიერებებს, რომლებიც თრგუნავს სიმსივნის განვითარებას; კარგად მოქმედებს თირკმელებზე, გულზე, ღვიძლზე, ნაღვლის ბუშტზე, როგორც სიმსივნისა და ანთების საწინააღმდეგო საშუალება. აღსანიშნავია, რომ კარგად გადაიტანება იმ

ავადმყოფების მიერ, რომლებიც ვერ იტანენ მცენარეული წარმოშობის ვერც ერთ პრეპარატს.

მას აგრეთვე იყენებენ სანელებლად, სუნამოების კომპონენტად.

უკუქმედება: არ არის რეკომენდებული ფეხმძიმე ქალებისა და ასაკოვანი ადამიანებისათვის.

**მიზაკის ხე - *Syzygium aromaticum* (L.) Mercii et Perry
(=*Caryophyllus aromaticus* L.)
ოჯ. მირტასებრნი - Fam. Myrtaceae**



მორფოლოგია: ტროპიკული მარადმწვანე 10 მ-მდე სიმაღლის ხეა, ლამაზი პირამიდული ვარჯით. ფოთლები მოპირისპირეა, ფართო ლანცეტა, კიდეშლიანი, მუქი მწვანე, ტყავისებრი და პრიალა, რომლებზეც მიმოფანტულია ნათელი ეთერზეთოვანი წერტილები. ყვავილელი წვეროსეულია, შეკრებილია რთულ ნახევარქოლგებად. ყვავილი არომატულია, შედგება კაშკაშა წითელი ცილინდრული ყვავილსაჯდომისაგან (პიპანტია), 4 წვრილი წითელი ფერის ჯამის ფოთოლაკისა და 4-ფურცლიანი ბაცი ვარდისფერი გვირგვინის ფურცლისაგან, მტვრიანა მრავალია. ნაყოფი ცრუ კენკრაა, მუქი მურა ფერის, ოვალური ფორმის, სასიამოვნო სუნისა და გემოსი, შეიცავს ერთ თესლს.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო მოლუქისა და ფილიპინების კუნძულებია. კულტივირებულია მალაიზიაში, აღმოსავლეთ აფრიკის სანაპიროებზე, ინდოეთში, ჩინეთში,

ინდონეზიში, იამაიკაზე, ბრაზილიაში. მსოფლიო ბაზარზე კი ნეედლეულის 90% ზანზიბარიდან მიიღება.

როგორც სანელებელი და სამკურნალო საშუალება მიხაკის ხე უძველესი დროიდანაა ცნობილი და ფართოდ იხმარებოდა ინდოეთში, ახლო აღმოსავლეთში, ეგვიპტესა და ჩინეთში, შეჰქონდათ ძველ რომშიც. ჩინეთში, ეტიკეტის თანახმად იმპერატორთან სიტყვის თქმა შეიძლებოდა წინასწარ მიხაკის დაღეჭვის შემდეგ. პირველად მცენარე დაწვრილებით აღწერა მაგელანის თანამგზავრმა იტალიელმა რიგაფეტმა 1521 წ., დედამიწის ირგვლივ მოგზაურობისას. შემდგომ პერიოდში, პორტუგალიელებმა დაიპყრეს რა მოლუქის კუნძულები, მცენარეზე მონოპოლიის მიზნით, გამრავლების ნებას მხოლოდ თავის კუნძულებზე რთავდნენ, სხვაგან კი ბარბაროსულად აჩანაგებდნენ. პორტუგალიელი კოლონიზატორები ჰოლადიელებმა შეცვალეს, ისინიც იგივე პოლიტიკას ანხორციელებდნენ, მხოლოდ XVIII ს-ში მოახერხეს ფრანგებმა ერთი გემით მიხაკის ხის ნერგების გატანა, რომლის კულტივირებაც დაიწვეს აფრიკის სხვადასხვა ქვეყნებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ყველასათვის ნაცნობი სანელებელია, რომელიც მყარად დამკვიდრდა ჩვენს სამზარეულოში. სანელებელი მიხაკი ეს არის მიხაკის ხის გაუმღელი ყვავილები – კოკრები, რომლებსაც თავისებური პატარა ლურსმნის ფორმა აქვს, სხვადასხვა ევროპული ენებიდან ითარგმნება როგორც “ГВОЗДИКА”- “ლურსმანი”. აგროვებენ ყვავილის გაშლამდე 2-3 დღით ადრე, წინააღმდეგ შემთხვევაში სურნელების ხარისხი მკვეთრად კლებულობს. მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს სურნელოვან ეთერზეთებს, რომელიც წარმოადგენს ეფექტურ ნატურალურ გამაუმტკივნებელ, ანტიისეპტიკურ, ანტიბაქტერიულ, ანტივირუსულ, ანტიბიოტურ და სპაზმოლიტურ საშუალებას.

არომათერაპიაში მიხაკის ეთერზეთების არომატი ადამიანის ორგანიზმზე სამი მიმართულებით მოქმედებს: ემოციურ, მენტალურ და ფიზიკურ დონეზე. ხელს უწყობს ძალების აღდგენას მძიმე გონებრივი და ფიზიკური შრომის შემდეგ, არის მატონიზირებელი,

აძლიერებს ტვინის მოქმედებას და ამასთან ერთად აძლიერებს ნერვულ სისტემას.

ხალხური მკურნალების რეკომენდაციით იხმარება ბრონქიტის დროს სუნთქვის გასაუმჯობესებლად, ხელს უწყობს სისხლისმიმოქცევას, ამაგრებს ღვიძლს, აუმჯობესებს კუჭის მოქმედებას, შველის კბილის ტკივილს, დაღლილ თვალებს.

კოსმეტოლოგიაში მიხაკის ზეთი გამოიყენება ნიღბების, მალამოების დასამზადებლად, აბაზანებისათვის და სხვ.

უკუქმედება: არ არის რეკომენდებული 2 წლამდე ასაკის ბავშვებისა და მაღალი არტერიული წნევით დაავადებულთათვის.

მიწავაშლა - Helianthus tuberosus L.
ოჯ. რთულყვავილოვანი (ასტრასებრი) –
Fam. Compositae (Asteraceae)



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი 2,5 მ სიმაღლის ბალახოვანი მცენარეა. ღეროს მიწისქვეშა ნაწილებზე ვითარდება მრავალრიცხოვანი სტოლონები, რომელთა ბოლოებზე წარმოიქმნება ტუბერები - წაგრძელებული, მომრგვალო, მსხლისებრი, თეთრი, ვარდისფერი ან ლილისფერი, ამობურცული კვირტებით (თვალები). ღერო დატოტვილია, უხვადშეფოთილი, ხეშემბეწვიანი. ფოთლები მოპირისპირედ და რგოლურადაა განწყობილი, ყუნწიანია, მოგრძო კვერცხისებრი ან მოგრძო-

წაწვეტებული. კალათა 2-4 სმ დიამეტრისაა; საბურველის ფოთოლაკები მრავალრიცხოვანია, ბალახოვანი. განაპირა ენისებრი ყვავილები 3-4 სმ სიგრძისაა, ყვითელი; შუა ყვავილები მილისებრია, თესლურა მზესუმზირას თესლურის მსგავსია, მაგრამ უფრო წვრილია (4-6 მმ სიგრძის), ნაცრისფერი. ყვ. V-VI; ნაყ. VIII-IX.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ველურად ჩრდილოეთ ამერიკაში იზრდება. კულტურაში ინდიელების მიერაა დანერგილი, ევროპაში 1612 წელს იქნა გადმოტანილი, საიდანაც კავკასიაში მოხვდა XVIII ს-ში, აქედან კი რუსეთში გავრცელდა. სადღეისოდ შედარებით ფართოდ მოჰყავთ საფრანგეთში, პოლონეთში, უნგრეთში, ინგლისში, აშშ-ში, ბალტიისპირეთში, უკრაინაში, ბელორუსში, კავკასიაში, შუა აზიაში, ციმბირსა და შორეულ აღმოსავლეთში. ტუბერების მოსავლიანობა 150 ც/ჰა შეადგენს, მწვანე მასის - 700-900 ც/ჰა.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: საკვები კულტურაა. ტუბერები შეიცავს 70 მგ%-მდე ინულინს, 2,5-3,5 მგ% ფრუქტოზას, 2 მგ%-მდე პროტეინს, ვიტამინებს (B, C E), ასევე მდიდარია მინერალური მარილების (K, P, Mg, Na, Mn, Fe, Cr, Zn, Ca) შემცველობით. ტუბერიდან მიიღება გლუკოზა, ფრუქტოზა და ინულინი, რომლებიც სამედიცინო დანიშნულებისაა. სამკურნალო მიზნებისათვის გამოიყენება ტუბერი, ფოთლები, ღეროები.

ტუბერი რეკომენდებულია მთელი რიგი დაავადებების: კუჭის წყლულის, გულძმარვის, ათეროსკლეროზისა და რადიკულიტის სამკურნალოდ და პროფილაქტიკისათვის. ბოლო სამედიცინო გამოკვლევებმა აჩვენა, რომ საკვებად რამდენიმე თვის მანძილზე ტუბერის რეგულარული გამოყენება ახდენს სისხლში შაქრის დონის ნორმალიზებას, რის გამოც მისგან დამზადებული ზეთიანი სალათები რეკომენდებულია არა მარტო დიაბეტით დაავადებულებისათვის, არამედ ამ ავადმყოფობის რისკის ჯგუფში მყოფთათვისაც. იწვევს არტერიული წნევის დაქვეითებას და სისხლში ჰემოგლობინის შემცველობის ნორმალიზებას. წვენი ბრწყინვალედ კურნავს გულძმარვას და თავის ტკივილებს.

კოსმეტოლოგიაში ითვლება საუკეთესო გამაახალგაზრდაველ საშუალებად, ხელს უწყობს ნაოჭების გასწორებას, კანის ფერის გაუმჯობესებას.

ფოთლებისა და ღეროების ნახარში შველის სახსრებში მარილების დალექვას და რადიკულიტს.

სიფრთხილის ღონისძიებები: ინდივიდუალური შეუთავსებლობა; დიდი რაოდენობით მიღება არ არის რეკომენდებული მეტეორიზმით დაავადებულთათვის, ვინაიდან ხელს უწყობს ნაწლავებში გაზების დაგროვებას.

მონსტერა – *Monstera deliciosa* Liebm.

ოჯ. ნიუკასბრნი - Fam. Araceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი სწრაფმოზარდი ბალახოვანი გიგანტური ლიანაა, შესწევს 9 მ-მდე სიმაღლის ხეზე აღწევის უნარი. ღერო ცილინდრულია, 6,2-7,5 სმ სისქის, უხეში ნაჭდევებით და ერთმანეთში გადახლართული გრძელი, ხეშეში საჭაერო ფესვებით. ინვითარებს კეებერთელა ტყავისებრ, ღრმად განკვეთილ 90 სმ-მდე სიგრძის ფოთლისეულ ფირფიტებს სწორი გრძელი ყუნწებითა და მრავალრიცხოვან, სხვადასხვა ზომისა და ფორმის ლიბებს, რომელიც მნახველის დიდ ინტერესს იწვევს. ნაყოფი კენკრაა, 20-30 სმ სიგრძისა და 5-8,5 სმ სიგანის, სქელი ქერქითა და წვნიანი არომატული რბილობით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: გავრცელებულია ამერიკის

ეკვატორული სარტყლის ტენიან ტროპიკულ ტყეებში; სამხრეთით მისი არეალი მოიცავს ბრაზილიის თითქმის მთელ ტერიტორიას, ხოლო ჩრდილოეთით – ნახევარკუნძულ იუკატანს და მექსიკის ტერიტორიის დიდ ნაწილს. XIX ს-ში შეტანილ იქნა სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიაში და წარმატებით იქნა ინტროდუცირებული.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ეფექტური გარეგნობიდან გამომდინარე ერთ-ერთი ფართოდ გავრცელებული საოთახო და საორანჟერეო კულტურაა, რომელიც მეტად მნიშვნელოვანია დახურული გრუნტის მეყვავილეობაში და წარმოადგენს ნებისმიერი ინტერიერის დამამშვენებელ ობიექტს.

საოცრად დადებითი და ადამიანებისადმი კეთილმყოფელი მცენარეა; აუმჯობესებს შენობის მიკროკლიმატს, ამდიდრებს მას ჟანგბადით, ოზონით, აერონებით, ატენიანებს ჰაერს, შთანთქავს ფორმალდეჰიდებს – უფერო გაზს, რომელსაც შეიცავს დეესპე, ფენოფლასტები და ა.შ. სასიკეთოდ მოქმედებს ნერვული სისტემის მორღვეულ ადამიანებზე, ხსნის თავის ტკივილებს და იწვევს გულის რიტმის სტაბილირებას, შველის სეზონურ პოლინეზიას (ალერგიული სურდო). მიიჩნევენ, რომ კარგია მისი იქ ყოფნა, სადაც უწყსრიგობა სუფევს, შთანთქავს ნეგატიურ ენერგიას, ხელს უშლის ენერგეტიკული ნაკადების ქაოტურ აღრევას; შველის იყოთ უფრო ლოიალური გადაწყვეტილების მიღებისას; ეხმარება ადამიანებს კომპრომისების ძიებაში, რაც მეტად სასარგებლოა კერპი, სწრაფი გადაწყვეტილებებისა და მოქმედების მიმღები პირთათვის.

მას მიიჩნევენ ჯანმრთელობის, წარმატების, შეძლებისა და ბედნიერების მომტან მცენარედ. ასე მაგ.: ტაილანდასა და ლაოსში, თუ სახლში მძიმე ავადმყოფია, შეაქვთ მონსტერას ქოთანნი, მას რგავენ სახლების წინ ავი ენერგიისაგან დასაცავად. ერთ-ერთი სფერო მისი მოქმედების სამკურნალო ეფექტისა საკვებმომწელებელი სისტემაა, აკონტროლებს მასში მიმდინარე პროცესებს, ხელს უწყობს საკვების მონელებას; მისი ადგილი სამზარეულოსა და სასადილო ოთახშია.

მონსტერას ნაყოფები საკვებად გამოიყენება, არომატითა და გემოვნებით ანანასისა და ბანანის მსგავსია.

მექსიკაში ფოთლებსა და ფესვებს იყენებენ ართრიტებისა და რიგი სხვა დაავადებებისას.

უკუქმედება: მოუმწიფებელი ნაყოფის მიღება იწვევს პირის ღრუს ლორწოვანი გარსის სიდამწვრეს.

მორინდა ან ნონი – *Morinda citrifolia* L.

ოჯ. ენდროსებრნი - Fam. Rubiaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე 7 მ-მდე სიმაღლის ხეა, 20 მ-მდე სიღრმის ფესვებით. ფოთლები მუქი მწვანეა, პრიალა, ღრმად დაძარღვული. ყვავილები წვრილია, თეთრი. ნაყოფი ოვალურია, კარტოფილის მსგავსი, 4-7 სმ სიგრძის; მოუმწიფებელი ნაყოფები მწვანეა, მომწიფებისას – თეთრი ან ბაცი ყვითელი, თითქმის გამჭვირვალე კანით. შეიცავს მრავალ წვრილ თესლს. ყვავილობს და ნაყოფმსხმოიარობს მთელი წლის განმავლობაში.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო სამხრეთ აზია. კულტივირებულია წყნარი ოკეანის სამხრეთ რეგიონებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ნაყოფი საჭმელად ვარგისია, თუმცა გამოირჩევა უსიამოვნო მომწარო გემოთი და მკვეთრი სუნით (მყრალი, დაობებული ყველის მსგავსი). მიუხედავად ამისა წყნარი ოკეანის ზოგიერთ კუნძულზე (ფიჯი, სამოა, რაროტონგა) ძირითად საკვებ პროდუქტს წარმოადგენს.

სამკურნალო თვისებები ამ უაღრესად მნიშვნელოვანი მცენარისა უძველესი დროიდან იყო ცნობილი პოლინეზიის, ჩინეთის და სხვა ტროპიკული და სუბტროპიკული რეგიონების მოსახლეობისათვის;

პრაქტიკულად მცენარის ყველა ნაწილი ათასეული წლების მანძილზე გამოიყენებოდა ხალხურ მედიცინაში. ბოლო წლებში აშშ-ში, საფრანგეთში, იაპონიაში და სხვა ქვეყნებში ინტენსიურად მიმდინარეობდა ამ იშვიათი მცენარის შესწავლა, მრავალი ცხოვანი გამოკვლევებით დადგინდა მისი მრავალმხრივი სამკურნალო მნიშვნელობა.

ამჟამად ფარმაცევტულ წარმოებაში მორინდას ფესვებიდან და ფოთლებიდან მიღებულია პრეპარატები კაპსულების სახით, რომლებიც გამოირჩევა უაღრესად მნიშვნელოვანი სამკურნალო თვისებებით, კერძოდ: უზრუნველყოფს ენდოკრინული სისტემის ბალანსს, ამაგრებს იმუნურ სისტემას, იცავს ბაქტერიული და ვირუსული ინფექციებისაგან, ასტიმულირებს კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის მუშაობას; ხასიათდება გამაუმტკივნეული, დამამშვიდებელი და გამახალგაზრდავებელი მოქმედებით; აწესრიგებს სისხლის წნევას, ახდენს ქსოვილების რეგენერაციის სტიმულირებას, ხსნის ნევროზებს, დეპრესიას, ქრონიკული დაღლილობის სინდრომს, აწესრიგებს ძილს და აუმჯობესებს განწყობილებას; ხსნის თავის, სახსრების, მენსტრუალურ ტკივილებს.

სამედიცინო პრაქტიკაში გამოიყენება როგორც საერთო გამაჯანსაღებელი საშუალება ნაადრევ სიბერესთან საბრძოლველად; ვირუსების, ბაქტერიების, სოკოებისა და პარაზიტების საწინააღმდეგო პროგრამებში, განსაკუთრებით *Shigella* და *Salmonella* – შემთხვევაში; ორგანიზმის გაწმენდის კომპლექსურ პროგრამებში; დისბაქტერიოზის, კვების მონელების პრობლემების, შაქრიანი დიაბეტის სამკურნალოდ და პროფილაქტიკისათვის, კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის მოქმედების გასაუმჯობესებლად და სტიმულაციისათვის, სასუნთქი გზების დაავადებების, მამაკაცის სექსუალური ფუნქციის გაუმჯობესების, თირკმელების მოქმედების ნორმალიზაციისა და მწვავე და ქრონიკული დაავადებების, მენსტრუაციული დისკომფორტის მოსაშორებლად, კანის, ონკოლოგიური და ბერი-ბერის დაავადებების, პოლიართრიტისა და რევმატიზმის სამკურნალოდ.

უაუქმედება: კომპონენტების ინდივიდუალური შეუთავსებლობა.

მსხვილყვავილა ჟასმინი – *Jasminum grandiflorum* L.
ოჯ. ზეთისხილისებრნი - Fam. Oleaceae



მორფოლოგია: 6 მ-მდე სიმაღლის მარადმწვანე ბუჩქია ან ლიანა. ყლორტები შიშველია. ფოთლები მოპირისპირეა, ფრთისებრი, 5-7 ფოთოლაკით, რომლებიც ელიფსურია ან მომრგვალო ელიფსური, 2-3 სმ სიგრძის, მსხვილწვერიანი. ყვავილები მსხვილია, თეთრი, ძლიერ არომატული, შეკრებილია ყლორტების წვერებზე 8-10 ყვავილიან ქოლგისებრ ყვავილედად. ყვავილობს უზვად და ხანგრძლივად, ივნისიდან ოქტომბრამდე.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ირანი და ჩრდილოეთ ინდოეთია. ამჟამად მოჰყავთ ალჟირში, მაროკოში, ეგვიპტეში, იტალიასა და საფრანგეთში, სადაც საუკეთესო ხარისხის ზეთი მიიღება.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: საყოველთაოდ ცნობილი ჟასმინის ზეთის მიღების წყარო – ყვავილებია. ნაზი სურნელოვანი ყვავილები გროვდება ღამით, როდესაც მათი არომატი განსაკუთრებით ძლიერია. შეიცავს ჟასმინს (კეტონი), ლინალილაცეტატს, მეთილანტრანილატს (როული ეთერები), ბენზოლს, გერანიოლს, ნეროლს, ტერპინეოლს, ფარნესოლს (სპირტები), ეგენოლს (ფენოლი).

არის ანტისეპტიკური, სპაზმოლიტური, დამამშვიდებელი, ანტიდეპრესანტი.

ჟასმინის ზეთს უწოდებენ ყვავილოვანი ზეთების მეფეს და უძველესი დროიდან აკუთვნებდნენ სასიყვარულო შინაურ წამლებს – იმდენად დიდია მისი, როგორც აფროდიზიაკის რეპუტაცია. კურნავს გონორეასა და პროსტატიტს. ინდოეთში ზეთი ფართოდ გამოიყენება არომატული მალამოების წარმოებაში და რელიგიური ცერემონიების ატრიბუტად. ჩინეთში ჟასმინის ჩაი საყვარელ სასმელადაა ცნობილი; ინდონეზიაში ყვავილები ნაციონალური კერძების პოპულარული კომპონენტია; ხელს უწყობს მძიმე ტვირთისაგან განთავისუფლებას, ასტიმულირებს საშვილოსნოს ფუნქციას, ამალღებს სქესობრივ აქტიურობას (აფროდიზიაკი), არბილებს კანს, ბრწყინვალედ შველის დეპრესიასთან გამკლავებას; ამშვიდებს ნერვებს და ზრდის აქტიურობას; ზეთი აძლევს ადამიანს რწმენას საკუთარ ძალ-ღონეში, ახალისებს და მატებს ენერჯიას, რის გამოც კარგი დოპინგიცაა. ზეთი განსაკუთრებით პოპულარულია მშობიარეებისათვის, აადვილებს მშობიარობას, ასტიმულირებს საშვილოსნოს შევიწროებას და ერთდროულად აყურებს ტკივილებს; ჰორმონების შესანიშნავი რეგულატორია, ეფექტური საშუალებაა მშობიარობის შემდგომ დეპრესიის მოსახსნელად. მიიჩნევენ, რომ ხელს უწყობს დედასა და ახალშობილს შორის კონტაქტის დამყარებას; აძლიერებს ლაქტაციას. გარდა ამისა, ანელებს საშვილოსნოს სპაზმებს, ამცირებს ტკივილებს მენსტრუაციის დროს. კეთილ გავლენას ახდენს მამაკაცის რეპროდუქტიულ ფუნქციებზე, ზრდის სპერმატოზოიდების რიცხვს; არის რა ძლიერი დამამშვიდებელი საშუალება აგვარებს სექსუალური ხასიათის პრობლემებს, კერძოდ რაც დაკავშირებულია იმპოტენციასა და ფრივიდულობასთან. ჟასმინის ზეთი არის სასუნთქი ორგანოების სტიმულატორიც, აწესრიგებს სუნთქვას, ამცირებს ბრონქოსპაზმებს, ამშვიდებს ხველებით გამოწვეულ ლორწოვანი გარსის გაღიზიანებას, ხსნის ხროტინს.

მეტად ძვირი, მაგრამ ეფექტური ბალზამია მშრალი და მგრძნობიარე კანის მიმართ.

უაუქმედება: ფეხმძიმე ქალებისათვის მისი გამოყენება რეკომენდებულია მხოლოდ მშობიარობის წინ, როგორც

მშობიარობის დამხმარე საშუალება. გათვალისწინებული, უნდა იყოს რომ ზეთის “ნარკოტიკული” მოქმედება იწვევს ყურადღების გაფანტვას.

მსხვილნაყოფა შტოში
Vaccinium macrocarpon Aiton
(=Oxycoccus macrocarpus (Aiton.) Pursh)
ოჯ. მოცვისებრნი - Fam. Vacciniaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე დაბალი ბუჩქია, მიეკუთვნება შპალერული ტიპის ვეგეტატიურად მოძრავი ბუჩქების სასიცოცხლო ფორმას, მკვეთრად გამოხატული ორი ტიპის ყლორტით: გართხმული და ვერტიკალური. ფოთოლი მორიგეობითია, ტყავისებრი, პრიალა, მუქი მწვანე, ქვედა მხრიდან ლევა ან ცვილისებრი ნაფიფქით და წვრილი ბეწვებით მოფენილი, ოვალური ან მოგრძო-ელიფსური, ბლაგვი, ფუძესთან მომრგვალებული, სხვა სახეობებისაგან განსხვავებით ხასიათდება მსხვილი ზომებით. ყვავილები მუქი ვარდისფერია, ჩაქინდრული, განწყობილია გასული წლის ტოტებზე თითო-თითოდ ან შეკრებილია 3-4 ცალად, იშვიათად 6, ქოლგისებრ ყვავილედად; საყვავილე ყუნწები გრძელია, ჯამი 4 - ფოთოლაკიანია, გვირგვინი ღრმადაა 4 ნაწილად დაყოფილი. ნაყოფი მომრგვალო კენკრაა, მუქი წითელი, მომჟავო-ტკბილი გემოთი. ყვ. V-VI; ნაყ. VIII-IX.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად

გავრცელებულია ჩრდილოეთ ამერიკის ტორფიან ჭაობებში, ნიუფაუნდლენდიდან სასკაჩევნამდე, სამხრეთით ჩრდილო კაროლინამდე, მიჩიგანსა და მინესოტამდე. ჩრდილოეთ ამერიკაში მისი ხელოვნური გამრავლება იწყება XIX ს-ის შუა პერიოდიდან. შტომის წარმოების მსხვილი პლანტაციები თავმოყრილია კანადაში და აშშ-ის ძირითადად 5 შტატში: მასაჩუსეტის, ნიუ-ჯერსის, ვისკონსინის, ვაშინგტონის და ორეგონის. XX ს-ის ბოლოს პლანტაციების საერთო ფართობი 15 ათას ჰა-ს აღემატებოდა, ხოლო ნაყოფების ყოველწლიური მოსავლიანობა 250 ათას ტონას შეადგენდა. მიღებულია 200-ზე მეტი ჯიში, რომლებიც განსხვავდებიან მთელი რიგი მორფოლოგიური ნიშნებითა და ბიოქიმიური მაჩვენებლებით.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: შტომს ჭაობის ყურძენსაც უწოდებენ, თუმცა ეს შედარება ყურძნისთვის არც თუ სასარგებლოა, ვინაიდან შტოში ორგანული შენაერთებით მნიშვნელოვნად აღემატება მას. ბიოლოგიურად აქტიური ნივთიერებებისა და მინერალური მარილების შემადგენლობით ერთ-ერთი ყველაზე გამორჩეული კენკროვანი მცენარეა. ნაყოფი შეიცავს გლიკოზიდ ვაქცინინს, 0,5 მგ% ცილებს, 5 მგ% ნახშირწყლებს, 3 მგ%-მდე ორგანულ მჟავებს (ლიმონის, ბენზონის, ქინაქინის, ოლეინის, ურზოლის), 2 მგ% უჯრედის, შაქრებს (გლუკოზა, ფრუქტოზა), 0,7 მგ% პექტინოვან და საღებავ ნივთიერებებს, 15-30 მგ%-მდე C და B₁, B₂, PP ვიტამინებს, აზოტოვან და მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფიტონციდებს, სხვადასხვა მიკროელემენტებს: 12 მგ% ნატრიუმს, 116 მგ% კალიუმს, 14 მგ% კალციუმს, 8 მგ% მაგნიუმს, 11 მგ% ფოსფორს, 0,6 მგ% რკინას, აგრეთვე იოდს, ვერცხლს, ბარიუმს, სპილენძს, კობალტს, მოლიბდენს, ფლავონოიდებს, ფენოლებს. ნაყოფები ხასიათდება ანთების საწინააღმდეგო, სიცხისდამწვევი, ანტიბაქტერიული, გამაჯანსაღებელი, ჭრილობების შემახორცებელი, მატონიზირებელი მოქმედებით. ამალღებს იმუნიტეტს, ზრდის სისხლძარღვების კაპილარების სიმტკიცესა და ელასტიურობას, რის გამოც გამოიყენება ვარიკოზის დროს, აუმჯობესებს მადას, საკვების ათვისებას, აძლიერებს კუჭისა და

პანკრეასის წვენის გამოყოფას, სასარგებლოა დაბალი მჟავიანობით მიმდინარე გასტრიტისა და კუჭქვეშა ჯირკვლის ანთებისას; ხასიათდება აგრეთვე მკვეთრად გამოხატული ბაქტერიული მოქმედებით, ხელს უშლის მათ გამრავლებას, მისი წვენით ჩამობანილი ჭრილობები მყისიერად ხორცდება. ცნობილია, რომ აძლიერებს ანტიბიოტიკების მოქმედებას, რის გამოც კარგი დამატებითი საშუალებაა ცისტიტის, ნეფრიტის, ქალური ანთებითი დაავადებების სამკურნალოდ. სასარგებლოა საჭმლის მომწელებელი და გულ-სისხლძარღვთა სისტემებისათვის, ხელს უწყობს ნივთიერებათა ცვლის მოწესრიგებას, იცავს საშარდე სისტემას ინფექციისა და კენჭოვანი დაავადებების განვითარებისაგან, აბალანსებს სისხლში ქოლესტერინის დონეს, ხელს უშლის თრომბების წარმოშობას, ასტიმულირებს პანკრეასის ფუნქციას, რის გამოც რეკომენდებულია შაქრიანი დიაბეტით დაავადებულთათვის; ხელს უშლის გლაუკომის განვითარებას, მისი წვენი აცხრობს ღრძილების ანთებას, ეფექტურია პარადონტოზის მკურნალობისას. წვენი, ნაყენი აუმჯობესებს გონებრივ და ფიზიკურ აქტივობას; სასარგებლოა სისხლძარღვთა სპაზმებისა და ჰიპერტონიის შემთხვევაში; თაფლში გასრესილი ნაყოფი კარგი საშუალებაა ათეროსკლეროზისა და ტუბერკულოზის სამკურნალოდ.

სიფრთხილის ღონისძიებები: უკუმაჩვენებელია მაღალი მჟავიანობით მიმდინარე გასტრიტის, კუჭ-ნაწლავის მწვავე წყლულოვანი და ლეიძლის დაავადებებისას.

მურაია – *Murraya exotica* L.
ოჯ. ტეგანისებრნი - Fam. Rutaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე მცირე ზომის ხეა. ხის ტანი და ტოტები თეთრი მარმარილოს მსგავსია. ფოთლები პრიალაა, ტყავისებრი, მუქი მწვანე, ელიფსური. ყვავილები წვრილია, ნაზი, ზარისებრი, ხუთწევრიანი, შეკრებილია ფოთლისეულ უბებში ფაშარ ყვავილედად, გამოსცემს მძაფრ სასიამოვნო არომატს, დადებითად მოქმედებს ადამიანის გრძნობებსა და ემოციებზე, რაც ვლინდება ფიზიკურ მდგომარეობაზეც. ნაყოფი კენკრაა, ელიფსური, მუქი ნარინჯისფერი, სპეციფური გემოთი. ყვავილობს და ნაყოფმსხმოიარობს მთელი წლის განმავლობაში.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო იაპონიაა. კულტივირებულია აზიის ტროპიკული კლიმატის რეგიონებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ერთ-ერთი უძველესი სამკურნალო და დეკორატიული მცენარეა, ზოგჯერ “ჩინურ მირტასაც” უწოდებენ. ძველ დროში მიიჩნევდნენ, რომ ჯადოსნური ძალის მფლობელია და შესწევს უნარი ადამიანს ააცილოს ისრის ან იარაღის დარტყმა, რის გამოც დიდი ბელადები, იმპერატორები, მხედართმთავრები ბრძოლის დაწყების წინ ტანსაცმელში მალავდნენ მის ნაწილებს. ძველ ეგვიპტეში ქურუმები სასიკვდილო ავადმყოფობების დაძლევისა და გადალახვის მიზნით მცენარის საფუძველზე ამზადებდნენ ბალზამებსა და ნაყენებს, რომლებიც მხოლოდ ფარაონებისა და სამეფო კარისათვის იყო განკუთვნილი, გამოიყენებოდა დიდი ემოციური და გონებრივი გადაღლილობის დროსაც. ეს

რეცეპტები გასაიდუმლოებელი იყო. იაპონიაში კი მურაიოს გამოზრდა მხოლოდ იმპერატორის ბალ-პარკებში წარმოებდა, ჩვეულებრივი მოკვდავისთვის მიუწვდომელი იყო, ხოლო თუ ვინმე გაბედავდა ბრძანების დარღვევას სიკვდილით ისჯებოდა.

იაპონიაში, საიდუმლო დავალებების შესასრულებლად გაგზავნილ მზვერავეებს, მის ნაყენს ასმევდნენ, რაც იწვევდა გონებრივი და ინტელექტუალური უნარის ნახტომისებრ განვითარებას. ითვლება, რომ სახლში მოაქვს ბედნიერება და კეთილმდგომარეობა.

ფოთლები და ნაყოფები მრავალი სამკურნალო თვისებით გამოირჩევა; მათი საშუალებით კურნავენ იშემიურ დაავადებებს, გულის უკმარისობას, სისხლძარღვებს, ყელსა და პირის ღრუს, დიაბეტს, მაღალ წნევებს. გამოიყენება აგრეთვე მიოკარდიული ინფარქტის პროფილაქტიკისათვის, ინფარქტის შემდგომ პერიოდში, ზუთვისა და ცუდი გამწყობილობის დროს.

უკუქმედება: დამოუკიდებლად მკურნალობის დაწყებამდე, რჩევისათვის მიმართეთ ექიმს.

ნესვის ხე ან პაპაია - *Carica papaya L.*
ოჯ. პაპაიასებრნი - Fam. Caricaceae (Papayaceae)



მორფოლოგია: მარადმწვანე მცენარეა, ბუნებრივ პირობებში აღწევს 4-6 (8) მ სიმაღლეს, გამოხატული მერქნოვანი ტანითა და 5-7 კონებად შეკრებილი, გრძელყუნწიანი, თათისებრგანკვეთილი, მოყვითალო-მწვანე, ტყავისებრი ფოთლით,

მოგვაგონებს პალმას. მცენარე ორბინიანია; ყვავილები უმთავრესად ერთსქესიანია, მოყვითალო-მოთეთრო, მამრობითი ყვავილები შეკრებილია დიდ 1,5 მ სიგრძის საგველა ყვავილედად, მდებარებითი და ორსქესიანი ყვავილები მარტოულია. ნაყოფი - კენკრაა, ფორმით და გემოვნებით ნესვის მსგავსი, აქედან პაპაიას მეორე სახელი “ნესვის ხე”; ნაყოფები იზრდება პირდაპირ ხის ტანზე მოკლე ღეროებზე, ზომები მერყეობს 20-დან 40 სმ-მდე, საშუალოდ მათი წონა 2-3 კგ აღწევს, აღინიშნება რეკორდსმენებიც (5-7 კგ), სიმწიფისას მონარინჯისფრო-ყვითელია, წვნიანი, ტკბილი.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ტროპიკული ამერიკაა, სადაც წარმატებით ამრავლებენ; ფართო პლანტაციებია შრი-ლანკაზე, აღმოსავლეთ აფრიკაში, პაკისტანში, ინდოეთში, ავსტრალიასა და ბრაზილიაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ნაყოფებს საკვებად იყენებენ ნედლი და გადამუშავებული სახით. ნესვის ხის ქერქი შეიცავს გამჭვირვალე რძისებრ წვენს, რომელსაც ღებულობენ ხის ტანის დასერვით; ჰაერზე სწრაფად შრება და მყარდება. ეს სწორედ ის ნედლეულია, რომელიც ცნობილია Papaya-Latex - ის სახელით. მისგან მიიღება ფერმენტი პაპაინი.

ნესვის ხის მოქმედი ნივთიერებებია: პაპაინი – უმთავრესია ხის წვენიდან გამოყოფილი ექვსი ფერმენტიდან, ქიმოპაპაინი A, ქიმოპაპაინი B, ლიზოციმი, კალაზა, ლიპაზა და გლუტამინ-ტრანსფერაზა; მათ გარდა აღინიშნება ამინომჟავები. ფოთლები შეიცავს პაპაინსა და სხვა ფერმენტებს, გლიკოზიდებს, საპონინებსა და ალკალოიდებს.

პაპაინი, აგრეთვე Papaya-Latex-ის ფერმენტების ნაკრები გამოიყენება სხვადასხვა მზა პრეპარატების სახით კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის სეკრეციის დარღვევების დროს, განსაკუთრებით ცილების გადამუშავების დამძიმებისას. ტროპიკებში რძის წვენს იყენებენ ზოლისებრი ჭიების საწინააღმდეგოდ, ფოთლებიც ამავე მიზნით იხმარება.

საინტერესოა, რომ ხის განსაკუთრებულ მომარჯვებულ ზოლებში ცხოვრობენ ჭიანჭველები, რომლებიც კი არ ავნებენ მცენარეს,

პირიქით იცავენ მას მტრის თავდასხმისაგან, სულ მცირე შეხების შემთხვევაში, საცავებიდან მასობრივად გამოდიან მათ წინააღმდეგ.
უკუქმედება: არ აღინიშნება.

**ნიანგის ხე – *Zanthoxylum rhesta* (Boxb.)DC.
ოჯ. ტეგანისებრნი – Fam. Rutaceae**



მორფოლოგია: მაღალი ხეა, რომლის ტანი ნიანგის ტყავს მოგვაგონებს, ძლიერ მჩხვლეტავია, მთლიანად ეკლებით დაფარული. რაც მცენარისათვის ერთგვარ დამცავ როლს ასრულებს, თუმცა არა ადამიანებისაგან.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: იზრდება ტროპიკულ და სუბტროპიკულ სარტყელში, თბილ ქვეყნებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: მცენარე მიეკუთვნება სურნელოვან (ამბროვან) მცენარეთა კატეგორიას. ყურადღებას იპყრობს ფისების შემცველობის გამო, იყენებენ ელიტურ პარფიუმერიაში (ამბრის სურნელება) და მედიცინაში. საუკეთესო საშუალებაა ფისით დაზელება რევმატიზმისა და სახსრებით დაავადებებისას. ადრე აღმოსავლეთის იმპერატორები თამბაქოსთან ერთად ფისს ეწოდნენ, იწვევდა სიმშვიდესა და მოთენთილობას.

ინდონეზიის კუნძულ ბალის ხის ოსტატები ხისგან ამზადებენ საოცარი სილამაზის სტატუეტებსა და სხვადასხვა ნაკეთობებს.
უკუქმედება: დაულგენელია.

ოდლაჯი ან ბაკაუტის ხე – Guaiacum officinale L.
ოჯ. ორყურასებრნი - Fam Zygophyllaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე ტროპიკული 15 მ-მდე სიმაღლის ხეა, მოთეთრო-მონაცრისფრო ქერქით, რომელიც შემდგომში, ასაკთან ერთად შეფერილობას იცვლის და მწვანდება. გრძელი, მოხრილი მრავალრიცხოვანი ტოტებით დიდ გუმბათს მოგვაგონებს. ფოთლები მუქი მწვანეა, მოპირისპირედ განლაგებული. ყვავილი იისფერი ან ბაცი ცისფერია, ყვავილობის დასასრულისკენ მოთეთრო შეფერილობის, 5-ფურცლიანი, შეკრებილია ფაშარ ყვავილეებად 5-10 ცალად.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია ცენტრალურ ამერიკაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ეკონომიკურად მეტად მნიშვნელოვანი ხეა, იძლევა ძალიან გამძლე, მაგარ და მძიმე მერქანს, რომელიც სხვადასხვა ნაკეთობისათვის იხმარება. გამოირჩევა მრავალმხრივი სამკურნალო თვისებებითაც, რის გამოც “სიცოცხლის ხეს” უწოდებენ. ხალხურ მედიცინაში სამკურნალოდ გამოიყენებოდა ხის სხვადასხვა ნაწილის (ქერქი, ფოთლები, ყვავილები) ნახარშები რივი დაავადებებისას: ათამანვის, საშვილოსნოს, სახსრების ტკივილის, რევმატიზმის, ნივთიერებათა

ცვლის დარღვევების დროს; ხელს უწყობს კანის, თირკმელებისა და ნაწლავების ფუნქციების გაძლიერებას.

შეიცავს განსაკუთრებულ სურნელოვან ფისს, რომელიც გამოიყენება მედიცინაში. ეთერზეთებს ღებულობენ მერქნიდან დისტილაციის მეთოდით; ყვითელი, ქარვისებრი ან მომწვანო ბლანტი სითხეა ჩაის ვარდის არომატით. შეიცავს გვაიაკოლს (42-72%), ბულნეზოლს, ბულნიზინს, გვაიანინს, პაჩულინს, გვაიაოქსიდს.

ეთერზეთებს ხალხურ მედიცინაში იყენებენ სისხლის მოძრაობის გასაუმჯობესებლად, ართრიტისა და ნიკრისის ქარების, რევმატიზმისა და ვენერიული დაავადებების სამკურნალოდ.

ხასიათდება ანთების საწინააღმდეგო, ანტიოქსიდანტური, შარდმდნი მოქმედებით, აძლიერებს ლაქტაციას.

ფარმაკოლოგიაში თხევადი ექსტრაქტი და ტინქტურა გამოიყენება როგორც დიაგნოსტიკური რეაგენტი სისხლის გამოკვლევებისას. იზმარება აგრეთვე ფიქსატორად და სურნელებისათვის კოსმეტიკურ წარმოებაში და პარფიუმერიაში.

უკუქმედება: ოდალაჯის პრეპარატების მიღება დაუშვებელია 2 წლამდე ბავშვებისა და ფეხმძიმე ქალებისათვის.

**ოთანის ფიკუსი, კაუჩუკის ფიკუსი –
Ficus elastica Roxb. ex Hormen.
ოჯ. თუთისებრნი - Fam. Moraceae**



მორფოლოგია: მარადმწვანე 30-40 მ სიმაღლის ხეა. ფოთლები

მორიგეობითია, ოვალური, მახვილი წვერით, ტყავისებრი, პრიალა, გლუვი, კიდემთლიანი, კარგად გამოხატული მთავარი ძარღვით, რომელიც სქელ ყუნწში გადადის, 18-30 სმ სიგრძისა და 10-20 სმ სიგანისაა; ნორჩი ფოთლები მოვარდისფრო-ყავისფერი შეფერილობისაა, ასაკოვანი- მუქი მწვანე. ოთახის პირობებში 2-3 მ-მდე სიმაღლეს აღწევს, ყვავილობს იშვიათად, წარმოქმნის მცირე ზომის, მოყვითალო-მწვანე, ოვალური ფორმის, 1 სმ-მდე დიამეტრის ნაყოფებსა და თესლს.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ინდოეთის ჩრდილო-აღმოსავლეთი (ასამი) და ინდონეზიის სამხრეთი ნაწილია (სუმატრა და იავა). ტროპიკების გარეთ მოჰყავთ ოთახის კულტურის სახით. ყველაზე ცნობილი დეკორატიული ჯიშებია: *Ficus elastica* “Decora” – ბრინჯაოსებრი ნორჩი ფოთლებით; *Ficus elastica* “Doescheri”- ჭრელი ფოთლებით, *Ficus elastica robusta* – მოწითალო ფოთლებით, *Ficus elastica variegata* – ჟანგისფერი ფოთლებით, *Ficus elastica tricolor* –სამფერა ფიკუსი.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამშობლოში კაუჩუკის ფიკუსი სამრეწველო დანიშნულების ხე - მცენარეა; მისგან ღებულობენ კაუჩუკს.

რაც შეეხება ოთახის ფიკუსს, ფართოდ გავრცელებული საოთახო მცენარეა, გამოირჩევა მაღალდეკორატიულობით, ხელს უწყობს ჰაერის გასუფთავებას, შთანთქმავს ზიანის მომტან სხვადასხვაგვარ მავნე ელემენტებსა და გაზებს. ამავდროულად ხასიათდება სამკურნალო თვისებებითაც, ხალხური მედიცინის ერთ-ერთი დამხმარე საშუალებაა. ხელს უშლის ბაქტერიებისა და ვირუსების გამრავლებას, ავლენს სიმსივნის საწინააღმდეგო აქტივობას; ფოთლების გამონაწურს იყენებენ ცნობიერების, კოჟრების, მეჭვჭვების მოსაშორებლად; ნახარშს ღებულობენ ტრაქეიტისა და ბრონქიტის, მასტოპატიისა და ფიბრომიომების დროს; აღნიშნავენ რომ ნაყენი არჩენს ართრიტს, თუმცა იქვე მიუთითებენ, რომ აუცილებელია ექიმთან კონსულტაცია.

ზოგიერთი მონაცემებით სამკურნალო თვისებებით არ ჩამოუვარდება ალოეს. ფოთლები შეიცავს ნივთიერებებს, რომლებიც ხასიათდება ტკივილგამაყუჩებელი, ანთების

საწინააღმდეგო და ბაქტერიციდული თვისებებით, რის გამოც ფოთლების კომპრესი შველის ფურუნკულეს, სხვადასხვაგვარ წყლულებსა და ჭრილობებს, ოსტეოხონდროზს, რადიკულიტს. გამოიყენება ხველების, დიზენტერიის, კარბუნკულების, ბუასილის, საწინააღმდეგოდ. ხელს უწყობს მენსტრუაციის სტიმულირებას.

უკუქმედება: დამოუკიდებელი მკურნალობის დაწყებამდე მიმართეთ ექიმს.

ოლეანდრე - Nerium oleander L.
ოჯ. ქენდრისებრნი – Fam. Apocynaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე ბუჩქი ან მცირე ზომის ხეა, მურა დატოტვილი ღეროებით. ფოთლები მორიგეობითია, მოპირისპირე, ლანცეტა ფორმის, შევიწროებული მოკლე ყუნწად. მსხვილი წარმოსადგევი ყვავილები ჩეულებრივ ვარდისფერია, წითელი ან თეთრი, შეკრებილია მკვრივ ფარისებრ ყვავილედად. ნაყოფი მოგრძო ფოთლურაა მრავალრიცხოვანი თესლით. ყვავილობს მთელი ზაფხულის განმავლობაში. ნაყოფი მწიფდება შემოდგომაზე.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ხმელთაშუაზღვეთია. ბუნებრივად იზრდება სამხრეთ ევროპიდან სამხრეთ ჩინეთამდე.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: მცენარის ყველა ნაწილი შხამიანია. ფოთლები და ყვავილები შეიცავს დიგიტალინს, ურზოლის მჟავას, ოლეანდრომიცინს (ანტიბიოტიკი), საღებავ ნივთიერებებს, რუტინს, საპონინებს და დიდი რაოდენობის გულის

გლიკოზიდებს, მაგ.: ოლენდრინს. ოლენდრის შემცველი გლიკოზიდები ხასიათდება მძლავრი კარდიოტონური მოქმედებით, ანელესს გულის შეკვების სიხშირეს, აძლიერებს მის ამპლიტუდას, ასტომულირებს მიოკარდში სისხლის მიწოდებას, ზრდის სისტემური სისხლის მოძრაობის სისწრაფეს. ადრე ფარმაცევტული მრეწველობა უშვებდა პრეპარატებს, რომლებიც ფოთლებისაგან მზადდებოდა: კორნერინი, ნერიოლინი. უნიშნავდნენ ქრონიკული სისხლის მოძრაობის უკმარისობისას ფილტვებში, ღვიძლში, მაგისტრალურ ვენების სისხლძარღვებში, აგრეთვე მიტრალური მანკისა და ტახიკარდიის დროს. სადღეისოდ აღნიშნული პრეპარატები არ გამოიყენება მაღალი ტოქსიკურობის გამო.

დიდი სიფრთხილით იხმარება ხალხურ მედიცინაშიც, მხოლოდ მინიმალური დოზებით. გამოცდილი ფიტოთერაპევტები მის ნაყენს უნიშნავენ თავის ტკივილის, ნერვული გადაღლილობის, კრუნჩხვების, უძილობის, ჰემორაგიული ინსულტის შემდგომ აღდგენის პერიოდში. გარეგანად ნაყენის საფენებს ხმარობენ ეგზემის და კანის სოკოვანი დაავადებებისას.

მიღებულია ჰომეოპათიური პრეპარატი, რომელსაც იყენებენ მიოკარდიტების, გულის უკმარისობის, მიოკარდიოდისტროფიის, კანდიდოზის, სველი ეგზემის, მსხვილ ნაწლავში მიმდინარე გაძლიერებული ღპობის პროცესში.

უკუქმედება: იმდენად ძლიერი შხამიანი მცენარეა, რომ ცნობილია მისი ბოლით მოწამვლის მძიმე შემთხვევებიც კი. არ არის რეკომენდებული იმ შენობებში გამოზრდა, სადაც ბავშვები იმყოფებიან. თვითმკურნალობა აკრძალულია!

ოპუნცია – *Opuntia vulgaris* Mill. (= *O. ficus-indica* (L.) Mill.)
ოჯ. კაქტუსისებრი - Fam. Cactaceae



მორფოლოგია: მსხვილი, მრავალწლოვანი 4-6 მ-მდე სიმაღლის მცენარეა, გამოირჩევა სწრაფი ზრდის უნარით და ბუჩქების თავისებური, უცნაური ფორმირებით. ახასიათებს მუქი-მწვანე კვერცხისებრი ღეროები, მათი წვერები (კლადოლოემები) წვნიანია, სქელი, ბაცი-მწვანე, მოგრძო ან უკუკვერცხისებრი, იზრდება ერთი მეორეზე, გაბრტყელებულ ღეროებს შეცდომით ფოთლებად ღებულობენ. ნორჩი წვერების არეოლებზე იზრდება მათზე მიკრული ჩანასახოვანი ფოთოლაკები, რომლებიც შემდეგ ცვივა; ფოთლები მცირეა ზომისაა, წვნიანი, სადგისისებრი, კაშკაშა მწვანე. ეკლები ვითარდება რამდენადმე გვიან მწიფე სეგმენტებზე, ჩვეულებრივ განლაგებულია არეოლებზე (ზოგჯერ 2-4 ეკალი ერთად), მსხვილი და ნემსისებრია; გარდა ეკლებისა არეოლებზე ვითარდება ე.წ. გლობიდიუმები - წვრილი, სუსტი, მახვილი და ხეშეში ეკლები, იზრდება არეოლების ირგვლივ კონებად. აპრილიდან სექტემბრამდე მცენარე ყვავილობს კაშკაშა ყვითელი ყვავილებით, წარმოიქმნება სეგმენტების როგორც წვერებზე, ასევე მათ კიდებზე. ნაყოფი მწიფდება ივლისის შუა რიცხვებიდან აგვისტოს შუა რიცხვებამდე, მსხლისებრი ფორმის კენკრაა, ხორცოვანი, საკმაოდ მსხვილი (5-7,5 სმ სიგრძისაა, ზოგჯერ 10 სმ, წონით 70-300 გ), რბილობი ტკბილია ნახევრადგამჭვირვალე, მრავალრიცხოვანი მსხვილი თესლებით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: გავრცელებულია კანადის სტეპური ზონიდან სამხრეთ არგენტინამდე, წყნარი ოკეანის სანაპიროდან ანდების მთიან რაიონებამდე, ზღ.დ.-დან 5000 მ სიმაღლემდე. ევროპაში ვრცელდება XIV ს-დან. ხმელთაშუაზღვეთის ქვეყნებში, კანარის კუნძულებზე, მადაგასკარში, სამხრეთ აფრიკაში, ინდოეთში, ავსტრალიაში ოპუნციის რიგი სახეობები გაველურდნენ და ფართოდ გავრცელდნენ. იგივე აღინიშნება თბილისის მიდამოებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ოპუნციის ნაყოფები და ღეროები საკვებად გამოიყენება როგორც ნელლი, ასევე გადაამუშავებული სახით.

ოპუნციის კლადოლიუმებში აღინიშნება დიდი რაოდენობის კაროტინი და ასკორბინის მჟავა, ფლავონოიდები (იზორაემეტინომი), გლიკოზიდები, კემპფეროლი, პენდუმეტინომი, კვერცეტინი, რუტინი, ლუთეინომი, ცხიმები, უვკრედისი, სასარგებლო მინერალები, უმთავრესად კალიუმი, კალციუმი, თუთია, მაგნიუმი, მცირე რაოდენობით ცილები.

გამოირჩევა მრავალმხრივი სამკურნალო თვისებებით, აქტიურად გამოიყენება როგორც ტრადიციულ, ასევე ხალხურ მედიცინაში. თანამედროვე მეცნიერული გამოკვლევებით დადგენილია, რომ მისგან შესაძლებელია მიღებულ იქნეს სპირტი, საპონი, ღეზოდორანტები, ვიტამინები. ყლორტები შეიძლება გამოყენებულ იქნეს დიარეის სამკურნალოდ, დიზენტერიისა და მუცლის ტკივილებისას; ყვავილები და ღეროები იხმარება კომპლექსურ მკურნალობაში სიმსუქნის, ჰიპერტონიის, შაქრიანი დიაბეტის, კუჭის წყლულის, გასტრიტის, ღვიძლის დაავადებისა და ყაბზობისას. მისი წყალობით სისხლში ხდება შაქრისა და ქოლესტერინის დონის რეგულაცია, ხოლო კალიუმისა და კალციუმის მაღალი შემცველობიდან გამომდინარე ფოთლები ახდენს ორგანიზმში ინსულინის გამომუშავების სტიმულირებას.

ოპუნცია ხასიათდება ბაქტერიციდული, ანტიეპტოკური თვისებებით და ფართოდ გამოიყენება ყელის ტკივილების, ნაწლავებისა და შარდსასქესო სისტემის ანთებისას, ამავდროულად ააქტიურებს ღვიძლის, თირკმელების, ელენთის მუშაობას. ვინაიდან აუმიჯობესებს ტვინის სისხლძარღვების მიმოქცევას, ხსნის თავის

ტკივილებს, ამახვილებს გონებას და მახსოვრობას, რეკომენდებულია საკვებად გამოყენება მათთვის, ვინც გონებრივი შრომითაა დაკავებული.

ოპუნცია იწვევს ორგანიზმზე საერთო გამაჯანსაღებელ მოქმედებას, ამალღებს დამცავ ფუნქციებს, აძლიერებს იმუნურ სისტემას; კაქტუსის ექსტრაქტი შედის ზოგიერთი კოსმეტიკური ხაზის შემადგენლობაში. მისი წვენი საფუძველზე მზადდება ლოსიონები, რომლებიც გამოიყენება დერმატიტების, მზის დამწვრობებისა და კანის გამონაყრებისას. ასევე ახალი მონაცემებით ოპუნციის გამონაწერი - ეთილის აცეტატი შეიძლება გამოყენებულ იქნეს თავის ტვინის დაავადებების (ალცჰეიმერია, პარკინსონი, ინსულტი), გულ-სისხლძარღვთა სისტემის, კერძოდ მიოკარდიუმის ინფარქტის თავიდან ასაცილებლად და მათ სამკურნალოდ.

ამერიკაში ჩატარებული ცდებით გაირკვა, რომ კაქტუსის 20 - მდე სახეობა, მათ შორის ოპუნცია საუკეთესო ანტიბიოტიკებია, ხოლო ბოლივიასა და პერუში ამ მცენარეებით დაიწვეს კიბოს სიმსივნეების მკურნალობა!

ხალხურ მედიცინაში მცენარის ყველა ნაწილს სამკურნალოდ უძველესი დროიდან იყენებდნენ; კერძოდ: ცინგის, ყელის დაავადებების, ნაწლავებისა და შარდსასქესო სისტემის ანთების, თირკმელების, ღვიძლის, ელენთის მუშაობის გააქტიურებისათვის, მამაკაცებში პროტენციის ასამაღლებლად; ოპუნციის წებოვან წვენს ინდიელები ხმარობდნენ მოტეხილობებისას თაბაშირის მსგავსად, ასევე რადიკულიტის საწინააღმდეგოდ.

უკუქმედება: სასიამოვნო სიურპრიზების გარდა ოპუნციის გამოყენებისას სიფრთხილის დაცვაა საჭირო, წინააღმდეგ შემთხვევაში ბევრ უსიძოვნებას გადაეკიდებით. საქმე იმაშია, რომ გლოხიდიები ადვილად იჭრება კანში, წვრილი ეკლები ამოღება კი გართულებულია, იწვევს ქავილს, დისკომფორტს, ზოგჯერ შეშუპებას და ანთებას. მათგან თავის დაღწევას კარგად ახერხებდნენ ამერიკელი ინდიელები, ადებდნენ რა გამდნარ ცვილს დაზიანებულ ადგილებს, გაციების შემდეგ ის ეკლებთან ერთად სცილდებოდა.

პამიდორი - *Lycopersicon esculentum* Mill.
ოჯ. ძალღყურბენასებრნი - Fam. Solanaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი (კულტურაში ერთწლოვანი) მცენარეა, სწორმდგომი ან გართხმული 3 მ-მდე სიგრძის ხეშეშბეწვიანი ღეროებით, მკვეთრი სპეციფიური სუნით. ფოთლები მორიგეობითია, წყვეტილ ფრთისებრგანკვეთილი, 10-35 სმ სიგრძისა და 8-28 სმ სიგანის, სეგმენტები მთლიანია ან ფრთისებრდაყოფილი, სხვადასხვა მოხაზულობისა და ზომების. ყვავილელი უბისეულია ან ფოთლებისაგან გამოკვეთილი. ყვავილები 2 სმ-მდე სიგანისაა, ორსქესიანი. გვირგვინი 5-ფოთლაკიანია, მომწვანო-ყვითელი, 5-9 კბილიანი, ჯამის ტოლი. ნაყოფი - კენკრაა, სხვადასხვა ფორმის (სფერული, ქლიავისებრი ან ოდნავ შებრტყელებული), შეფერილობის (წითელი, ყვითელი ან თითქმის თეთრი) და დიამეტრის (10 სმ-მდე). თესლი მოთეთრო-ყვითელია, 1,5-2 მმ დიამეტრის, აღმოცენების უნარს 8 წელს ინარჩუნებენ. ყვ. IV-V; ნაყ. VII-IX.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად იზრდება სამხრეთ ამერიკის ტროპიკულ რაიონებში. ამერიკის აღმოჩენის შემდეგ XVI ს-ის დასაწყისში შეტანილ იქნა ევროპაში, სადაც პირველად მოჰყავდათ დეკორატიული, შემდგომ კი - სამკურნალო მიზნებისათვის; როგორც საკვები მცენარე პირველად იტალიაში მოიხსენიება XVI ს-ის შუა პერიოდში. ევროპის სხვა ქვეყნებში

პამიდორის საკვებად გამოყენება ნელ-ნელა მკვიდრდებოდა; დაიწყო მისი როგორც ბოსტნეული კულტურის გამრავლება. XVIII ს-ის ბოლოდან მოიხსენიება საქართველოში, ყირიმში, რუსეთის სამხრეთ რაიონებში, ხოლო XIX ს-დან ფართოდ ვრცელდება და სადღეისოდ მსოფლიოში ყველაზე გავრცელებული ბოსტნეული მცენარეა. გამოყვანილია 700-ზე მეტი ჯიში, რომლებიც განსხვავდებიან მთელი რიგი მორფოლოგიური ნიშან-თვისებებითა და ქიმიური შემადგენლობით.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ერთ-ერთი გამორჩეული ბოსტნეული კულტურაა. იხმარება ნედლი და გადამუშავებული სახით (მონარშული, ჩაშუშული, ფარშირებული, წნილი).

ნედლი ნაყოფი შეიცავს 93,6 მგ% წყალს, 4,5-6 მგ% შშრალ ნივთიერებებს, მათ შორის 1,5-7 მგ% შაქრებს, რომლებიც უმთავრესად მონოსაქარიდებითაა წარმოდგენილი (გლუკოზა და ფრუქტოზა), 1,6 მგ% ნედლ ცილებს, 0,35 მგ% სახამებელს, 0,98 მგ% უჯვრედისს, 0,35 მგ% ცხიმებს, 4,32 მგ% ნახშირს, პექტინებს, 0,45 მგ% ორგანულ მჟავებს (პანთოთენის, ნიკოტინის, ფოლიოს, ლიმონის, ვაშლის, ღვინის), მაკროელემენტებს (Ca, mg, Na, Ka, P, Cl, S), ვიტამინებს (55 მგ% ასკორბინის მჟავას, 0,8-1,2 მგ% კაროტინს, 0,3-1,6 მგ% B₁, 1,5-6 მგ% B₂, B₁, B₅, B₆, B₉, E, K, PP, ქოლინი), მიკროელემენტებს (Fe, Zn, I, Cu, Mg, Se, Cr, Ft, Mo, Co, Ni, Ru), ანტიოქსიდანტებს (ლიკოპინი), ფიტონციდებ.

პამიდორის რიგი სამკურნალო თვისებები გამოვლინდა ჯერ კიდევ შუა საუკუნეებში. მაგ.: დაჭყლეტილი ნაყოფის ფაფა რომელიც ხელს უწყობს ჩირქოვანი ჭრილობების შეხორცებას, რასაც დღესაც წარმატებით იყენებენ ხალხურ მედიცინაში.

ხასიათდება მაღისმომგვრელი, საჭმლის მონელების გამაუმჯობესებელი, პათოგენური მიკროფლორის დამორღვევლი, არტერიული წნევის დამწვევი მოქმედებით.

გამოიყენება ავიტამინოზის, ნივთიერებათა ცვლის დარღვევის, კუჭის წვენის დაბალი მჟავიანობის, სისხლნაკლებობის, ღვიძლის (ჰეპატიტის) და გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების, ათეროსკლეროზისა და უმადობის დროს. აჩერებს ადამიანისათვის

მანებელი პათოგენური მიკროსკოპული სოკოების განვითარებას. ითვლება კარგ დეპრესანტად, აუმჯობესებს გუნებაგანწყობას, ებრძვის ბაქტერიულ და ანთებით პროცესებს; მასში შემავალი ანტიოქსიდანტი კი ბუნებრივი წამალია მრავალი დაავადების მიმართ, უპირველესად კი კიბოს უჯრედების საწინააღმდეგოდ.

უაუქმედება: ორგანიზმის ალერგიულობა, ნალველ-კენჭოვანი დაავადებები, ნიკრისის ქარები. კონსერვირებული, დამარილებული და დამწნილებული პომიდორი არ არის რეკომენდებული თირკმელებისა და გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების, მათ შორის ჰიპერტონიის დროს.

პაპირუსი – *Cyperus papyrus* L.
ოჯ. ისლისებრი - Fam. Cyperaceae



მორფოლოგია: ტროპიკული მრავალწლოვანი 4-5 მ-მდე სიმაღლის ბალახოვანი მცენარეა სქელი, ხისებრი ფესურით, რომლისგანაც წარმოიქმნება მჭიდროდ შეჯგუფებული მიწისზედა თითქმის უფოთლო 7 სმ-მდე დიამეტრის ყლორტები. ღეროები სამწახნაგოვანია, მოკლებულია ღრუს და მუხლთშორისებს; ცალკეული ღერო ფუძესთან მურა, ქერქლისებრი განუვითარებელი ფოთლების ვაგინითაა შემოხვეული, ბოლოებზე ინვითარებს კაშკაშა მწვანე, 10-30 სმ სიგრძის წვრილი ღეროების კონებს, რომლებიც იტოტება მეორე რიგის 3-5 სხივად, შემოსილია ვიწრო მფარავი ფოთლებით; ყვავილები წვრილია, უფერული, ორსქესიანი,

ანემოფილური, ღეროების წვერზე შეკრებილია მოყავისფრო-მწვანე ცილინდრული ფორმის 1-2 სმ სიგრძის თავთუნებად, რომლებიც თავის მხრივ მსხვილ ქოლგისებრ ყვავილედს ჰქმნის. ნაყოფი კაკლუჭაა, ყავისფერი, ვრცელდება წყლის მეშვეობით. ყვავილობს ზაფხულის ბოლოს.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: მცენარე ვეებერთელა შალდამებს ჰქმნის ტროპიკული და ჩრდილო აფრიკის წყალსატევების სანაპიროებზე; გავრცელებულია მადაგასკარზე და ხმელთაშუაზღვეთის ზოგიერთ ოლქში, კერძოდ სიცილიასა და ლევანტში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ძველ დროში მისი რაყებით დაფარული ყოფილა ვეებერთელა ფართობები მდინარე ნილოსის დაჭაობებულ დელტაში. პაპირუსი ეგვიპტელებს ყველაფერს აძლევდა; მისგან ამზადებდნენ ტანსაცმელსა და ფეხსაცმელს, ავეჯს, ბაგირებს, ნავებს; ფესურებსა და ნორჩ ღეროებს საკვებადაც ხმარობდნენ; თუმცა ეს სასარგებლო თვისებები გაფერმკრთალდა მას შემდეგ, რაც აღმოჩენილი იქნა უმთავრესი - საწერ ფურცლებად მათი გამოყენება. სწორედ მან დაუდო საფუძველი ცივილიზაციის განვითარებას გზა და არა მარტო ნილოსის სანაპიროზე. 4000 წელი საწერი პაპირუსის წარმოების მონობლია ეგვიპტეს ეკავა და ძველ მსოფლიოს ის ამარაგებდა. სწორედ ამ პაპირუსების წყალობით მოაღწია ჩვენამდე ცნობებმა უძველი ხალხების ისტორიისა და კულტურის შესახებ; ამჟამად ერთ-ერთი ყველაზე უძველი პაპირუსი (5200 წლისაა) კაიროს მუზეუმშია დაცული.

აღსანიშნავია, რომ ეგვიპტელი ფარაონები ღებულობდნენ რა დიდ მოგებას პაპირუსის გაყიდვით, არ ცდილობდნენ მასზე ფასის დაწევას, უფრო მეტიც, ხშირად კრძალავდნენ მის გაყიდვას ქვეყნის გარეთ ან მყიდველებს იმდენს არ აძლევდნენ, რამდენიც ესაჭიროებოდათ. ლეგენდის თანახმად, ახ.წ.აღ.-მდე II ს-ში მცირე აზიის პერგამის სახელმწიფოს მეფემ ევმენ II გადაწყვიტა პაპირუსის დიდი პარტიის ყიდვა, იმ დროს ეგვიპტის ელინისტური დინასტიის მმართველი პტოლემეუსი იყო, მან უარი უთხრა მიყიდვაზე, იქიდან გამომდინარე, რომ პერგამის დელაქალაქის

ბიბლიოთეკას არ დაეწრდილა ალექსანდრიის ცნობილი ბიბლიოთეკა. თუმცა პერგამის მბრძანებელი კერპი აღმოჩნდა, მან დაიწყო თავის დედაქალაქში საწერი მასალის გამოძევა, მაგრამ ის პაპირუსი კი არა პერგამენტი გახლდათ – ცხოველის კანისგან დამზადებული საწერი მასალა. ბრძოლა პაპირუსსა და პერგამენტს შორის დიდხანს გრძელდებოდა, პაპირუსი არ თმობდა პოზიციებს, მაგრამ პერგამენტმა და შემდეგ ქალაქმა მისი ბედი განსაზღვრა. ახ.წ.აღ.-ის X ს-ში ეგვიპტეში გაქრა პაპირუსი, როგორც მცენარე, ასევე საწერი გრაგნილები.

გავიდა ასწლეულები და ეგვიპტეში XX ს-ის 60-იან წლებში გაჩნდნენ ადამიანები, რომლებმაც მიზნად დაისახეს ეგვიპტური პაპირუსის აღდგენა მთავარი დანიშნულებით.

იმ დროისათვის პაპირუსის ტრადიციული რაიონი - ნილოსის დაჭაობებული დელტა - ამოშრობილი იყო. ეგვიპტეში სულ რაღაც ორ მცირე ფართობზეა იყო ეს მცენარე შემორჩენილი. ამ ადამიანებმა ნილოსის ერთ-ერთ კუნძულზე მის პლანტაციას ჩაუყარეს საფუძველი, მაგრამ მოსავალის აღების შემდეგ გაირკვა, რომ არავინ იცოდა პაპირუსის საწერი გრაგნილების დამზადების წესი. ძველმა ეგვიპტელებმა დამზადების საიდუმლო თან გაიყოლიეს. რამდენიმე წლის ცდის საფუძველზე შესაძლებელი გახდა ისეთივე გრაგნილის მიღება, როგორც მათ მუზეუმში იყო დაცული.

გალენის, დიოსკორიდის, მოგვიანებით არაბი მეცნიერების თხზულებებში მოცემულია ცნობები მისი სამკურნალო თვისებების შესახებ. კოსმეტოლოგიასა და მედიცინაში გამოიყენება მცენარის რძე, რომელიც შეიცავს ცხიმოვან მჟავებსა და პოლარულ ლიპიდებს, ხასიათდება მკვეთრად გამოხატული ნაოჭების გამასწორებელი და მკვებავი თვისებებით, აგრეთვე ხელს უწყობს თმის ღერის აღდგენას, აუზღობესებს მხედველობას და ტვინში სისხლის მიმოქცევას. დადებითად მოქმედებს უყურადღებო, თავის ტკივილითა და უძილობით გაწამებულ ადამიანებზე. აგრესიულმა და გაუბედავმა ადამიანებმა ოთახის პირობებში მის გამოზრდაზე თავი უნდა შეიკავონ.

უაუქმედება: დაუდგენელია.

პარაგვაული ჩაი, მატე – *Ilex paraquariensis* A. S t. Hil.
ოჯ. ბაძვისებრნი - Fam. Aquifoliaceae



მორფოლოგია: 15 მ-მდე სიმაღლის მარადმწვანე ხეა მორიგეობით განწყობილი ტყავისებრი, უკუკვერცხისებრი ან მოგრძო კვერცხისებრი ფორმის ფოთლებით, რომლებიც კიდეებზე ხერხებილაა, საშუალოდ 7-11 სმ სიგრძისა და 3-5,5 სმ სიგანის. ყვავილები წვრილია, მომწვანო-თეთრი, ოთხი გვირგვინის ფურცლით. ნაყოფი წითელი, წვრილი, წვნიანი, სფერული კურკიანაა, კონებადაა განლაგებული ფოთლების უბებში.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად იზრდება ბრაზილიის, პარაგვაის, არგენტინის, ურუგვაის ტყეებში. არსებობს ფართო პლანტაციები ლათინური ამერიკის სხვა ქვეყნებშიც.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნედლეულს ფოთლები წარმოადგენს; შეიცავს ბეტა-ამირინს, ვანილინს, წყალს, იზოვალერიანის, იზოკაპრონის, იზოზეთოვანის, ნეოქლოროგენის, ნიკოტინის, პანთოთენის მჟავებს, ინოზიტოლს, მატენს, 2,5-ქსილენოლს, ვიტამინებს, ცილებს, რიბოფლავინს, რუტინს, ფისებს, ტანინებს, თეობრომინს, თეოფილინს, ტრიგონელინს, ქლოროფილს, ქოლინს, ცელულოზას, საშუალოდ 1-1,5% კოფეინსა და 4-10% მთრიმლავ ნივთიერებებს.

ფოთლებისაგან მზადდება ე.წ. “პარაგვაის ჩაი” და “მატე-ჩაი” (Mate - მცენარის ინგლისური სახელწოდებაა), რომელიც სამხრეთ

ამერიკის მოსახლეობაში ცვლის ჩინურ ჩაის. თანამედროვე ბრაზილიისა და პარაგვაის ტერიტორიებზე მცხოვრები გუარანის ტომის ინდიელები მატეს ჩაის იყენებდნენ დამწვრობებისა და სხვა დაავადებებისას.

მატე რეკომენდებულია როგორც საშუალება, რომელიც ამცირებს ნევროზებისა და დეპრესიის დამანგრეველ მოქმედებას, გავლენას ახდენს საერთო ფსიქოემოციურ მდგომარეობაზე - აუმჯობესებს განწყობას, ამაღლებს აქტიურობას, ამავდროულად მოქმედებს რბილად, ხსნის ისეთ სიმპტომებს, როგორიცაა უძილობა, შფოთი, ემოციური გაუწონასწორობა და ნერვოზები. მისი მიღებისას ორგანიზმი ღრმა ძილში ეფლობა, რაც ხელს უწყობს დაძაბულობისა და დაღლილობის მოხსნას.

მატე შედის განდომის ენერგეტიკული სასმელის “სოლსტიკ სლიმის” შემადგენლობაში, არ იწვევს რა სასმელისადმი დამოკიდებულებას, არის იდეალური შემცველი ყავისა და ჩაის.

მატეს მაგარ ჩაის აქვს მომწარო, მსუბუქი მოტკბო გემო, შეიცავს ალკალიდებს ქსანთინების ჯგუფიდან (ამ ჯგუფში შედის თეობრომინი და თეოფილინი), A ვიტამინს, B ჯგუფის ყველა ვიტამინს, ჭარბობს B₁, B₂, C, E, P, მიკროელემენტებს, მათ შორის S, Mg, K, Mn, Na, Fe, Cu, Cl. იწვევს მატონიზირებელ მოქმედებას, აუმჯობესებს საკვების მონელებასა და ღვიძლის მუშაობას, ზოგიერთი მკვლევარი აღნიშნავს სასმელის იმუნომასტიმულირებელ მოქმედებას.

ზაუქმედება: მატეს ჩაის მიღება არ შეიძლება თეოფილინისა და თეობრომინის მიმართ ალერგიულად განწყობილ პირთათვის, მაღალი მჟავიანობისა და თირკმელების დაავადებებისას, ბავშვების, ფესმძიმე და მეტუბური ქალებისათვის.

პარფიუმერიის ხე ან ფაგრა –
Fagraea berteriana A. Gray ex Benth. (syn. F. berteriana)
ოჯ. ლოგანიასებრი - Fam. Loganiaceae



მორფოლოგია: ტროპიკული, მარადმწვანე, ხშირი ბუჩქია ხორცოვანი მუქი მწვანე ფოთლებითა და ფართო არომატული ძაბრისმაგვარი ყვავილებით, რომლებიც მჭიდრო ყვავილედადაა შეკრებილი; გაშლის მომენტში ყვავილები თეთრია, თანდათანობით იძენს კაშკაშა ყვითელ შეფერილობას. ყვავილობს ადრე გაზაფხულიდან ზაფხულის ბოლომდე.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ძლიერ პოპულარული მცენარეა ჰავაის კუნძულებზე, აშშ-ში და აზიურ ქვეყნებში, სადაც ბუნებრივად არის გავრცელებული. კულტივირებულია აზიის მთელ რიგ ქვეყნებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ყვავილების გამონაწური გამოიყენება პარფიუმერიასა და კოსმეტიკურ მრეწველობაში.

პეკანი - *Carya pecan* Engl. et Graebn.
ოჯ. კაკლისებრნი - Fam. Juglandaceae



მორფოლოგია: ტანადი ხეა 30-60 მ სიმაღლის, 2,5 მ დიამეტრის ტანითა და ძლიერი ვარჯით. ფოთლები 50 სმ სიგრძისაა, 9-17 მოგრძო-ლანცეტა დაკბილული ფოთოლაკებით. მამრობითი მჭადა ყვავილელი 15 სმ - მდე სიგრძისაა, სამ-სამი ფოთლის უბეებიდან ამოდის. მამრობით ყვავილებში 4-6 მტვრიანაა. მდედრობითი ყვავილები შეკრებილია კონებად, 3-4 ცალი ყლორტების ბოლოებში. ნაყოფი მშრალი კურკაა კვერცხისებრი ან მოგრძო ფორმის, მუქი ყავისფერი გარეთა ნაწილით, რომელიც მომწიფებისას სკდება და მოგრძო ფორმის მერქნისებრი კურკით, რომელშიც თესლია მოთავსებული.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ჩრდილოეთ ამერიკაა, სადაც წარმოქმნის ფართო ტყეებს, განსაკუთრებით აშშ - ში (ტეხასი, ლუიზიანა, მისისიპი). ინდიელები უძველესი დროიდან იყენებდნენ ველურად მოზარდი პეკანის ნაყოფებს. XVIII ს-ში დაიწყო მისი მოშენება ამერიკაში, XIX ს-ის ბოლოს და XX ს-ის დასაწყისში - ევროპაში, მათ შორის რუსეთშიც. საქართველოში მისი მოშენება მცირე ფართობებზე XX ს-ის ბოლოს იწყება, უმთავრესად აჭარაში. განსაკუთრებით ფართოდ ჩრდილოეთ ამერიკაში და ავსტრალიაშია გავრცელებული, სადაც მრავალი ჯიშია გამოყვანილი.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: აშენებენ საკვებად გამოსადეგი თესლების, მყარი მერქანისა და ლეკორატიული

მიზნებისათვის. თესლებს იყენებენ ნელი და მშრალი სახით, გამოიყენება საკონდიტრო წარმოებაში და სხვადასხვა სახის საკვების დასამზადებლად.

თესლები შეიცავს 71 მგ% - მდე ცხიმებს, 19 მგ% ცილებს, 14 მგ% ნახშირწყლებს, პროტეინებს, ფოლიუმის მჟავას, ვიტამინებს (A, E, B), მინერალურ მარილებს (Ca, Mg, Zn, P, K).

თესლიდან მიღებული ზეთი ზეთისხილის ზეთის მსგავსია და ანალოგიურად იხმარება, კერძოდ: ხელს უწყობს სისხლში ქოლესტერინის დონის დაქვეითებას, აფერხებს ათეროსკლეროზისა და ვარიკოზის განვითარებას, სასარგებლოა გულ-სისხლძარღვთა და იშემიური დაავადებების, თავის ტკივილების დროს; აძლიერებს ორგანიზმის იმუნიტეტს, იცავს უჯრედებს, ალაღვენს ძალებს; შეუცვლელია ასაკოვანი და დაავადებული ადამიანებისათვის
სიფრთხილის ღონისძიებები: ფაქტიურად არ გააჩნია.

პერუს ბალზამი – Myroxilon balsamum (L.) Harms

ოჯ. პარკოსანნი – Fam Leguminosae (Fabaceae)



მორფოლოგია: ტროპიკული მარადმწვანე 25-30 მ-მდე სიმაღლის ხეა სწორი გლუვი ტანით; მერქანი მუქი ყავისფერია მოწითალო გულით, ლპობისადმი მეტად გამძლეა ფისების მაღალი შემცველობიდან გამომდინარე. ფოთლები კკენტფრთართულია, 5-13 ფოთოლაკით უხვად შეფოთლილი. ყვავილები თეთრია, ფაშარ ყვავილელებად შეკრებილი, ბალზამის ძლიერი სურნელით. ნაყოფი 7-11 სმ სიგრძის პარკია ერთი თესლით.

ისტორია და კულტურის გაგრძელება: ბუნებრივად გაგრძელებულია სამხრეთ ამერიკის ტროპიკებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ფისს – ბალაზმს, რომელსაც ღებულობენ ქერქის დასერვით. ნედლი სახით წარმოადგენს მუქყავისფერ სქელ მასას. ბალზამი შეიცავს 50-64% ზეთებს და 20-28% ფისებს. ეთერზეთების შემადგენლობაში ჭარბობს ბენზილბენზონატი, ბენზილცინამატი, დარიჩინის (8-10%) და ბენზოინის მჟავები, მცირე რაოდენობითაა – ნეროლიდოლი და ვანილინი.

ეთერზეთები მიიღება ნედლი ბალზამიდან, მცენარის ვარჯიდან და ნაყოფებიდან დისტილაციის გზით. ეთერზეთები გამოირჩევა მოტკბო, ბალზამის სუნით, რომელიც ვანილს, სუმბულის ყვავილების არომატს მოგვაგონებს. გამოიყენება მედიცინაში, ხასიათდება ანტიპარაზიტული, ანტისეპტიკური, ანტიბაქტერიული, ფუნგიციდური, ბალზამისებრი, ამოსახველებელი, მასტიმულირებელი აქტივობით; სპობს პარაზიტებს, ხელს უწყობს რევმენერაციის პროცესების სტიმულირებას, ეპითელიარული უჯრედების ზრდას, აწესრიგებს გულის მუშაობას, ამძლავებს სისხლის წნევას, ამსუბუქებს რევმატიულ ტკივილებს, ამცირებს ლორწოს სეკრეციას. გამოიყენება ასთმის, გაციების, ქრონიკული ხველებისა და ბრონქიტის, რევმატიული ტკივილების, ნაწოლების დროს.

არომათერაპიაში რეკომენდებულია ზეთის ან ბალზამის სპირტიანი ექსტრაქტის გამოყენება მუნის, ფურუნკულოზის, რევმატიული ტკივილების, ნაწოლების, ინფიცირებული და ძნელად შესახორცებელი ჭრილობების, ნიკრისის ქარების, აგრეთვე კანის სხვადასხვა დაავადებებისას.

ტროპიკულ მედიცინაში ბალზამისაგან აწარმოებენ ხველების საწინააღმდეგო სიროფს. გამოიყენება პარფიუმერიაში, კოსმეტიკაში, ალკოჰოლური და უალკოჰოლო სასმელებისა და საპნის წარმოებაში.

შინაურ პირობებში იხმარება კანის სიმშრალის, გამონაყრების, ეგზემის, წყლულისა და ჭრილობების შესახორცებლად.

უაუქმედება: შეიძლება გამოიწვიოს ალერგიული რეაქციები; უკუმარევენებელია ფეხმძიმე ქალებისათვის.

პერუს ონტოფა – *Physalis peruviana* L.
ოჯ. ძალღუფრბენასებრნი – Fam. Solanaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი ბუჩქბალახოვანი მცენარეა 0,9-1,6 მ სიმაღლის უხვად შებუსული ღეროებით. ფოთლები გულისებრია, ოდნავ გოფირებული, ზავერდოვანი, დაკბილული, 6-15 სმ სიგრძისა და 4-10 სმ სიგანის. ყვავილები ზარისებრია, ყვითელი, მუქი იისფერ-ყავისფერი, 5 ლაქით. ნაყოფი სფერული კენკრაა 1,25 – 2 სმ დიამეტრის, გლუვი, პრიალა, ნარინჯისფერ-ყვითელი კანითა და წვნიანი რბილობით, მრავალრიცხოვანი წვრილი ყვითელი თესლით. მწიფე ნაყოფი მომჟავო-ტკბილია, ყურძნის სასიამოვნო არომატით. ონტოფას სხვა სახეობების მსგავსად ნაყოფები მოთავსებულია ხეშეში ჩენჩოს გარსში, რომელიც წარმოიქმნება შეზრდილი ჯამის ფოთოლაკებისაგან. თესლი წვრილია, ოვალური, ბრტყელი, ბაცი ყვითელი.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო კოლუმბიის, ჩილისა და პერუს მთიანი რაიონებია. ამჟამად ინტროდუცირებულია და კულტივირებული სამხრეთ აფრიკაში, ცენტრალური აფრიკის ზოგიერთ რაიონში, ავსტრალიაში, ინდოეთში, ჩინეთში, მალაიზიაში, ფილიპინებსა და ბელორუსში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: მწიფე ნაყოფი ნედლი სახით საკვებად გამოიყენება. მისგან ამზადებენ ჯემს, პუდინგებს, ხილის სალათებს, კოკტეილებს, მარინადებს, ღვინოს. ნაყოფი მდიდარია შაქრებით, ცილებით, პექტინებით, ლიმონის მჟავით, რკინით; შეიცავს C ვიტამინს, კაროტინს, ორგანულ

მჟავებს: ვაშლის, მჟაუნას, ქარვის, ღვინისა და ყავის, მთრიმლავ ნივთიერებებს.

ხასიათდება სასარგებლო სამკურნალო მნიშვნელობით. არის შარდმდენი, ნალველმდენი, სისხლისშემაჩერებელი, ანტისეპტიკური და ტკივილგამაყუჩებელი თვისებების. ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება ორგანიზმიდან მძიმე მეტალების, რადიონუკლიდების, მოჭარბებული ქოლესტერინის გამოსადევნად, როგორც შარდმდენი საშუალება შეშუპების, თირკმელებსა და შარდის ბუშტში ქვების დროს. ონტოლოგიაში აღმოჩენილი სტეროიდული ნივთიერებები ხასიათდება ანთების საწინააღმდეგო, გამაუმტკივნელებელი, ზოგიერთი მონაცემით კიბოს საწინააღმდეგო ეფექტით. რეკომენდებულია ათეროსკლეროზის დროს.

უაუქმედება: არ არის მითითებული.

პიმენტა, სურნელოვანი წიწაკა ან მიხაკის წიწაკა
***Pimenta dioica* (L.) Merr. (= *P. officinalis* L.)**
ოჯ. მირტისებრი - Fam. Myrtaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე 10-20 მ სიმაღლის ხეა. ფოთლები შედარებით მსხვილია, ტყავისებრი, მუქი მწვანე, მოგრძო ოვალური და მახვილწვერიანი. ყვავილები მცირე ზომისაა, შეკრებილია წვეროსეულ ყვავილედად. ნაყოფი მოლურჯო-მწვანე ფერის კენკრაა.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ცენტრალური ამერიკა, კარიბის აუზის კუნძულები. კულტივირებულია ინდოეთში, ცენტრალურ და სამხრეთ ამერიკაში (უმთავრესად ბრაზილიაში), კუბასა და იამაიკაზე. პიმენტას სანელებლის სახით ჯერ კიდევ აცტეკები ხმარობდნენ. ევროპაში გავრცელდა კოლუმბის მოგზაურობის შემდეგ და ხშირ შემთხვევაში შესცვალა შავი პილპილი.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: აგროვებენ მოუმწიფებელ ნაყოფებს (*Fructus Pimentae*) და აშრობენ მზეზე სურნელოვანი სანელებლის მისაღებად. მოუმწიფებელი ნაყოფები შეიცავს 4% ეთერზეთებს, რომელიც შედგება 65-80% ევგენოლის, ცინეოლისა და ფელანდრენისაგან, აღინიშნება სხვა ნივთიერებებიც. საოცარი სურნელებით გამოირჩევა, თითქოსდა მასში შერწყმულია დარიჩინის, მიხაკის, შავი პილპილის, ჯავზის გაერთიანებული სურნელი. ფართოდ გამოიყენება კვებით მრეწველობაში, კოსმეტიკურ წარმოებაში, საპნებისა და სუნამოების დასამზადებლად.

ხასიათდება ძლიერი ანტისეპტიკური მოქმედებით. ნაყოფების ჩაი შველის კუჭის აშლილობას და მეტეორიზმს.

უკუქმედება: ძლიერი სანელებელია, გამოყენებისას სიფრთხილის დაცვაა საჭირო.

**პირშუშას ხე ან მორინგა – *Moringa oleifera* Lam.
ოჯ. მორინგასებრნი- Fam. Moringaceae**



მორფოლოგია: ტროპიკული, სწრაფადმოზარდი, ტანადი, მარადმწვანე 10 მ-მდე სიმაღლის ხეა, ტოტებზე ჩამოკიდებული ფრთისებრი ფოთლებით, რომლებიც წვრილ ფოთოლაკებიანია, მოთეთრო-მოყვითალო არომატული ყვავილები კონებად იზრდება. ნაყოფი გრძელი ჭოჭია.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ჰიმალაის მთისწინებია; ბუნებრივად იზრდება მრავალ ტროპიკულ რაიონში, აფრიკაში, აზიასა და სამხრეთ ამერიკაში. სადღეისოდ მცენარე ფართოდაა კულტივირებული აფრიკაში, ცენტრალურ და სამხრეთ ამერიკაში, შრი-ლანკაზე, ინდოეთში, მალაიზიასა და ფილიპინებზე.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: მორინგას “სასწაულებრივ - ხეს“ უწოდებენ, ცნობილია სხვა სახელწოდებებითაც, მაგ.: “ზეთოვანი ხე”, “პირშუშას ხე”, “ხე-ჭოჭი”, ხოლო აღმოსავლეთ აფრიკაში მოიხსენებენ “დედის სუკეთესო მეგობრის” სახელით. მცენარე, რომელიც დასავლეთში ნაკლებადაა ცნობილი, მეტად სასარგებლო და მნიშვნელოვანია, წარმოადგენს საკვები მცენარეების ლიდერს, რომლის ყველა ნაწილი საკვებად გამოიყენება. მორინგის მთავარი ღირსება

ფესვებია, შეიცავს მრავალრიცხოვან საკვებ ნივთიერებებს და ფართოდ გამოიყენება აზიური ქვეყნების სამზარეულოში პირმუშხას შემცველად, ვინაიდან გემოვნებით მისი მსგავსია; ფოთლებიდან ამზადებენ სალათებსა და სანელებლებს; მერქნიდან – ღებულობენ საღებავს, თესლებიდან – ზეთებს, რომელიც დიდხანს არ ფუჭდება და გამოიყენება პარფიუმერიულ მრეწველობაში სუნამოების დასამზადებლად, იხმარება კულინარიაშიც. ასევე იხმარება წვანე, უმწიფარი ნაყოფები - ჭოტები, ინდოეთში მწვანე ბარდის ან მწვანე ლობიოს ანალოგიურად გამოიყენება, მოხალული კი არის გემოვნებით და არომატით არაქისის მსგავსი. თესლები იხმარება დახალული ბარდისა და თხილის მსგავსად. ყვავილებზე აღნიშნავენ, რომ სოკოსმაგვარი გემოვნებით გამოირჩევა. მშრალი ნაყოფებიდან ღებულობენ 38-40 % საკვებ ზეთს, რომელიც ცნობილია “ბენ ზეთის” სახელით, არის ბაცი, ტკბილი, უსუნო, არასოდეს არ მძაღდება, ზეთისხილის ზეთის მსგავსია.

ფოთლები შეიცავს მნიშვნელოვანი რაოდენობის ამინომჟავებს, ვიტამინებს, ცილებს, მინერალურ მარილებს. აღსანიშნავია, რომ მასში 7-ჯერ მეტია ვიტამინი C, ვიდრე ფორთოხალში, Ca - 4-ჯერ უფრო მეტია ვიდრე რძეში, 4-ჯერ მეტია ვიტამინი A სტაფილოსთან შედარებით, ცილები ორჯერ მეტია რძესთან მიმართებაში და სამჯერ მეტია K - ბანანთან შედარებით.

აფრიკაში მცენარის გამოზრდა სამკურნალო მნიშვნელობიდან გამომდინარე სახელმწიფოებრივი მამულებით წარმოებს. სპეციალისტების აზრით მეტუქური ღებების საკვებ რაციონში დამატებული ფოთლები ხელს უწყობს რძის მეტი რაოდენობით გამოძეუშავებას, ხოლო მანანის ბურღულში ფოთლების დამატებით იზრდება ბავშვებისათვის საკვები ნივთიერებების შემცველობა. თესლები ხასიათდება ანტიმიკრობული და ბაქტერიციდული მოქმედებით. ათასეული წლებია, რაც გამოიყენება წყლის გასასუფთავებლად, მღვრიე წყალში ჩაყრილი დანაყილი თესლები წყალს გამჭვირვალეს ხდის.

ხალხური მედიცინის სპეციალისტების მიერ დიდიხანია გამოვლენილია, რომ ყვავილებით, ფოთლებითა და ფესვებით ინკურნება სხვადასხვაგვარი სიმსივნეები, თესლით კი მუცლის სიმსივნე.

მედიცინაში ფართოდ გამოიყენება პროფილაქტიკურ საშუალებად. ინდოეთის უძველეს ტრადიციულ სამედიცინო ძეგლში - აიურ-ვერდაში ნათქვამია, რომ ფოთლები 300 –ჯერ მეტი დაავადების აცილებას ახდენს.

ინდოეთში 1976 წელს პირშუშხას ხე დიდ მასშტაბებში დაირგა ქალაქის მრეწველობისათვის მერქნის ნელლუულად გამოყენების მიზნით. მერქნიდან ამზადებენ ლურჯ საღებავსაც.

უკუქმედება: არ არის დადგენილი.

პომელო – *Citrus maxima* Merr.
ოჯ. ტეგანისებრნი - Fam. Rutaceae



მორფოლოგია: ტროპიკული მარადმწვანე 15 მ-მდე სიმაღლის ხეა სფერული ვარჯით. ფოთლები მსხვილია, მუქი მწვანე; ყვავილები თეთრია, 3-7 სმ დიამეტრის, მარტოული ან 2-10 ცალი წვეროსეულ ყვავილელებად შეკრებილი. ნაყოფი მომრგვალოა, სქელი კანით, დაყოფილია მსხვილ ნაკეთულებად, გადატიხრულია გასქელებული, ხეშეში ტიხრით, თითოეულ მათგანში ერთი თესლია. მწიფე ნაყოფი ბაცი მწვანედან მოყვითალო შეფერილობისაა, გრეიფრუტზე უფრო მსხვილია, მისგან განირჩევა მსხვილი ბოჭკოთი და ტკბილი გემოთი. პომელო ციტრუსოვან ხეხილოვან კულტურებს შორის ყველაზე მსხვილნაყოფიანია, მისმა წონამ შეიძლება 10 კგ-ს მიაღწიოს, დიამეტრი -30 სმ-ია. ნაყოფის რბილობი სხვა ციტრუსოვნებთან შედარებით უფრო მშრალია.

ისტორია და კულტურის გაგრძელება: სამშობლო აზიის სამხრეთ-აღმოსავლეთის რეგიონები, მალაიზია, ტონგასა და ფიჯის კუნძულებია. ჩინეთში ცნობილი იყო ჩვენს ერამდე ბევრად ადრე-ვეროპაში შეტანილ იქნა ზღვაოსნების მიერ.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ნაყოფი შეიცავს: მშრალ ნივთიერებებს, ეთერზეთებს, ცილებს, ცხიმებს, უჯრედისს, ნაცარს, მინერალურ მარილებს, კალიუმს, კალციუმს, ფოსფორს, რკინას, ნატრიუმს, ვიტამინებს (C, B₁, B₂, B₅, ბეტა-კაროტინს). 100 გ რბილობის კალორიულობა 25-39 კკალორიას შეადგენს.

კალიუმი, რომელსაც ნაყოფები შეიცავს აუცილებელია გულ-სისხლძარღვთა სისტემისთვის, კალციუმი – ამაგრებს ორგანიზმის ძელოვან სისტემას, ფოსფორი – სასარგებლოა ტვინის მოქმედებისთვის, ვიტამინები ხელს უწყობს ორგანიზმის ვირუსებთან ბრძოლაში; განსაკუთრებული ფერმენტები ახდენს ცხიმის გახლეჩას; დამტკიცებულია, რომ მასში არსებული ლიმონოიდები აჩერებს კიბოს უჯრედების დაყოფას. ნაყოფის ქერქის შემცველი ბიოფლავონოიდები სასარგებლოა დიეტური კვებისათვის ნაწლავების დაავადებებისას, კუჭქვეშა და სარძევე ჯირკვლებისათვის. პომელო გამოიმუშავებს ფერმენტებს, რომლებიც იწვევს ორგანიზმში შაქრის შთანთქმას, რეგულარული გამოყენების შემთხვევაში - გახდომას.

აწენარებს ხველებას, ხელს უწყობს სისხლძარღვების ელასტიურობას; გამოიყენება როგორც დიეტური პროდუქტი აგრეთვე ციებ-ცხელებისა და დიაბეტის დროს. ფორთოხლის მსგავსად, მიიღება როგორც ანტიდეპრესანტი. სასარგებლოა ფენხმძიმე ქალებისათვის. ფოთლებით მკურნალობენ წყლულებსა და შემუპებებს.

უკუქმედება: ნაყოფის რეგულარულად გამოყენებისა და მკურნალობის შემთხვევაში სასურველია ექიმის კონსულტაცია.

პურის ხე - *Artocarpus altilis* L.
ოჯ. თუთისებრნი - Fam. Moraceae



მორფოლოგია: ტროპიკული საკმაოდ მსხვილი 20-26 მ სიმაღლის სწრაფმოზარდი ხეა, რომელიც მუხას მოგვაგონებს; ქერქი ნაცრისფერია, გლუვი; ტოტების ერთი ნაწილი სქელია, შეფოთილი გვერდითი ტოტებით, მეორე ნაწილი გრძელი და წვრილია, წვერებზე ფოთლის კონებით. ფოთლები საოცრად ნაირგვარია, ერთ ხეზე აღინიშნება მთლიანი და ფრთისებრგანკვეთილი, სხვადასხვა ხარისხის შებუსვით. კლიმატური პირობებიდან გამომდინარე შეიძლება იყოს მარადმწვანე და ფოთოლმცვენი. ყვავილები წვრილია, უსახური, მწვანე; პირველად იშლება მამრობითი ყვავილები, შეკრებილია მოგრძო ყვავილელებად; მდედრობითი ყვავილები მსხვილი კვერთხისებრი ფორმის ყვავილელებადაა წარმოდგენილი, რომლებიც მომრგვალო გირჩისებრ ნესვის მსგავს დიდი ნაყოფედ შეიზრდება. ნაყოფები თითო-თითოდ ან მტევნებადაა განწყობილი ტოტების წვერებზე, ახალგაზრდა ნაყოფები მწვანეა, მომწიფებასთან ერთად ყვითლდება, ბოლოს მოყვითალო-ყავისფერი შეფერილობის ხდება, 30 სმ დიამეტრისაა, 3-4 კგ წონის; უმწიფარ სტადიაში - მაგარია, სახამებლიანი, ბოჭკოვანი თეთრი რბილობით, მომწიფების შემდეგ ყვითლდება და მოტკბო გემოს იძენს. არსებობს პურის ხის ორი ნაირსახეობა – “ველური”, მათი ნაყოფები თესლებს შეიცავს და კულტურული - უთესლოა.

ერთ-ერთი ყველაზე მაღალმოსავლიანი ხე მცენარეა, წელიწადში იძლევა 150-700 ცალ ნაყოფს; ნაყოფმსხმოიარობს 9 თვის მანძილზე, რაც ასე განუწყვეტლივ 60-70 წელი გრძელდება.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ახალი გვინეაა, საიდანაც პოლინეზიელებმა ოკეანეთის სხვა კუნძულებზე შეიტანეს. პირველი იყო ინგლისელი ზღვაოსანი, რომელმაც ევროპელებს აცნობა საოცარ ხეზე, რომლის ნაყოფები აბორიგენებისათვის პურის შემცველელად გამოიყენებოდა. XVIII ს-ის ბოლოს იამაიკაზე დიდი შიმშილობის შემდეგ წარმოიშვა იდეა, რომ აქ გაემშენებინათ პურის ხე, როგორც იაფი და კალორიული საკვები პლანტაციის მონებისათვის (საინტერესოა, რომ გვარის სახელი Artocarpus, წარმოსდგება ბერძნულიდან, artos – პური, carpus – ნაყოფი). მართლაც 1793 წლიდან დაიწყო ამ კულტურის პლანტაციების გაშენება იამაიკასა და კუნძულ სენტ-ვინსენტზე, შემდეგ გავრცელდა ვესტინდოეთის სხვა კუნძულებზეც. ამჟამად კულტივირებულია მრავალ ტროპიკულ ქვეყანაში.

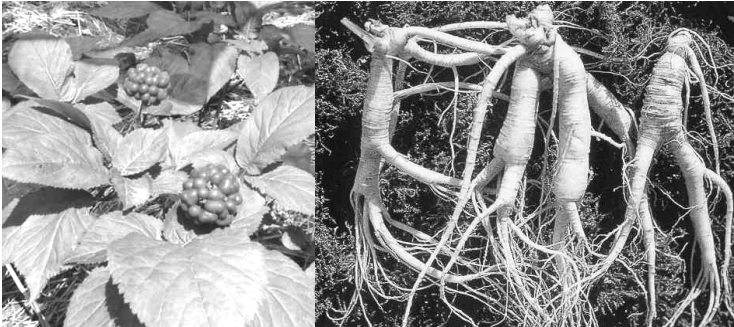
სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიის ზოგიერთ რაიონში, განსაკუთრებით ოკეანეთის კუნძულებზე პურის ხე საკვების მნიშვნელოვანი წყაროა. მას აშრობენ, ხარშავენ, ამაქრებენ, ამზადებენ ნამცხვრებს. საჭმელად ნედლი სახით ბანანების მსგავსად გამოიყენება, უმწიფარი ნაყოფები ბოსტნეულის სახით, ხოლო მწიფე - ტკბილი ხილის იდენტურად. შემწვარი ნაყოფები უფრო კარტოფილის მსგავსია, ვიდრე პურის. ნედლი რბილობისგან ამზადებენ ცომს და აცხობენ პურს. ნედლი რბილობი სწრაფად ფუჭდება, რის გამოც აშრობენ და ამ სახით რამდენიმე წელს ინახავენ. თესლებიც გამოიყენება საკვებად მოხარშული და დახალული სახით.

მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს წებოვან რძე-წვენს ლატექსს. მშრალი ნაყოფის რბილობში აღინიშნება 4,05% - ცილები, 76,70% - ნახშირწყლები და 331 კკალ. 100 გ-ზე. პურის ხის საკვები მნიშვნელობა 100 გ-ზე: 60-80% - სახამებელი, 14% - შაქარი, 0,2-0,8% - ცხიმები. ხოლო კარაკასის (ვენესუელა) საკვლევი ინსტიტუტის მონაცემებით პურის ხის ნაყოფის

რბილობი შეიცავს 98,86% სახამებელს და 0,06% - ცილებს. თესლების საკვები მნიშვნელობა 100 გ-ზე: 34 გ ნახშირწყლები, 29 გ ცხიმები, 15 გ ცილები.

უკუქმედება: არ გააჩნია.

ჟენშენი – *Panax ginseng* C.A.Mey
ოჯ. არალიასებრნი - Fam. Araliaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი 30-70 სმ სიმაღლის ბალახოვანი მცენარეა; ფესვი მთავარღერძაა, წვნიანი, 2-6 ნაწილად დატოტვილი, 20-25 სმ სიგრძის და 2-2,5 სმ სიგანის, მოგრძო-ცილინდრული ფორმის, ყვითელი ან მოთეთრო შეფერილობის; ფესვის ზედა ნაწილში ჩანს "ყელი", პატარა სიგრძივი ნაოჭიანი ფესურით და 2-3 მოზამთრე კვირტით; ინვითარებს ერთ მიწისზედა, სწორ, წვრილ ღეროს, რომლის ფუძესთან რამდენიმე ფოთლისეული ქერქლია, 2-5 ფოთლისგან შემდგარი წვეროსეული როზეტით; ფოთლები თათისებრფრთართულია, გრძელყუნწიანი, ღეროს წვერზე რგოლებად შეკრებილი. ღერო და ფოთლები იისფერ-მოწითალო ელფერიტაა; ფოთლების რგოლების ცენტრიდან ამოდის საყვავილე ისარი, რომელიც ინვითარებს მარტივ ქოლგებად შეკრებილ მომწვანო-მოთეთრო შეფერილობის ყვავილებს. ნაყოფი კაშკაშა წითელი, ოდნავ თირკმლისებრი, ხორცოვანი კენკრაა (2-3 კურკით). ყვ. VII; ნაყ. VIII-IX.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ჟენშენი რელიქტური მცენარეა, უძველესი გეოლოგიური ეპოქის მცენარეული საფარის გადარჩენილი წარმომადგენელი. გვოცებს თავის სიცოცხლის ხანგრძლივობით, რაც უჩვეულოა ბალახოვანი მცენარეებისათვის. 1905 წელს მანჯურიაში რკინიგზის მშენებლობისას ნაპოვნი იქნა ჟენშენის უნიკალური ძირი, რომელიც 200 წლის იყო, ხოლო მისი ფესვი 600 გრამს იწონდა, მაშინ როდესაც 100-200 გრამიანი ფესვები იშვიათობას წარმოადგენს. ფესვი გაყიდული იქნა შანხაიში 5000 დოლარად, რაც სპეციალისტების აზრით მისი საფასურის ნახევარ ფასს შეადგენდა.

ჟენშენი ბუნებრივად გავრცელებულია ჩინეთში, იაპონიაში, კორეასა და რუსეთის შორეულ აღმოსავლეთში, უსურიის ტაიგაში. იზრდება ხელშეუხებელ ფართოფოთლოვან - წიწვოვან ტყეებში კედართან ერთად ერთეულ ეგზემპლარებად ან ოჯახებად (100 მცენარე და უფრო მეტიც).

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნედლეულს ფესვები წარმოადგენს. შეიცავს: პანაქს-საპონინს, ეთერზეთებს - პანაცენს, მის შემადგენლობაშია - სესკვიტერპენები, პანაქსინის მჟავა, რომელიც შედგება ცხიმოვანი ზეთების ნარევებისაგან: პალმიტინის, სტეარინის, ოლეინის, ლინოლინის, გინზენინის, ფიტოსტერინის, ლორწოს, ფისების, ფერმენტების, ვიტამინების (B, B₁), ლერწმის შაქრის, მცირე რაოდენობით დაუდგენელი ალკალიდების, ფოსფორის, გოგირდისა და მიკროელემენტებისაგან: P, K, Ca, Mg, Na, Fe, Al, Si, Sr, Mn, Ti.

1596 წელს გამოცემულ ჩინურ ფარმაცოპიაში საპატიო ადგილი აქვს დათმობილი მცენარეს, რომელიც ორი იეროგლიფით აღინიშნება “ჟენ” – ადამიანი და “შენ”- ფესვი. მცენარის ფესვი მართლაც ადამიანის ფიგურას მოგვაგონებს. ჩინეთში სამკურნალო მიზნით 3000 წლის წინათ გამოიყენებოდა. მის სამკურნალო თვისებებზე უამრავი ლეგენდა არსებობს. მას მიაწერდნენ არა მარტო ყველა დაავადების განკურნების თვისებას, არამედ მომაკვდავ ადამიანში თვით სიცოცხლის ჩასახვის უნარსაც კი. ხალხში მას უწოდებენ “სასიცოცხლო ფესვს”, “მსოფლიოს საოცრებას”. ევროპაში მისი სასიცოცხლო თვისებები პირველად

XVII ს-ში გახდა ცნობილი. ჟენშენის სამშობლოში მოგზაურ პირებს ევროპაში ჩამოჰქონდათ ცნობები ამ საოცარი მცენარის შესახებ, რომელიც ყველა დაავადებას კურნავდა. აქედან გამომდინარე ცნობილმა შვედმა ბოტანიკოსმა კარლ ლინემ 1753 წელს ლათინურად უწოდა “Panax”, რაც “ყოველის მკურნალს” ნიშნავს.

სადღეისოდ ოფიცინალურ მედიცინაში ჟენშენის პრეპარატები გამოიყენება ფიზიკური და გონებრივი გადაღლილობის, დაქვეითებული შრომისუნარიანობის, ხანგრძლივი, მძიმე ავადმყოფობის შემდეგ გულ-სისხლ-ძარღვთა სისტემის ფუნქციონალური დარღვევების, სასქესო ორგანოების ჰიპოფუნქციის და ფუნქციონალური, ნერვული და ფსიქიური დაავადებების (ნევროზები, ნევრასტენია, ფსიხოსტენია და სხვ.), ქრონიკული და ანაციდური გასტრიტების დროს. ხელს უწყობს ტკივილების გაქრობას, მადის აწევას, არეგულირებს კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის ფუნქციას, არტერიულ წნევას.

უაშქმედება: არ შეიძლება ჟენშენის პრეპარატების მიღება ჰიპერტონიის საწინააღმდეგო, გულისა და ანტიბიოტიკურ საშუალებებთან ერთად.

**რამბუტანი – *Nephelium lappaceum* L.
ოჯ. საპინდასებრნი - Fam. Sapindaceae**



მორფოლოგია: მარადმწვანე ხეხილოვანი 25 მ-მდე სიმაღლის

ტროპიკული მცენარეა გადაშლილი ვარჯით. ფოთლები კენტფრთხარტულია, 2-8 ოვალური ან კვერცხისებრი ტყავისებრი ფოთოლაკებით. ყვავილები წვრილია, შეკრებილია ტოტების ბოლოებზე დატოტვილ ყვავილედად. ნაყოფი მომრგვალო ან ოვალურია 3-6 სმ დიამეტრის, იზრდება მტევენებად, მომწიფებასთან ერთად იცვლის შეფერილობას მწვანედან მოყვითალო-ნარინჯისფრამდე, შემდეგ კაშკაშა წითელ ფერს იძენს. დაფარულია მკვრივი, რბილობიდან ადვილად მოსაცილებელი ქერქით, რომლებიც მოფენილია ხეშეში, მუქი ყავისფერი, 2 სმ-მდე სიგრძის, წვერში მოკაკული ბეწვებით. რბილობი თეთრია ან ოდნავ მოწითალო, არომატული, სასიამოვნო მომჟავო-მოტკბო გემოთი. თესლი მსხვილია, ოვალური 3 სმ-მდე სიგრძის, ყავისფერი.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიაა, კულტივირებულია ამ რეგიონის მრავალ ქვეყანაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ნაყოფები შეიცავს ნახშირწყლებს, ცილებს, კალციუმს, ფოსფორს, რკინას, ნიკოტინის მჟავას, ვიტამინებს: C, B₁, B₂. ნაყოფებს ხმარობენ ნელლი და დაკონსერვირებულის სახით. ფესვები, ქერქი და ფოთლები გამოიყენება საღებავებისა და ქსოვილების წარმოებაში. ნაყოფის ქერქს იყენებენ ხალხურ მედიცინაში სხვადასხვა დანიშნულებით. ხოლო თესლებისაგან მიღებულ ზეთს საპნისა და სანთლების წარმოებაში.

უკუქმედება: არ არის დადგენილი.

რაუვოლფია - Rauwolfia serpentina Benth.
ოჯ. ქენდირისებრნი - Fam. Apocynaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე, მცირე ზომის 20-დან 50 სმ-მდე სიმაღლის ბუჩქია. ფოთლები რგოლურადაა განწყობილი, მკვრივია, შიშველი, ელიფსური ან მოგრძო-ოვალური, ოდნავ წამახვილებული და მოკლე ყუნწად შევიწროებული. ყვავილი თეთრია, იშვიათად ვარდისფერი, მილისებრი, 5-ნაკეთიანი, შეკრებილია ხშირ ქოლგისებრ ყვავილელებად. ნაყოფი წითელი, სფერული კენკრაა, ორი წვნიანი კურკით, რომლებიც შუამდეა შეზრდილი.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია ინდონეზიაში, ბირმაში, ინდოეთში, პერუში, ბენგალიაში, ჰიმალაიზე, კუნძულ იავასა და შრი-ლანკაზე.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნედლეულს ფესვები წარმოადგენს, რომელიც დიდი რაოდენობის ალკალოიდებს შეიცავს, მათ შორის ისეთ მნიშველოვანს, როგორცაა რეზერპინი, რაუნატინი, რაუვოლფინი და სხვ. უძველესი დროიდან გამოიყენებოდა სხვადასხვა მწერებისა და გველების ნაკბენების დროს, ქოლერის, ფლარათის, მუცლის ჭიების საწინააღმდეგოდ, დამამშვიდებლად მოქმედებს ადამიანის ორგანიზმზე და აქვეითებს სისხლის წნევას.

თანამედროვე მედიცინაში რაუვოლფიის კომპონენტების საფუძველზე მიღებულია უამრავი პრეპარატი, რომლებიც მთელი რიგი დაავადებების საწინააღმდეგოდ გამოიყენება. ხასიათდება

საოცარი სედატიური მოქმედებით მანიაკალური ქცევის, მოუსვენრობის, ეპილეპსიის, ფსიქიური დაავადებების, ქრონიკული უძილობის დროს. მას უნიშნევენ როგორც ეფექტურ ჭიისმდენ საშუალებას, ციებ-ცხელების (მალარია), სხვადასხვაგვარ დერმატოზების დროს.

პრეპარატების სამკურნალო მოქმედება დაფუძნებულია ცალკეულ გამოყოფილ ალკალოიდებზე. როგორც წესი, რეზერპინი გამოიყენება როგორც ჰიპოტენზიური და ანტიართოზული საშუალება, ვინაიდან ხელს უწყობს არა მარტო ძილის აღდგენას, არამედ აქვეითებს ტვინში დოფამინის, სეროტონინისა და ნორადრენალინის შემცველობას. ჰიპერტონიის დროს ასეთი პრეპარატები საერთოდ შეუცვლელია, ნერვულ სისტემაზე მისი დადებითი მოქმედებიდან გამომდინარე. რაუნატინის რეგულარული მიღებით იხსნება თავის ტკივილების სიმძიმე, გაღიზიანება და თავბრუსხვევები.

თანამედროვე ჰომეოპათების მიერ დამტკიცებულია რაუვოლფიის ეფექტურობა არა მხოლოდ ჰიპერტონიის, აგრეთვე დეპრესიებისა და სხვადასხვა სახის ნევროზების დროსაც.

უკუქმედება: რაუვოლფიის გამოყენებისას დოზის გადაჭარბებამ ან არასწორმა გამოყენებამ შეიძლება გამოიწვიოს სერიოზული დარღვევები სისხლის მიმოქცევის სისტემაში, აღინიშნება მძიმე დეპრესიაც, იშვიათად მოძრაობის შენელება. მკურნალობის დაწყების წინ აუცილებელია ექიმთან კონსულტაციის მიღება.

**როდიოლა ან ოქროს ფესვი, ვარდისფერი ფესვი –
Rhodiola rosea L.
ოჯ. მსუქანასებრნი - Fam. Crassulaceae**



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი ბალახოვანი 40 სმ-მდე სიმაღლის მცენარეა. ფესურა სქელია, პრიალა, პერლამუტრისებრი; სწორედ მისი ოქროსფერი გახდა მიზეზი, რომ მრავალმხრივი სასარგებლო სამკურნალი თვისებების გამო უწოდეს “ოქროს ფესვი”. ინვითარებს 15-მდე დაუტოტავ ღეროს. ფოთლები მჯდომარეა, მოგრძო-კვერცხისებრი, ელიფსური, წაწვეტებული, ზედა ნაწილში დაკბილული. ყვავილი მრავალრიცხოვანია, ყვითელი, შეკრებილია ფარისებრ ყვავილედად. ყვ. VI-VII; ნაყ. VIII.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია რუსეთში: ალტაი, აღმ. ციმბირი, შორეული აღმოსავლეთი, თეთრი და ბარენცის ზღვის რაიონები. იშვიათ მცენარეთა რიცხვს მიეკუთვნება, შეტანილია რუსეთის წითელ წიგნში.

სამკურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ცნობილი სამკურნალო მცენარეა, მას ციმბირის ჟენშენსაც უწოდებენ. სამკურნალო ნედლეული ფესურაა, რომელიც მნიშვნელოვანი ნივთიერებების ნამდვილი საცავია, აღინიშნება ეთერზეთები, მთრიმლავი ნივთიერებები, ადამიანის ცხოველმოქმედებისათვის აუცილებელი 20-მდე მიკროელემენტი, ასკორბინის, ნიკოტინის, ვაშლის და ღვინის მჟავები და სხვ. ფესურა ვარდის ზეთის

სურნელებისაა. ყვავილობის დასასრულს (VII) იწყება ნედლეულის დამზადება და გრძელდება ზაფხულის ბოლომდე. გაშრობისას უკუმაჩვენებელია მზის პირდაპირი სხივები, სამკურნალო თვისებებს ფესურა 2 წელს ინარჩუნებს.

როდიოლას პრეპარატები მატონიზირებელი მოქმედებით ხასიათდება, ასტიმულირებს ადამიანის ორგანოებისა და სისტემის დინამიურ და სტატიურ მუშაობას, ხსნის მაღალი დატვირთვის ფონზე წარმოქმნილ დაღლილობას, სწრაფად აუმჯობესებს ენერგეტიკულ ცვლას, ააქტიურებს ჟანგვით პროცესებს, ამალღებს გონებრივი შრომის უნარს, მახსოვრობასა და ყურადღებას.

ამავე დროს კურნავს გულ-სისხლძარღვთა, კანისა და კუჭ-ნაწლავის დაავადებებს, ნიკრისის ქარებს, შაქრიან დიაბეტს, ანემიას, იმპოტენციას, ჰიპოტონიას (ახდენს არტერიალური წნევის ნორმალურიზებას).

გამოიყენება კვებით მრეწველობაშიც. ნორჩ ფოთლებს სალათებს უმატებენ. ფესვებიდან ამზადებენ დიეტურ სასმელებს (ნახარშები, კისელი, კომპოტები), სამკურნალო ტკბილეულს (კანფეტები, მურაბები, პასტები), რომლებიც ხასიათდება გამაჯანსაღებელი ეფექტით.

უკუქმედება: მცენარე ხასიათდება მძლავრი სამკურნალო ეფექტით, მაგრამ დოზის გადაჭარბებამ შეიძლება უკუ ეფექტი გამოიწვიოს, კერძოდ: გაღიზიანება, უძილობა, ტკივილები გულის არეში. უკუმაჩვენებელია ჰიპერტონიული კრიზისი, მაღალი ალგზნებადობის დროს.

როზმარინი - *Rosmarinus officinalis* L.
ოჯ. ტუჩოსანნი – Fam. Labiatae (Lamiaceae)



მორფოლოგია: მარადმწვანე 0,5 - 2 მ-მდე სიმაღლის ბუჩქია, ძირიდანვე ძლიერ დატოტვილი. ფოთლები მოგრძო ხაზურია, ბლავი, თითქმის მჯდომარე, მოპირისპირე, ტყავისებრი, კიდემთლიანი, ზედა მხრიდან პრიალა, მწვანე შეფერილობის, ქვედა მხარეს - ქეჩისებრი, მონაცრისფრო-თეთრი, მკვეთრად გამოსახული შუა ძარღვით, 1,5-3,5 სმ სიგრძისა და 1,5-3 მმ სიგანის; მათ უბებში ვითარდება 4-6 ფოთლიანი მოკლე ყლორტები. ყვავილები შეკრებილია მოკლე უბისეული ყლორტების ბოლოებზე, 5-10 ცრუ მტევნებად; ჯამი ორტუჩაა, სამკბილა, გვირგვინი მოლურჯო-იისფერია, ზედა ტუჩი ორადაა გაყოფილი, ქვედა - უფრო გრძელია, სამადგაყოფილი, მსხვილი შუა ნაკვითი. მტვრიანა 2, გვირგვინიდან გამოყოფილი. ნაყოფი მშრალია, იშლება 4 ერთთესლიან, მურა ფერის კაკლუჭად; თესლი უნდოსპერმა. ყვ. II-V; ნაყ. VI-VII. აღინიშნება მეორადი ყვავილობა შემოდგომით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივი გავრცელების ოლქია ხმელთაშუაზღვეთის ქვეყნები, სადაც ამავდროულად უძველესი დროიდანაა კულტივირებული, ზოგჯერ ველურდება და აკლიმატიზირდება. ალპების ჩრდილოეთით უმთავრესად საბალო, ხოლო ინგლისში მინდვრის კულტურაა. საკმაოდ ვარიაციული სახეობაა, არსებობს რამდენიმე ქვესახეობა,

ზოგიერთ მათგანს, ალჟირში გავრცელებულს, მიუთითებენ როგორც სახეობას.

ამჟამად, სამრეწველო ნარგაობები არსებობს ესპანეთში, საფრანგეთში, ალჟირში, ტუნისში, ინდოეთში, ალბანეთში, სლოვაკიასა და თურქეთში. 1816 წელს შეტანილ იქნა ყირიმსა და ნიკიტის ბოტანიკურ ბაღში, შემდგომ გავრცელდა საქართველოშიც, სადაც უმთავრესად დეკორატიულ მებაღეობაში გამოიყენება.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ეთერზეთოვანი მცენარეა; ხასიათდება ხასიათოვნო, მკვეთრი არომატით; ეთერზეთები აღინიშნება ფოთლებში, მოკლე უბისეულ ყლორტებში და ყვავილებში (1-2 მგ%-მდე), რომლის შემადგენლობაშია პინენი, კამპფენი, პინეოლი, ბორნეოლი, ბორნილაცეტატი, ლიმონენი, ფელანდრენი, მირცენი და სხვ., აღინიშნება მთრიძლავი ნივთიერებებიც.

ფოთლები ხასიათდება სუნელ-სანელებლიანი გემოთი, გამოიყენება ხორცისა და თევზეული კერძების საკმაზად, საკონდიტრო და ლიქიორის ნაწარმის გემოს მისაცემად; უმატებენ სალათებს, კონსერვებს, ბოსტნეულ წვნიანებს, მარინადებს და სხვ. მისი კერძებში გამოყენება ხელს უწყობს კუჭის წვენის გამოყოფას, აუმჯობესებს საკვების მონელების პროცესებს, ამაღლებს იმუნიტეტს, სასარგებლოა ფიზიკური უძლურების, ჰიპოტონიის, მეტეორიზმის, სტრესებისა და ნერვული აშლილობისას.

სამკურნალო მიზნებისათვის იხმარება ნორჩი, ერთწლოვანი ყლორტები და ფოთლები. ხასიათდება ნალველმდენი, შარდმდენი, მადეზინფიცირებელი, ანთების საწინააღმდეგო, მატონიზირებელი, ჭრილობების შემაზორცებელი, ანტიდეპრესიული, ანტიოქსიდანტური მოქმედებით. მას იყენებენ კლიმაქსის, სქესობრივი სისუსტის, თეთრი შლის, გაციების (ხველების საწინააღმდეგოდ და დამარბილებელი), გულის მრავალი დაავადებების, განსაკუთრებით პერიკარდიტების დროს.

ფართოდ გამოიყენება კოსმეტოლოგიაში, როგორც ძლიერმოქმედი საშუალება ცელულიტისა და სიმსუქნის საწინააღმდეგოდ; დადებითად მოქმედებს კანზე, ასტიმულირებს სისხლის მიმოქცევას

და ხელს უწყობს გაახალგაზრდავებას, მისგან ამზადებენ ლოსიონებს. მეტად ღირებულია როზმარინის ეთერზეთები, ხასიათდება ანტიიუკტიკური მოქმედებით და გამოიყენება ფერიმჟანგებისა და ფურუნკულების გამონაყრების, ეგზემის, ინფიცირებული ჭრილობების, აბსცესების დროს; ეთერზეთები განსაკუთრებით ეფექტურია თავის კანზე შესაზღაოდ, ხელს უწყობს სისხლის მიმოქცევის პროცესებს, იწვევს მატონიზირებელ და მადეზინფიცირებულ მოქმედებას, სპობს ქერტლს.

ხალხურ მედიცინაში მისი პრეპარატები იხმარება როგორც მატონიზირებელი საშუალება ნევროზების, იმპოტენციის, გაციების, რევმატიზმის, ბრონქიალური ასთმის, სისხლნაკლებობის, გინგივიტის, სტომატიტის, ფარინგიტის, ძნელად შესახორცებელი წყლულების დროს. სამკურნალოდ იყენებენ ნახარშებს, ნაყენებს, ეთერზეთებს, ხოლო რევმატიზმისა და რადიკულიტის დროს აბაზანებს როზმარინის ფოთლებით. ბრონქიალური ასთმის სამკურნალოდ ხალხური მედიცინა გვთავაზობს მშრალი, დაქუცმაცებული ფოთლების მოწვევას.

უკუქმედება: უკუმაჩვენებელია ფეხმძიმე ქალებისა (სასტიკად აკრძალულია) და ბავშვებისათვის, ეპილეპსიის, კანის მაღალი მგრძობელობის, ჰიპერტონიისა და კრუნჩხვებისადმი მიდრეკილების დროს.

რძიანა (პალასის ან ფიშერის) – Euphorbia fischeriana L.
ოჯ. რძიანასებრნი - Fam. Euphorbiaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა მოკლე 20-25 სმ სიმაღლის ღეროთი და მძლავრი, ხორცოვანი, სქელი მთავარღერძა ფესვით, აქედან მისი მეორე სახელი “კაცური ფესვი”. ღერო მთლანად ფოთლებითაა შემოსილი, მოგრძო ელიფსურია, წაწვეტებული. ყვავილები მომწვანო-ყვითელია, ქოლგისებრ ყვავილედებად შეკრებილი. მთელი მცენარე უხვად გამოჰყოფს რძისებრ წვეს.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: გავრცელების ძირითადი ადგილსამყოფელია მონღოლეთი, აღმოსავლეთ ციმბირი და ჩინეთი.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: აღნიშნული სახეობა გვარის სხვა სახეობებთან შედარებით სამკურნალო მნიშვნელობით გამორჩეულია და დიდი ხანია მეცნიერების კვლევის ობიექტია.

სამკურნალო ნედლეული ფესვებია. მის შემადგენლობაშია ლაქტონები, რომლებიც გამოირჩევა სიმსივნის საწინააღმდეგი და ანტიბაქტერიული აქტივობით. დადგინდა, რომ რძიანას პრეპარატები ამუხრუჭებს სიმსივნის უჯრედებისა და მეტასტაზების განვითარებას, არეგულირებს ქალის სასქესო ჰორმონების ცვლას, კურნავს ანემიას, საშვილოსნოს მიომასა და მასტოპათიას, ასტიმულირებს სისხლისმიმოქცევას, ხელს უწყობს სისხლის აღდგენას ქიმიოთერაპიის შემდგომ, გამოიყენება ლეიკოზის დროს; ასევე წარმატებით კურნავს თირკმელებისა და

შარდის ბუშტის დაავადებებს, ეპილეპსიას, ტუბერკულოზს, კუჭის წყლულს.

ითვლება, რომ ფესვების სიმსივნის საწინააღმდეგო მოქმედება განპირობებულია მისი უნართ აამაღლოს ორგანიზმის დამცველი ძალები და გააძლიეროს იმუნური სისტემა. მიჩნეულია ყველა დაავადების ადრეულ პროფილაქტიკურ საშუალებად.

ტიბეტურ ხალხურ მედიცინაში იხმარება ციმბირული წყლულის, სიმსივნეების, ჩირქვროვების საწინააღმდეგოდ. ჩინურ ტრადიციულ მედიცინაში მისით მკურნალობდნენ კანის, სახსრებისა და ძვლების ტუბერკულოზს, ლიმფურ კვანძებს, წინამდებარე ჯირკვლის აღენომას, ქრონიკულ პროსტატიტს, საკვერცხეების დაზიანებას.

უაუქმედება: წვენი ძლიერ ტოქსიკური და შხამიანია!.

რძის ან ძროხის ხე –
Brosimum galactodendron D. Don. ex Sweet.
(= Galactodendron utile H.B.K.)
ოჯ. თუთისებრნი - Fam. Moraceae



მორფოლოგია: 30 მ სიმაღლის მარადმწვანე ხეა, მსხვილი დისკოსებრი ფესვებით. მერქანი მძიმე და მყარია. მოწითალო-ოქროსფერი, ქერქი გლუვია. ფოთლები მთლიანია, დიდი ზომის,

კვერცხისებრი, მახვილწვერიანი, ტყავისებრი, მუქი მწვანე-ყვავილები ერთსქესიანია, შეკრებილია თავაკისებრ ყვავილელებად. ნაყოფი ცილინდრული კენკრაა, მრავალი თესლით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სახეობის ბუნებრივი არეალია ცენტრალური და სამხრეთ ამერიკის ტროპიკები. კულტივირებულია ტროპიკულ აზიაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: თუთისებრთა ოჯახის სხვა წარმომადგენლების მსგავსად ხის ტანი გამოჰყოფს რძისებრ წვენს, მაგრამ სხვებისაგან განსხვავებით არ არის შხამიანი, გამოიყენება საკვებად, არის გემრიელი და სასარგებლო. ადგილობრივი მაცხოვრებლები ამ რძეს მუდმივად ხმარობენ, ევროპელებშიც ინტერესით სარგებლობს. მის მისაღებად ბურღავენ ხის ტანს და სულ რაღაც ნახევარ საათში ნახევარლიტრს ღებულობენ, მას ძროხის რძის იდენტურად იყენებენ.

რძის წვენი შეიცავს წყალს (57%), მცენარულ ცვილს (37 %), შაქარსა და ფისებს (5-6 %); განსხვავებით ნამდვილი რძისგან, უფრო სქელი და ბლანტი კონსისტენციისაა, ხასიათდება ბალზამის არომატით. შემადგენლობით ახლოა ძროხის რძესთან და გვაგონებს შაქრიან ნაღებს. “რძე” ერთი კვირის განმავლობაში თვით ტროპიკებშიც კი არ ფუჭდება, წყალში კარგად იხსნება, არ დედდება; ადგილობრივი მოსახლეობა მას იყენებს ძუძუმწოვარა ბავშვების საკვებად. რძის აღულებისას წარმოიქმნება ხაჭოს მსგავსი მასა. მცენარის რძის წვენი გამოიყენება არა მხოლოდ სასიამოვნო სასმელად, არის აგრეთვე ეფექტური საშუალება ასთმის სამკურნალოდ. დიეტოლოგების მიერ რეკომენდებულია როგორც ბავშვებისათვის, ასევე მოხუცებში ძალის შესანარჩუნებლად. რძის აორთქლებისას რჩება სქელი ყვითელი ნივთიერება, რომელიც ფუტკრის ცვილს წააგავს, მისგან ამზადებენ სანთლებს, საღებავ რეზინებს, ჰერმენტულად ხუფავენ ჭურჭელს.

სულ ახლახანს დაიწყო რძის წვენის ექსპორტირება.

უკუქმედება: არ გააჩნია.

საგოვანა – *Cycas revoluta* Thunb.
ოჯ. საგოვანასებრნი - Fam. Cycadaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე ხისებრი მცენარეა მძლავრი სვეტიცებრი ტანით, გამხმარი ფოთლების ნაჭდევებით, აღწევს 2-3 მ სიმაღლეს, იშვიათად 6-7 მ. ფოთლები მუქი მწვანეა, პრიალა, კენტფრთართული, 50-150 სმ სიგრძის, განწყობილია მკვრივ როზეტებად ტანის წვერზე 100-240 ვიწრო, ხეშეში ფოთლისეული ფირფიტებით. ზრდასრული მცენარეები დატოტვილია; სპოროფილები შეკრებილია ერთსქესიან სტრობილებად. თესლი მრგვალია, 2-2,5 სმ დიამეტრის. ცოცხლობს 100-ზე მეტ წელს.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია იაპონიის სუბტროპიკულ რეგიონებში, კიუსიუსა და რიუკიუს კუნძულებზე; ზოგიერთი ცნობით იზრდება ჩინეთის პროვინციულ ფუძიანში. ერთადერთი სახეობაა ამ გვარის წარმომადგენლებს შორის, რომელიც იტანს წაყინვებს, ამიტომ ცნობილია ბუნებრივი არეალის გარეთ.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ფოთოლი ხასიათდება შემკვრელი და შარდმდენი მოქმედებით; ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება კუჭ-ნაწლავის აშლილობისას, სიყვითლის, წყალმანკის, კიბოს საწინააღმდეგოდ, იხმარება გემატომების

დროსაც. მცენარის ტანიდან ამზადებენ საგოს, რომელიც ხასიათდება გამაჯანსაღებელი და გამაახალგაზრდავებელი მოქმედებით, ხელს უწყობს სიცოცხლის გახანგრძლივებას; თესლებსაც იყენებენ სამედიცინო მიზნებისათვის, თუმცა რეცეპტი არ არის გასაჯაროებული თესლების შხამიანი თვისებებიდან გამომდინარე, სიფრთხილის დაცვის მიზნით.

უკუქმედება: მცენარის ყველა ნაწილი შხამიანია, განსაკუთრებით ფოთლები!

საგოს პალმა - *Metroxylon sagu* Rott.

ოჯ. პალმისებრნი (პალმები) - Fam. *Arecaceae* (*Palmae*)



მორფოლოგია: 9 მ სიმაღლისა და 30-35 სმ დიამეტრის მცენარეა. ფოთლები წყვილფრთართულია, 5-7 მ სიგრძის, ხაზურ-ლანცეტა, ვიწრო მახვილწვერიანი ფოთოლაკებით, რომლებიც 1 მ სიგრძისა და 5 სმ სიგანისაა, დაძარღვეული, ქვედა მხრიდან ბეწვებით შებუსული, გრძელი, მაგარი, დაღარული 1 მ-მდე სიგრძის, ეკლებიანი ყუნწებით. ყვავილეთი წვეროსეულია 4 მ სიგრძის, დატოტვილი, ზოგჯერ ეკლიანი. მცენარე იღუპება პირველი ნაყოფმსხმოიარობის შემდეგ.

ისტორია და კულტურის გაგრძელება: ბუნებრივად გაგრძელებულია სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიის ტროპიკულ ტყეებში და ოკეანისპირა კუნძულებზე ინდონეზიაში, მალაიკის არქიპელაგზე, ფიჯზე, ახალ გვინეაში, მოლუქის კუნძულებზე და მალაიზიაში. აღინიშნება ფილიპინებზეც, მაგრამ მიიჩნევენ, რომ აქ ადამიანის მიერაა შეტანილი. ამავე ქვეყნებში მიმდინარეობს მათი აქტიური კულტივირება.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: საგო წარმოადგენს სახამებლის ბურღულს, რომელსაც ღებულობენ პალმის ვარჯიდან. საგოს პალმა, რომელიც სახამებლის მთავარი მიმწოდებელია დიდხანს არ ცოცხლობს, ნაყოფმსხმოიარობის შემდეგ მალევე ხმება, ამიტომ მას ყვავილობამდე ჭრიან – იმ დროისთვის ხის გული შეიცავს დიდი რაოდენობის საკვებ სახამებელს. მას რეცხავენ, სპეციალურ საცრებში ატარებენ და აშრობენ. ერთი ხიდან მიიღება 150 კგ ბურღული. საკვებად ადგილობრივი მოსახლეობისათვის ისეთივე მნიშვნელოვანია, როგორც ბრინჯი ჩინელებისა და იაპონელებისათვის და ხორბალი ევროპელების რაციონში.

შეიცავს დიდი რაოდენობის ცილებს, ცხიმებს, მარტივ ნახშირწყლებს, საკვებ ბოჭკოს, შაქრებს და სახამებელს, ვიტამინებიდან ყველაზე მეტია ქოლინი, PP, E; ნაკლებია: H, B ჯგუფისა და A ვიტამინები, მინერალური მარილები შემდეგი ელემენტების: P, Ti, Ca, Br, Mo, K, Va, Cr, I, Cir, Cu, Mg, Mo, Sr. საგოს ადამიანის ორგანიზმი ადვილად ითვისებს, არ შეიცავს ბევრ კალორიებს. სხვა ბურღულეულთან შედარებით ერთი დამაჯერებელი უპირატესობა აქვს, არ შეიცავს გლუტინს (წებოვანა) – რთულ ცილას, რომლითაც მდიდარია მრავალი მარცვლოვანი კულტურები. ეს ნივთიერება მრავალ ადამიანში იწვევს ალერგიას ან ცალკეულ დაავადებას – ცელიაკია (წვრილი ნაწლავის ლორწოვანი გარსის ანთება იმ პროდუქტების მიღების გამო, რომელიც წებოვანას შეიცავს), რის გამოც ფართოდ გამოიყენება დიეტურ კვებაში როგორც სხვადასხვა ბურღულეულის შემცველი.

მისგან მზადდება სხვადასხვა კერძი, უმატებენ წვნიანებს, ბულიონებს, ამზადებენ ფაფებს, პუდინგებს, გამჭვირვალე სიროფებს, გარნირებს, ნამცხვრებს და ა.შ.

უკუქმედება: ინდივიდუალური შეუთავსებლობა.

საკმლის ხე - *Boswellia serrata* Boxb. ex Colebr.

ოჯ. საკმლისებრნი – Fam. Cistaceae



მორფოლოგია: ფოთლომცვენი საშუალო ზომის ხეა. ფოთლები მორიგეობითია, შეკრებილია ტოტების ბოლოებზე რგოლებად, კენტფრთხართულია, მჯდომარე. ყვავილები მცირე ზომისაა, აქტინომორფული, ორსქესიანი, თეთრი ან ბაცი-ყვითელი ფერის, მოკლე მტევნებად შეკრებილი.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: იზრდება ინდოეთისა და აფრიკის მშრალ მთიან რეგიონებში, სამხრეთ-აღმოსავლეთ არაბეთში (ომანი, იემენი), კუნძულ სოკოტრასა და სომალიში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: გამოსაყენებელი ნედლეული საკმეველი – გუმფისია, რომელიც მიიღება ხის დასერვით. შეიცავს 50-70% ფისებს, 30-47% გუმფისს, 2,5-8% ეთერზეთებს, მწარე ნივთიერებებს. ეთერზეთების შემადგენლობაშია დიპენტენი, ალფა-პინენი, ფელანდრენი, კამფენი და სხვა ტერპენები. ფისების შემადგენლობაშია – ტრიტერპენული მჟავები, ე.წ. ალფა და ბეტა ბოსველის მჟავები. გუმფისის შემადგენლობა გუმიარაბიკის მსგავსია.

უძველესი სამკურნალო მცენარეა, აიურ-ვერდას საჩუქარი. ინდოეთში მას “ანთებასთან მებრძოლს” უწოდებენ, ტრადიციულ ინდურ მედიცინაში ფართოდ გამოიყენებოდა ანთების საწინააღმდეგოდ და სახსრების დაავადებებისას, აფრიკაში კი ქერქით მკურნალობდნენ როგორც რევმატიზმს, ასევე ნაწლავის ინფექციებს.

ინდოეთში ჩატარებული ექსპერიმენტებით დადგინდა, რომ ბოსველია რევმატიული ართრიტის დროს უფრო ეფექტურია და ნაკლებ ტოქსიკური, ვიდრე გამოყენებული სტანდარტული სააფთიაქო წამლები, კერძოდ კეტოპროფენი, ინდომეტაცინი ან ასპირინი და რაც მთავარია არ იძლევა გვერდით მოვლენებს.

შეიცავს ფისებს, ე.წ. ბოსველიის მჟავებს, რომლებიც სხვა ტრიტერპენულ მჟავებთან ერთად წარმოადგენს მის აქტიურ კომპონენტებს, ეთერზეთებს, კერძოდ პინენსა და კამფენს, აგრეთვე გუმფისს.

ბოსველიის ფისი ხასიათდება ანთების საწინააღმდეგო, ანტიბაქტერიული, გამაუმტკივნებელი, სისხლძარღვების კედლების გამამაგრებელი, სედატიური, ზომიერი შარდმდენი, ნაღველმდენი, ჰემოსტატიკური, სოკოვანი დაავადებების, ართრიტების საწინააღმდეგო, ჭრილობების შემახორცებელი მოქმედებით. აქვს გამოხატული ჰიპოგლიკემიური თვისებები, ამუხრუჭებს პათოლოგიურ მიკროორგანიზმებს. ექსპერიმენტებმა გამოავლინა მისი სიმსივნის საწინააღმდეგო აქტივობა ეპიდერმიალური კარცინომის მიმართ.

ბოსველია რეკომენდებულია კომპლექსურ მკურნალობასა და პროფილაქტიკაში შემდეგი დაავადებების სამკურნალოდ: აუტოიმუნური ართრიტები და პოლიართრიტები; ნიკრისის ქარები და სახსრების სხვა დაავადებები; ხერხემლის და სახსრების დეგენერატიულ-დისტროფიული პათოლოგია; ლიპიდებისა და ქოლესტერინის ცვლის დარღვევები; II ტიპის შაქრიანი დიაბეტი; ცხიმოვანი ჰეპატოზი; ზურგის ტკივილები; ანთებითი პროცესები; ტრავმები, ჭრილობები; წყლულოვანი კოლიტი; შარდკენჭოვანი დაავადებები; ფარინგიტი; კუჭის აშლილობა და მუცლის ტკივილები; გაციება; ფურუნკულები; ნერვული აშლილობა და სტრესები.

ბოსველიის ფისი გამოიყენება ვენერიული დაავადების - ათამანგის, რესპირატორული დაავადებების, შარდსადინარი გზების ინფექციების, კანის დაავადებების, ნერვული აშლილობის, საკვებმომწელებელი სისტემის დარღვევებისას.

ბოსველია შედის “ზენსლიმ ართრო”, “ზენსლიმ კარდიო” და “ზენსლიმ დიაბ” –ის შემადგენლობაში.

უკუქმედება: დაუდგენელია.

საკპინაჭი (ასაფეტიდა) – *Ferula assa-foetida* L.
ოჯ. ქოლგოსანნი - Fam. Umbeliferae (Apiaceae)



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა. წარმოქმნის ფოთლისეულ როზეტს, ფოთლები მსხვილია, ყუნწიანი. სიცოცხლის მეხუთე წელს ინვიტარებს საყვავილე ღეროს, რომელიც საკმაოდ მძლავრია, სწორმდგომი, ყვავილობის პერიოდში 3 მ-მდე სიმაღლეს აღწევს. ყვავილები ყვითელია, შეკრებილია რთულ ქოლგისებრ ყვავილედად. ნაყოფი მომწიფებისას იშლება ორ ერთთესლიან მერიკარპიუმად, ფართო გვერდითი წახნაგებით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ირანი (ჰერათი, ხორასანი), ავღანეთი და ტაჯიკეთია. იზრდება ირანისა და ერაყის ქურთების ტერიტორიაზე, აგრეთვე ირანისა და

ავღანეთის მოსაზღვრე ტერიტორიებზე. VI ს-ში შეტანილ იქნა ჩრდ. აფრიკის (კირენაიკა) ტერიტორიაზე, სადაც პირველხანებში გაამრავლეს, მაგრამ შემდგომ პერიოდებში მათზე მეტად დიდი მოთხოვნილების გამო ბარბაროსულად განადგურდა.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ფარმაკოლოგიაში გამოიყენება ფესურას გუმფისი – ფისები (მშრალი რძის წვენი), რომელიც ცნობილია *Asa foetida* – ს სახელით. ფესურა შეიცავს დიდი რაოდენობით ფისებს, რომლის შემადგენლობაშია კანილინი, კუმარინები, ეთერზეთები.

გუმფისი ხასიათდება ამოსახველებელი, სასაქმებელი, სპაზმოლიტური, დამამშვიდებელი მოქმედებით. მისი პრეპარატები ეფექტურია ისტერიისა და მაღალი ალგზნებადობის დროს.

ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება გალენური პრეპარატების სახით ისეთი სიმპტომების დროს როგორცაა მეტეორიზმი, ნაწლავების მოღუნება; როგორც ტკივილგამაყუჩებელი საშუალება იხმარება ართრიტისა და სახსრების ტკივილებისას. ადგილობრივი მოსახლეობა მას უმატებენ საკვებს მადის გასაძლიერებლად.

ჩინურ მედიცინაში იყენებენ საერთო გამაჯანსაღებელ და მატონიზირებელ საშუალებად ისტერიის, ნევრასტენიის, ვეგეტატიური ნევროზის, გაციების, აგრეთვე კანის ზოგიერთ დაავადებისას. სხვა მცენარეებთან ნაკრებში - კრუნჩხვების საწინააღმდეგოდ ექსუდატური დიათეზის დროს, ფილტვების ტუბერკულოზის, ლიმფადენიტების სამკურნალოდ.

შუა აზიის ხალხი გუმფისს ჭვისმდენად იყენებს. ზოგიერთ წყაროში მითითებულია მცენარის ეფექტური მოქმედება ავთვისებიანი სიმსივნეებისა და ვენერიული დაავადების – ათაშანგის სამკურნალოდ, რისთვისაც ფოთლებს ურევვენ რბეში და ისე ლებულობენ.

უაუქმედება: არ არის რეკომენდებული ფეხმძიმე ქალებისა და მაღალი მგრძობელობის ადამიანებისათვის. ნეგატიურად მოქმედებს ნაღვლის ბუშტზე.

სამკურნალო სალბი – *Salvia officinalis* L.
ოჯ. ტუროსანნი – Fam. Labiatae (Lamiaceae)



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი მცენარეა – ნახევრადუჩქი, 50 სმ-მდე სიმაღლის. ღერო დატოტვილია, ოთხწახნაგოვანი, უხვად შეფოთილი, ფესვებთან გამერქნებული. ფოთლები მოპირისპირეა, ყუნწიანი, წაგრძელებული, მოგრძო ან ფართო-ლანცეტა, ბლაგვი წვერით; ზედა ფოთლები მჯდომარეა, ქვედა მხრიდან მონაცრისფრო-მწვანე, შებუსული, მკვეთრად გამოხატული ძარღვებით, ახალგაზრდა – მოთეთრო ქერისებრი, კიდებერხკბილა. ყვავილები არომატულია, მსხვილი, მოლურჯო-იისფერი, ვარდისფერი ან თეთრი, ორტუჩა, შეკრებილია მენხერ წვეროსეულ თავთავისებრ ყვავილედებად. ნაყოფი დანაწევრებულია, შედგება ოთხი, მუქი-მურა ან მოშავო ფერის კაკლისაგან, რომლებიც ჯამის ფოთოლაკებშია მოთავსებული, 2-3 მმ დიამეტრისაა. ყვ. V-VII; ნაყ. VII-VIII.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად იზრდება ხმელთაშუაზღვეთში, ბალყარეთში, მცირე აზიასა და სირიაში. კულტივირებულია ევროპაში, აშშ-ში, კანადაში, ინდოეთში, უკრაინაში, მოლდოვაში, რუსეთში (კრასნოდარის მხარე), ჩრდილოეთ კავკასიაში.

სამკურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნედლეულს გამშრალი ფოთლები წარმოადგენს. უძველესი დროიდანაა ცნობილი და აღწერილი მრავალი ქვეყნის

მედიკოსებისა და ხალხის მიერ. ჯერ კიდევ ჰიპოკრატე აღნიშნავდა მის მრავალრიცხოვან სასარგებლო თვისებებს და მას უწოდებდა “წმინდა ბალახს”. თვით სახელწოდება “salvia”, ლათინური ენიდან, ითარგმნება როგორც “იყავი ჯანმრთელი”.

ფოთლები შეიცავს ეთერზეთებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფისებს, ფლავონოიდებს, ალკალოიდებს, ორგანულ მჟავებს (ურზოლის, ოლეინის, ქლოროგენის), ვიტამინ P, ნიკოტინის მჟავას, მწარე ნივთიერებებს, პარადიფენოლს, გუმფისს, სახამებელს, ცილოვან ნივთიერებებს, ფიტონციდებს, რომლებიც ძლიერი ბაქტერიოციდული თვისებებით გამოირჩევა.

მცენარე ხასიათდება დამამშვიდებელი, მადეზინფიცირებელი, ამოსახველებელი, შემკვრელი, სისხლშემაჩერებელი, ანთების საწინააღმდეგო, ანტიესპტიკური, ანტისოკოვანი, ნაღველმდენი, შარდმდენი მოქმედებით.

გამოიყენება ნახარშების, ნაყენების, ზეთის სახით შინაგანი ორგანოების ანთებითი პროცესებისა და მრავალრიცხოვანი დაავადებებისას, აგრეთვე კოსმეტოლოგიაში. ზოგიერთ შემთხვევაში მითითებულია ჩაის სახით მიღება, მაგრამ საჭიროა განსოვდეთ, რომ ეს ბალახი სამკურნალოა, მისი მიღება უნდა კონტროლდებოდეს, მაღალმა დოზებმა შეიძლება მოწამლვა გამოიწვიოს.

ჯერ კიდევ ძველ ეგვიპტეში ქურუმები ქალებს ურიგებდნენ სალბის, რათა ყოველგვარი წინააღმდეგობის გარეშე დაფენხმძიმებულიყვნენ და ამით გაეუმჯობესებინათ დემოგრაფიული მდგომარეობა ქვეყანაში, რომელიც მუდმივი ომის მდგომარეობაში იმყოფებოდა. ითვლება, რომ ახდენს სასქესო ჯირკვლების მოქმედების ნორმალიზებას, რის გამოც მას უნიშნავენ უშვილობისას, დადგენილია რომ სალბი შეიცავს ჰორმონ ესტროგენს (რომლის ნაკლებობას მრავალი ქალი განიცდის), რომელიც თავის მხრივ ხელს უწყობს კვერცხუჯრედის მომწიფებას და აუცილებელია ქალის ორგანიზმისათვის, განსაკუთრებით ციკლის პირველ ფაზაში, რა თქმა უნდა მკურნალობის დაწყებამდე აუცილებელია ჰორმონების შემცველობაზე ანალიზების ჩატარება. სალბი იწვევს ლაქტაციის

სწრაფ შეწყვეტას, ხელს უწყობს კლიმაქტერიულ პერიოდში თანმდევი უსიამოვნო პროცესების (გაფანტული ყურადღება, გაღიზიანება, სწრაფი გადაღლა, ლიბიდოს დაქვეითება, თავის ტკივილები, თავში სისხლის ავარდნა) სიმპტომების შერბილებას, უადვილებს ორგანიზმს ჰორმონების გარდაქმნას; თმებს უბრუნებს ჯანმრთელობას, სილამაზეს, ბრწყინვალეობას, ამუხრუჭებს ჭადარისა და ქერტლის წარმოქმნას.

ტრადიციულია ფოთლების ნაყენის გამოყენება მწვავე ანგინისა და ქრონიკული ტონზილიტის, სტომატიტის, გინგივიტის, მწვავე რესპირატორული დაავადებების, ხანის აფტოზური დარღვევების, პულპიტების მკურნალობისას, აგრეთვე ჩირქოვანი ჭრილობების, წყლულების, დამწვრობების ჩამოსაბანად.

სალბს იყენებენ დიაბეტის საწინააღმდეგოდაც სხვა სამკურნალო მცენარეებთან ერთად ნაკრებში. კომპლექსურად გამოიყენება სახსრების რევმატიზმის, სახსრების ქრონიკული ანთებისა და დისტროფიული დაავადებების, დეფორმირებული ოსტეოართროზის, რადიკულიტის, ხერხემლის ოსტეოქონდროზის დროს საერთო და ადგილობრივი აბაზანების გამოყენებით, აპლიკაციებისათვის. ნახარშს იყენებენ ფსორიაზის სამკურნალოდ, შეღის კუჭისა და გულ-მკერდის დამარბილებელი ნაკრებების შემადგენლობაში.

ბულგარელი მეცნიერები მიიჩნევენ, რომ სალბი აქვეითებს საოფლე ჯირკვლების სეკრეციას, გამოიყენება ტუბერკულოზით დაავადებულთათვის ღამის ოფლიანობისას, კუჭ-ნაწლავის ანთების, კუჭის წყლულის, მეტეორიზმის, ფაღარათის, ღვიძლის, ნაღვლის ბუშტისა და თირკმელების დაავადებების დროს.

უკუქმედება: არ არის რეკომენდებული მეუბუბური ქალებისათვის, ვინაიდან იწვევს რძის სეკრეციის შემცირებას, თირკმელების მწვავე ანთების, ძლიერი ხველებისას; სიფრთხილე მართებთ ჰიპოტონიით დაავადებულებებსაც, ვინაიდან სალბი რამდენადმე აქვეითებს წნევას.

საპნის ხე – Quillaja saponaria Molina.
ოჯ. ქვილასებრნი - Fam. Quillajaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე 20 მ-მდე სიმაღლის ხეა, გრძელი ფესვთანური სისტემით. ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული, მარტივია, ტყავისებრი, 15-40 სმ-მდე სიგრძის. ყვავილი ხუთწევრიანია, მოკლე საყვავილე ყუნწებით, თეთრი, ტოტების ბოლოებსა და ფოთლების უბებში წარმოქმნის საგველა ყვავილეებს. ნაყოფი, რომელსაც ხშირად საპნის კენკრას, ან საპნის კაკალს უწოდებენ, 1.5 სმ დიამეტრისაა, შეიცავს 3 სქელ გარსიან თესლს.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია აშშ-ში, იაპონიაში, სამხრეთ აზიაში, ინდოეთში, ჩინეთში, ჩრდილოეთ აფრიკაში, სამხრეთ ამერიკაში (ბოლივია, ჩილი, პერუ), რუსეთის სამხრეთით.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნედლეული ქერქი და ნაყოფებია. ქერქი შეიცავს კვილაივის საპონინს (10%), მჟაუნმჟავას (19 %), კვილაივის მჟავას (8 %), მწარე და მთრიმლავ ნივთიერებებს, სახამებელს, ღვინის მჟავის მარილებს; ნაყოფები - 38 %-მდე საპონინებს.

ხასიათდება სოკოების საწინააღმდეგო, ბაქტერიოციდული

მოქმედებით. გამოიყენება სოკოვანი დაავადებების, ბრონქიტის, პირის ღრუსა და კანის დაავადებების (კერძოდ ეგზემა), სიმსუქნის, ქერტლის, თმის ცვენის, გალიზიანებების, ალერგიული რეაქციების სამკურნალოდ, ასევე გველისა და მორიელის ნაკბენების შხამსაწინააღმდეგოდ.

უკუქმედება: თვითმკურნალობა არ არის რეკომენდებული, ვინაიდან შეიცავს დიდი რაოდენობის მჟაუნმჟავასა და საპონინებს. მიღებულ უნდა იქნეს ზომიერად, წინააღმდეგ შემთხვევაში იწყება გულის რევა, პირღებინება, თავბრუსხვევები, კუჭის ტკივილები, სპაზმები, ანთებითი პროცესები, შარდსასქესო და თირკმლის სისტემების დარღვევები.

საპოტა, საპოტილა, საპოდილა
Manilkara zapota (L.) P. Royen (syn. Sapota achras Mill.)
ოჯ. საპოტასებრნი - Fam. Sapotaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე 18-30 მ სიმაღლის ხეა პირამიდალური ვარჯით. ქერქის დაზიანებისას უხვად გამოჰყოფს თეთრ წებოვან ლატექსს. ფოთლები ელიფსურია, პრიალა, 7,5-11,25 სმ სიგრძისა და 2,5-4 სმ სიგანის. ყვავილები წვრილია, 6

მტვრიანითა და 3 ყავისფერი, ბეწვებიანი ჯამის ფოთოლაკებითა და ბაცი მწვანე გვირგვინის ფურცლებით. ნაყოფი მრგვალია, ან ოვალური, 5-10 სმ სიგრძისა და 100-170 გ წონის. სტრუქტურით ხურძის მსგავსია. მწიფე ნაყოფი დაფარულია მქრქალი ან ჟანგისებრ-ყავისფერი თხელი კანით; რბილობი ყავისფერია, ყვითელი ან ვარდისფერი ელფერით, რბილი, წვნიანი. უმწიფარი ნაყოფი - მაგარია, წებოვანი და მთრიმლავი. ცალკეული ნაყოფი შეიცავს 3-12 მაგარ, შავ, პრიალა, ოვალურ და ოდნავ შებრტყელებულ, 1,5-2 სმ სიგრძის თესლს, ადვილად სცილდება რბილობს; საკვებად გამოყენების წინ აუცილებელია თესლების მოცილება, ვინაიდან კაუჭისმაგვარ დანართს ინვითარებს.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო სამხრეთ მექსიკაა. ამჟამად კულტივირებულია ტროპიკული სარტყლის ყველა ქვეყანაში: სამხრეთ და ცენტრალურ ამერიკაში, აფრიკისა და აშშ-ის ზოგიერთ რაიონში, ინდოეთში, ინდონეზიაში, მალაიზიაში, შრი-ლანკასა და ფილიპინებზე.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: საპოდილა მდიდარია ვიტამინებითა და ორგანიზმისათვის აუცილებელი მინერალებით; მეტად გემრიელია მწიფე ნაყოფები ნედლი სახით; მისგან ამზადებენ ჯემს, მარმელადს, ჰალვასა და სხვადასხვა დელიკატესებს; მას თუშავენ სხვადასხვა სანელებელთან ერთად, იყენებენ ნამცხვრებში, ამზადებენ ღვინოს. ხისგან გამოყოფილი რძის წვენიდან – ლატექსიდან მიიღება ე.წ. ჩიკლი – საღებავი რეზინის ფუძე.

მოუმწიფებელი ნაყოფები მდიდარია ტანინებით და გამოიყენება დიარეის საწინააღდეგო საშუალებად. ქერქს იყენებენ სიცხის დამწვევად და ღიზენტერიის საწინააღმდეგოდ. ფოთლების ნახარში ჩაიოტის ფოთლებთან ერთად არტერიალური წნევის დასაწვევად გამოიყენება, ხოლო რბილი თესლის გამონაწური - დამამშვიდებელი საშუალებაა.

საპოდილას ექსტრაქტი მისი მაღალი ანთების საწინააღმდეგო, ანტისეპტიკური, საკვები, დამატენიანებელი და მარეგულირებელი მოქმედებიდან გამომდინარე ხშირად კოსმეტიკური მიზნებისათვის იხმარება; კოსმეტიკური პროდუქტები, რომლის შემადგენლობაშიც

საპოდილაა, ეფექტურია პრაქტიკულად კანის ყველა დაავადებისას; შეუცვლელია კანის სოკოვანი დაზიანებების, გამონაყრების, სხვადასხვა დეფექტების დროს, ხელს უწყობს კანის ფერისა და მისი ტექსტურის აღდგენას, ამაგრებს მშრალ და მტვრევად თმებს. მისი ზეთი გამოიყენება ნიღბებისა და აპლიკაციებისათვის, მისით ამდიდრებენ უკვე დამზადებულ შამპუნებს, ბალზამებს, კრემებსა და ნიღბებს.

უკუქმდება: ინდივიდუალური შეუთავსებლობა. საკვებად მხოლოდ დამწიფებული ნაყოფები გამოიყენება, ვინაიდან მომწიფებელ ნაყოფებში შეიცავს რძისებრ წვენს - ლატექს და მთრიმლავ ნივთიერებებს, რომლებიც უსიამოვნო გემოთი გამოირჩევა.

**სეკურინეგა - *Securinega suffruticosa* (Pall.)Rehd.
(= *S.ramiflora* Mill.)**

ოჯ. რძიანასებრნი - Fam. Euphorbiaceae



მორფოლოგია: გართხმული 1,5-2 მ სიმაღლის ბუჩქია, მაგარი მერქნით. ტოტები წვრილია, მათრახისებრი, შიშველი, სწორი, ბაცი-ყვითელი. ფოთლები მორიგეობითია, მარტივი, მთლიანი, კიდემთლიანი ან უსწოროდ ამოკვეთილი, ოვალური ან ელიფსური, ყუნწიანი. ყვავილები ორბინიანია, მომწვანო-ყვითელი ან მწვანე, ბუტკოიანი - მარტოულია (ან 3-8), სფერული ნასკვითა და სამი სვეტით, მტვრიანიანები - კონებადაა განლაგებული 3-12 ცალად. ნაყოფი - სამბუდიანი, მომრგვალო, სამნაკვითიანი კოლოფია. ყვ. VI; ნაყ. IX.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: გავრცელებულია აღმოსავლეთ ციმბირში და შორეულ აღმოსავლეთში, ხაბაროვსკის მხარეს და დასავლეთ ამურისპირეთში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები და გაუმერქნებელი ტოტები. ნედლეული შეიცავს ალკალოიდებს (სეკურინინი, სუფრუქტიკოლინი, სუფრუტიკონინი, ალოსეკურინინი, დიჰიდროსეკურინინი, სეკურინოლა), მათ შორის ძირითადია სეკურინინი, რომელიც კარგად იხსნება ეთილის სპირტში, ქლოროფორმში, სუსტად – წყალში; აღინიშნება აგრეთვე მთრიძლავი ნივთიერებები, სახამებელი, სხვადასხვა ამინომჟავები.

სეკურინინი მოქმედებით ახლოა სტრიქნინთან. იწვევს ცენტრალური ნერვული სისტემის აღზნებას, განსაკუთრებით ზურგის ტვინის, ამალღებს კუნთების ტონუსს. მედიცინაში გამოიყენება: ჰიპოტონიური მდგომარეობისას, რაც ხასიათდება არტერიული წნევის დაქვეითებით, სწრაფი დაღლილობითა და თავბრუსხვევით, ქრონიკული ინფექციების, გულის მანკის დეკომპენსაციის, ჰიპოტირეოზებისა და სხვ.

კლინიკური დაკვირვებებიდან გამომდინარე რეკომენდებულია სხვადასხვა მამოძრავებელი სისტემის დარღვევების: პოლიომიელიტით გამოწვეული პარეზებისა და დამბლის, ღუნე დამბლის, ფუნქციონალური ნეიროგენური დარღვევების ნიადაგზე გამოწვეული სქესობრივი უქლურების, ხელს უწყობს აგრეთვე თირკმელზედა ჯირკვლის ჰორმონების გამოყოფის გაძლიერებას.

უკუქმდება: უკუმაჩვენებელია ჰიპერტონიული დაავადებების, ათეროსკლეროზის, მწვავე და ქრონიკული ნეფრიტის, ჰეპატიტის, ტეტანუსისა და ბაზელური დაავადებებისას.

სექვოია მარადმწვანე ან წითელი სექვოია
Sequoia sempervirens (Lambl. ex D. Don.) Endl.
ოჯ. კვიპაროზისებრნი (ტაქსოდიუმისებრნი) –
Fam. Cupressaceae (Taxodiaceae)



მორფოლოგია: მარადმწვანე ერთბინიანი 60-90 მ-მდე სიმაღლის ხეა; ვარჯი კონუსური ფორმისაა, ტოტები ჰორიზონტალურად იზრდება ან ოდნავაა დახრილი. ქერქი სქელია 30 სმ სისქის, შედარებით რბილი, ჭურჭლოვანი, მოწითალო-ყავისფერი, დროთა განმავლობაში მუქდება. ფოთლების ცრუ ორმწკრივი განლაგების შედეგად ყლორტები ბრტყელია, ხაზურ-ლანცეტა და სიგრძით 1,5-2,5 სმ აღწევს. მდებრობითი გირჩები ძლიერ მცირე ზომისაა, 2-3 სმ სიგრძის, თითქმის სფეროსებრი, 15-25 სპირალურად დახვეული ქერქლებით; დამტკვერვა ზამთრის ბოლოს ხდება, მწიფდება 8-9 თვის შემდეგ; თითოეულ გირჩში სათესლე ქერქლებზე 3-7 თესლკვირტია, გირჩის მომწიფებისას თესლები ცვივა.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად იზრდება ჩრდილოეთ ამერიკის წყნარი ოკეანის 750 კმ სიგრძისა და 8-დან 75 კმ სიგანის სანაპირო ზოლში, ზღ.დ. 30-920 მ სიმაღლეზე. დედამიწაზე ყველაზე მაღალ და დღეგრძელ მცენარეთა რიცხვს მიეკუთვნება. ცალკეული ეგზემპლარები 110 მ სიმაღლეს აღწევენ,

ხოლო მაქსიმალური ასაკი სამიათასსუთასი წლით განისაზღვრება. პირველად სექვოიას ტყეები ევროპელებმა 1769 წელს აღმოაჩინეს წყნარი ოკეანის სანაპიროზე, მერქნის ფერიდან გამოძინარე მას "წითელი ხე" (Redwood) უწოდეს, რომელიც დღემდეა შენარჩუნებული. 1847 წელს ავსტრიელმა ბოტანიკოსმა შტეფან ენდლიხერმა მცენარე დამოუკიდებელ გვარად გამოჰყო და მიანიჭა სახელწოდება "სექვოია" ინდოელთა ტომის ჩეროკის ბელადის სექვოიის საპატივცემულოდ, რომელიც ჩეროკის მარცვლოვანი ანბანის გამომგონებელი (1826 წ.) და ჩეროკულ ენაზე გამოსული გაზეთის დამფუძნებელი იყო.

ნამარხი ნიმუშებიდან გამოძინარე ეს გიგანტური ხეები არსებობდნენ უკვე იურის პერიოდში 208 და 144 მილიონი წლების წინათ და დიდი ტერიტორიები ეკავათ ჩრდილოეთ ნახევარსფეროში.

ყველაზე მაღალი სექვოია, რომელმაც "ჰიპერიონის" სახელი მიიღო, ნანახი იყო 2006 წელს რედგუდის ნაციონალურ პარკში სან-ფრანცისკოდან ჩრდილოეთით, მისი სიმაღლე 115,5 მ აღწევს.

სექვოიას გენომი (შეადგენს 31500 მეგაბაზს) – ყველაზე მაღალია წიწვოვანებს შორის და სადღეისოდ ერთადერთი ცნობილი ჰექსაპლოიდა შიშველთესლოვნებში.

არის აშშ-ის კალიფორნიის შტატის სიმბოლო.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სექვოიას ცალკეული სამკურნალო თვისებები არ არის გამოვლენილი, მაგრამ მსგავსად სხვა წიწვოვნებისა (ნაძვი, სოჭი, ფიჭვი) ხასიათდება ბიოპოტენციური შესაძლებლობებით. მცენარე წარმოადგენს ბრწყინვალე ფილტრს, იცავს ჰაერს გაჭუჭყიანებისაგან. სექვოიას მერქანი გამოიყენება სამშენებლო და საღურგლო წარმოებაში, ამზადებენ ავეჯს, სატელეგრაფო ბოძებს, შპალებს, კრამიტს, ქაღალდს.; ვინაიდან არა აქვს სუნი იხმარება თამბაქოსა და კვებით მრეწველობაში, ამზადებენ კოლოფებსა და ყუთებს სიგარებისათვის, თაფლის შესანახ კასრებს და ა.შ. მაღალ დეკორატიულობიდან და წრაფი ზრდიდან გამოძინარე ამრავლებენ სატყეო მეურნეობებში, ბალ-პარკებში.

სექვოიადენდრონი გიგანტური –
Sequoiadendron giganteum (Lindl.) J. Buchh.
ოჯ. კვიპაროზისებრნი (ტაქსოდიუმისებრნი) –
Fam. Cupressaceae (Taxodiaceae)



მორფოლოგია: საოცრად დიდებული და მონუმენტალური ხეა, აღწევს 100 მ-ზე მეტ სიმაღლეს, ღეროს დიამეტრი 10 მ-ს უდრის; ხის ტანი 50 მ-ზე მოკლებულია ტოტებს. ვარჯი კონუსურია, ყლორტები ჯერ ღეგა მწვანეა, მოგვიანებით - მოწითალო-ყავისფერი. მცირე ზომის (3-6, იშვიათად 10 მმ სიგრძის) ვიწრო ლანცეტა, მარადმწვანე ფოთლები სპირალურადაა განლაგებული. გირჩები მეორე წელს მწიფდება, ისინი კვერცხისებრია 5-8 სმ სიგრძის, სათესლე ქერქლებზე 3-14 თესლკვირტია განვითარებული. მცენარე 3500-4000 წლამდე ცოცხლობს.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ცალკეული კორომების სახით იზრდება კალიფორნიაში, სიერანეგადის დასავლეთ ფერდობებზე. ამჟამად ყველა მათგანი აღრიცხვაზეა აყვანილი, ხოლო უფრო დიდი მასივები ნაკრძალებადაა გამოცხადებული.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სექვოიადენდრონის მერქანი სექვოიას მსგავსად მაღალხარისხოვანია და კარგად ეწინააღმდეგება ლპობას. ამიტომ ფართოდ იყენებენ მშენებლობასა

და წყალქვეშა ნაგებობებში. სხვა წიწვოვნების (ნაძვი, სოჭვი, ფიჭვი) მსგავსად ხასიათდება ბიოპოტენციური შესაძლებლობებით. გვარი გამოირჩევა მაღალდეკორატიულობით. აშენებენ სხვადასხვა ქვეყანაში.

ნამარხ მდგომარეობაში ცნობილია მთელ ჩრდილოეთ ნახევერსფეროში; ევროპასა და აზიაში პლიოცენამდე იყო გავრცელებული, შემდგომ გადაშენდნენ გამყინვარების პერიოდში.

სიმინდი - *Zea mays* L.
ოჯ. მარცვლოვანი - Fam. Gramineae (Poaceae)



მორფოლოგია: ერთწლოვანი 60-300 სმ სიმაღლის მცენარეა. ფესვთანური სისტემა მძლავრია, ხშირად ღეროს ქვედა მუხლებში წარმოიქმნება საჰაერო საბჯენი ფესვები. ღერო სწორმდგომია, 2-7 სმ დიამეტრის, შიგნით ამოვსებულია გულგულით. ფოთოლი ფართოა, ხაზურ-ლანცეტა, კიდეტალღოვანი. ყვავილები გაყოფილქესიანია, მცენარე ერთბინიანია; მამრობითი ყვავილელი წვეროსეული მსხვილი საგველაა, მდედრობითი ყვავილელი ტაროა, ვითარდება ფოთლების უბებში. მარცვალი ტაროში განლაგებულია ვერტიკალურ რიგებად; მარცვლები სხვადასხვა ფორმისა და შეფერილობისაა: მომრგვალო, წაგრძელებული,

გლუვი ან დაღარული, თეთრი, ყვითელი, იშვიათად მოწითალო, იისფერი, ლურჯი, შავი, წვერში ჩაჭყლელი. ყვ. VI; ნაყ. IX.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ველურად არ გვხვდება, კულტურაში შეტანილია მექსიკაში. სახეობის წარმოშობა არ არის დადგენილი, მის შესაძლო წინაპარს წარმოადგენს თეოსინტე (*Euchlaena mexicana* Schrad.), რომელიც ველურად გვხვდება მექსიკაში, სადაც ასარეგლიანებს სიმინდის ნათესარებს. არსებობს ასევე წარმოშობის სხვა ჰიპოთეზებიც. უძველესი დროიდან სიმინდი ცენტრალური და სამხრეთ ამერიკის მოსახლეობის მთავარი სამრეწველო კულტურა იყო. ევროპაში ცნობილია XV ს-დან კოლუმბის მოგზაურობის შემდეგ, სადაც პირველად აშენებდნენ როგორც იშვიათ საბალო მცენარეს, შემდგომ მან მოიპოვა სამრეწველო და საკვები მცენარის მნიშვნელობა. XVI ს-ში სიმინდი შეტანილ იქნა აზიისა და აფრიკის ზოგიერთ ქვეყანაში, ხოლო XVII ს-ში მოხვდა სამხრეთ კავკასიაში, საიდანაც სწრაფად გავრცელდა მეზობელ ქვეყნებში. მსოფლიოში სათესი ფართობის მოცულობით მესამე ადგილი უკავია, ხორბლისა და ბრინჯის შემდეგ (114,5 მილიონ ჰა-ზე მეტი.) განსაკუთრებით ფართოდაა წარმოდგენილი აშშ-ში, ბრაზილიაში, მექსიკაში, ინდოეთსა და ჩინეთში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამრეწველო, ტექნიკური და საკვები კულტურაა.

მარცვალი შეიცავს 10-15 მგ% ცილებს, 65-70 მგ% ნახშირწყლებს, 4-7 მგ% ცხიმებს, ფლავონოიდებს, ალკალოიდებს, საპონინებს, ფისოვან ნივთიერებებს, მწარე გლიკოზიდებს, ვიტამინებს (C, K, B₁, B₂, E, P, PP), ინოზიტს, სტერინებს, მიკროელემენტებსა და სხვ. სიმინდის დინგი შეიცავს ვიტამინ K, ასკორბინისა და პანთოთენის მჟავებს, კაროტინოიდებს, გუმფისს, მწარე გლიკოზიდებს, ცხიმებსა და ეთერზეთებს, ინოზიტს, ფისებს, სტიგმასტეროლს, საპონინებს, სიტოსტეროლს და სხვა სასარგებლო ნივთიერებებს.

ქართულ ხალხურ მედიცინაში სიმინდის ფქვილის შეჭამანი დიეტურ საჭმელად ითვლებოდა; ზოგჯერ მას უმატებდნენ კარტოფილის ფქვილს და თირკმელების დაავადებებისას

იყენებდნენ, როგორც ჩანს, მას შარდმდენ თვისებებს მიაწერდნენ. ხასიათდება შარდმდენი, ნალველმდენი, ანთების საწინააღმდეგო, სისხლდენის შემაჩერებელი, დამამშვიდებელი, ნივთიერებათა ცვლის მომწესრიგებელი, სიმსივნისა და სიმსუქნის საწინააღმდეგო მოქმედებით.

დამტკიცებულია, რომ სიმინდის ღინვის პრეპარატები ხელს უწყობს სისხლის შედელების დაჩქარებას, რის გამოც ეფექტურია ჰიპოტრომბინემიის დროს, აძლიერებს დიურეზს და ამალღებს თრომბოციტების რიცხვს; გამოიყენება როგორც ნალველმდენი საშუალება ქოლანგიტების, ქოლექციისტიტის, ჰეპატიტის, წყალმანკისა და თირკმელკენჭოვანი დაავადებებისას, როგორც შარდმდენი საშუალება, ხასიათდება სისხლშემაჩერებელი მოქმედებითაც.

მედიცინაში გამოიყენება ნალვლის ბუშტისა და საშარდე გზების ანთებითი პროცესების, გულისმიერი წარმოშობის შეშუპების, შარდკენჭოვანი და ნალველკენჭოვანი, თირკმლის მწვავე და ქრონიკული დაავადებებისას; აგრეთვე ჰიპერტონიის, ათეროსკლეროზის, დიათეზების დროს.

სიფრთხილის ღონისძიებები: სიმინდის კერძები უკუმაჩვენებელია ტრომბოზებისა და ტრომპოფლებიტიის, დაქვეითებული მადის, სისხლის მომატებული შედელების, კუჭ-ნაწლავის წყლულის გამწვავების პერიოდში.

სინამაქის ხე - *Cassia acutifolia* Del.
ოჯ. პარკოსანნი - Fam. Leguminosae



მორფოლოგია: ტროპიკული ფოთოლმცვენი მრავალწლოვანი ბუჩქია. ფოთლები მორიგეობითია, წყვილფრთართული, 4-8 წყვილი ფოთოლაკებით, რომლებიც მონაცრისფრო-მწვანეა, მოკლეყუნწიანი, ლანცეტა, მახვილი წვერით, შიშველი, კიდემთლიანი, თხელი. ყვავილეთი მოკლე მტევანია, განლაგებულია ფოთლების უბებში; ყვავილები საკმაოდ მსხვილია, ოქროსფერ-ყვითელი, 5-წვერიანი, მრავალი მტვრიანით. ნაყოფი პარკია, მურამწვანე, მოგრძო ოვალური ფორმის, ჩვეულებრივ ოდნავ მოღუნული, ძლიერ ბრტყელი, მშრალ აპკიანი, მრავალთესლიანი.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად იზრდება ჩრდილოეთ აფრიკის მშრალ რაიონებში, სამხრეთ არაბეთში, ნილოსის ხეობაში და წითელი ზღვის სანაპიროზე. კულტივირებულია როგორც მნიშვნელოვანი სამკურნალო მცენარე ინდოეთში, პაკისტანში, სამხრეთ ყაზახეთში, უზბეკეთში, თურქმენეთში, აზერბაიჯანში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ფოთლები და ნაყოფები შეიცავს ანტრაგლიკოზიდებს (გლიკოალმოდინს, გლუკორეინს), რომლებიც ნაწლავებში საკვებმომწველებელი ფერმენტის მოქმედებით იშლება აგლიკონებად და შაქრად, გამაღაზიანებლად მოქმედებს ლორწოვან რეცეპტორებზე და მასტიმულირებლად ნაწლავების გლუვი მუსკულატურის

მამოძრავებელ აქტივობაზე. ფოთლების შემადგენლობაშია ასევე: ბიოფლავონოიდები, ორგანული მჟავები, ფისები, ნაცარი, ფიტოსტერინები, მარტივი და რთული პოლისახარიდები, ალკალიდები კვალის სახით, მიკროელემენტებიდან - კალიუმი, მაგნიუმი, ფტორი; მცენარეს შესწევს უნარი კონცენტრირება მოახდინოს ბარიუმის, სელენის, სტრონციუმის, სპილენძისა და თუთიის.

როგორც მცენარეული სასაქმებელი საშუალება ფართოდ იყო გავრცელებული ჯერ კიდევ ძველ ეგვიპტურ მედიცინაში, იმავე მიზნით გამოიყენებოდა ჩინეთში; მცირე დოზით ჩინურ მედიცინაში მას უნიშნავდნენ მადის სტიმულირებისათვის, ასციტისა და გლაუკომის დროს, აგრეთვე როგორც შარდმდენს.

სადღესოდ ფართოდ გამოიყენება ოფიცინალურ და ხალხურ მედიცინაში. სინამაქის ხის პრეპარატები მეცნიერულ მედიცინაში იხმარება როგორც სასაქმებელი საშუალება ხანგრძლივი ატონური ყაბზობის დროს. დადგენილია რბილი ნაღველმდენი და ანტიოქსიდენტური მოქმედება, რის გამოც გამოიყენება ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის ფუნქციის დარღვევებისას. ინფექციურ პრაქტიკაში მას უნიშნავენ ამებური დიზენტერიის დროს. ექიმი-პროქტოლოგები ურჩევენ ანალური ხვრელის დახეთქვის, ბუასილის და პარაპროქტიტების შემთხვევაში. უნდა აღინიშნოს, რომ სინამაქის პრეპარატები ხასიათდება ნელი სასაქმებელი მოქმედებით, რის გამოც ენიშნებათ ღამით, მას არ ახასიათებს ელვისებური ტკივილები ნაწლავებში და თხელი გასვლა, განსხვავებით სხვა სასაქმებელი პრეპარატებისაგან, რის გამოც თერაპიულ დოზებში ფართოდ გამოიყენება ბავშვთა და გერონტოლოგიურ პრაქტიკაში.

ხალხურ მედიცინაში სასაქმებელი და შარდმდენი მოქმედების გარდა მის ნახარშს იყენებენ სალბუნების სახით პიოლერმისის განსაკურნავად.

უკუქმედება: სინამაქის ხანგრძლივმა და უკონტროლო გამოყენებამ შეიძლება მიხვევა გამოიწვიოს. უკუმაჩვენებელია ფეხმძიმობისა და ლაქტაციის დროს. არ არის რეკომენდებული დიარეის, წვრილი და მსხვილი ნაწლავების მწვავე ანთებითი პროცესების დროს.

სკოპოლია – *Scopolia carniolica* Iacq.
ოჯ. ძალღუურძენასებრნი – Fam. Solanaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი 30-50 სმ სიმაღლის ბალახოვანი მცენარეა, ხორცოვანი, სუსტად დატოტვილი ფესურით, რომელიც ღეროსეული ნაჭდევებითაა დაფარული - წლიური ნამატების საზღვრები. მიწისზედა ნაწილი შედგება ვეგეტატიური ყლორტებისაგან, 10-13 ქვედა, მჯდომარე, ქერქლისებრი ფოთლებით, რომლებიც თანდათანობით გადადის შუა თანაფოთლებში. ყლორტი მთავრდება წვეროსეული ყვავილით; სუსტ ვეგეტატიურებში 1 ყვავილი ვითარდება, მძლავრ მცენარეებში - 1-3 შეფოთილი ყვავილედი. ყვავილსაფარი ორმაგია. გვირგვინი ზარისებრია ან მილისებრ-ზარისებრი, გარედან ალუბლისფერ-იისფერი ან მურა წითელი, შიგნიდან მოყვითალო-მურა ან მკრთალი იისფერი. ნაყოფი მომრგვალო კოლოფია, მრავალრიცხოვანი თესლით, იხსნება სარქველით. ყვ. III-IV; ნაყ. V-VI.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია უკრაინაში, კარპატებში, მოლდოვასა და კავკასიაში (სამხრეთ კავკასიის დასავლეთ ნაწილში).

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნედლეულია ფესურები, ამზადებენ გაზაფხულზე ნაყოფმსხმოიარობამდე. მცენარის ყველა ორგანო შეიცავს ტროპანულ ალკალოიდებს: ჰიოსცამინს (რომელიც

ალკალიდების ჯამის ძირითად ნაწილს შეადგენს), სკოპოლამინს, ტროპინს, პსევდოტროპინს, სკოპოლექტინს და სხვ.

ფარმაკოლოგიური ეფექტი განსაზღვრულია ალკალიდ ატროპინისა და სკოპოლამინის მოქმედებით. ატროპინი – ძირითადი წარმომადგენელია ქოლინოლიტური ნივთიერებების, რომელიც იწვევს უმთავრესად ქოლინორეცეპტორების ბლოკირებას. თანამედროვე წარმოდგენებით, ატროპინი არის ეგზოგენური ლიგანდა – ქოლინორეცეპტორების ანტაგონისტი.

მცენარიდან მიღებულია პრეპარატები: სკოპოლამინის ჰიდრობრომიდი და ატროპინის სულფატი სხვადასხვა სამკურნალო ფორმებში (ხსნარები, აბები, მალამო), ტაბლეტები – “აერონი” გამოიყენება წყლულოვანი და ნაღველკენჭოვანი დაავადებების, ნაწლავებისა და შარდსადინარი გზების ჭვლების, ბრონქიალური ასთმის, ბრადიკარდიის, გლუვი მუსკულატურის ჭვლების დროს. ატროპინი გამოიყენება ანესტეზიოლოგიურ და ოფთალმოლოგიურ პრაქტიკაშიც.

უაუქმდება: ყურადღება უნდა მიექცეს სკოპოლამინის პრეპარატებისადმი ინდივიდუალურ მგრძობელობას; ზოგიერთ შემთხვევაში ჩვეულებრივი დოზა იწვევს ალგზნებას, ჰალუცინაციებს და სხვა გვერდით მოვლენებს.

სტევია, თაფლოვანი ბალახი – *Stevia rebaudiana* Bertoni
ოჯ. რთულყვავილოვანნი (ასტრასებრნი) - Fam. Compositae
(Asteraceae)



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი, ფოთოლმცვენი, უხეფოთლიანი ნახევრადბუჩქია. ფოთლები ელიფსურ-ლანცეტაა, ბაცი მწვანე-ყვავილი ხუთწევრიანია, გვირგვინის თეთრი ფურცლებით. ნაყოფი წვრილი კოლოფია მრავალრიცხოვანი წვრილი თესლით. ზოგიერთ ქვეყანაში ერთწლოვანი კულტურის სახით მოჰყავთ.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია სამხრეთ (პარაგვაი, ბრაზილია) და ცენტრალური ამერიკის სუბტროპიკულ რაიონებში, იზრდება ნახევრადმშრალ ტერიტორიებზე დაბლობიდან მთიან რაიონებამდე. კულტივირებულია მრავალ ქვეყანაში: აშშ-ში, კანადაში, სამხრეთ ამერიკაში, რუსეთში, ჩინეთ-იაპონიაში, ტაივანზე, ტაილანდში, მალაიზიაში, სენტ-კიტსა და ნევისში, შედის საკვების პროდუქტების შემადგენლობაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: აღნიშნულ სახეობას, ისევე როგორც გვარი სტევიას სხვა წარმომადგენლებს, თანამედროვე ბრაზილიისა და პარაგვაის ტერიტორიაზე მცხოვრები ძველი ინდიელი ტომის – გუარანის მკვიდრნი იყენებდნენ მატესა (პარაგვაული ჩაი) და სხვა სამკურნალო ჩაის შემადგენლობაში,

დამწვრობისა და მთელი რიგი დაავადებების სამკურნალოდ. აღინიშნებოდა, რომ მას შესწევს უნარი ადამიანის ორგანიზმში დარღვეულ ნივთიერებათა ცვლის პროცესების აღდგენის, ენერგეტიკული დონის ამაღლების, სიბერის პროცესების დამუხრუჭების, გარემოს უარყოფითი გავლენისაგან დაცვის, ორგანიზმის მთელი სისტემის ჰარმონიზაციის; ამასთან ერთად გააჩნია ტკბილი გემო, რომელიც ახლოა მაქართან. ბოლო პერიოდში განდომის დიეტისადმი გაზრდილი მოთხოვნებიდან გამომდინარე, როგორც ნახშირწყლებისა და შაქრების ბუნებრივ წყაროს კვლავ დიდი ყურადღება ეთმობა. შაქრის შემცველად და საკვების დანამატად იყენებენ იაპონიაში, აშშ-ში, კანადაში. სამედიცინო კვლევებმაც აჩვენა დადებითი შედეგები სიმსუქნისა და ჰიპერტონიის სამკურნალოდ.

განსაკუთრებული ყურადღება მცენარეს XX ს-ის 30-იანი წლებიდან მიექცა, როდესაც შესწავლილ იქნა მისი ქიმიური შემადგენლობა.

მთავარი ნივთიერებები, რომელმაც ეს სახეობა ცნობილი გახადა მასში არსებული სტევიოზიდი და რეზაულოზიდებია, ესენია დიტერპენოიდული გლიკოზიდები, მათი სიტკბო 200-400-ჯერ უფრო ძლიერია, ვიდრე სახაროზის, და რაც მთავარია მათი უპირატესობაა კალორიების მინიმალური შემცველობა; მდიდარია სხვა სასარგებლო ნივთიერებებით - ვიტამინებით (A, B, C, P - ჯგუფის), ამინომჟავებით (აღინიშნება 17 სახის), მიკროელემენტებით, ბეტა-კაროტინით, ეთერზეთებითა და პექტინებით.

დადგენილია, რომ ბუნებრივი სიტკბოს გარდა, ბალახი ხასიათდება ანთების საწინააღმდეგო მოქმედებით, ამცირებს სისხლში შაქრის შემადგენლობას, აქვეითებს ქოლესტერინს, ამაღლებს ნივთიერებათა ცვლას, აძლიერებს იმუნიტეტს, ანელებს სიბერის პროცესს. თაფლოვანი ბალახი ხასიათდება ანტიმიკრობული მოქმედებითაც; რეკომენდებულია მისი ჩაის მიღება გაციებისა და გრიპის პროფილაქტიკისათვის.

ბიოლოგიურად მომქმედი ნივთიერება სტევიოზიდი გამოიყენება გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების, კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის

წყლოლის დროს, ხელს უწყობს სისხლში შაქრის შემცირებას, ამაგრებს სისხლ-ძარღვების კედლებს, მოქმედებს კბილის ემალზე, ეწინააღმდეგება პირის ღრუში ბაქტერიების გამრავლებას (აქედან გამომდინარე მრავალი კბილის პასტა, პირის ღრუს ჰიგიენის პროდუქტები სტევიოზიდს შეიცავს).

ამგვარად, მსოფლიოს წამყვანი დიეტოლოგები ამ მცენარეს თვლიან თანამედროვეობის ყველაზე სასარგებლო, პერსპექტიულ დამატკობელ საშუალებად, მას აქვს სიტკბოს მაღალი კოეფიციენტი, დაბალი ენერგეტიკა, მდგრადია გაცხელებისას, ადვილად იხსნება, დოზირებულია, არ იწვევს ორგანიზმზე მავნე მოქმედებას; სტევიოზიდის საფუძველზე დამზადებული ტკბილეული რეკომენდებულია ყველა ასაკის ადამიანისათვის.

სტევიოზიდის საფუძველზე მიღებული ნატურალური შაქრის შემცველი ტაბლეტები წარმოდგენილია სავაჭრო მარკეტ “სლადის ელიტ”-ით.

უკუქმედება: ვინაიდან უკუჩვენებები არ აღინიშნება, შესულია მცირეწლოვანი ბავშვების რაციონში.

**სტელეხოკარპუსი, კეპელის ხე – *Stelechocarpus burahol*
(Blume) Hook et Thomson**

ოჯ. ანონასებრნი - Fam. Annonaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე ერთსახლიანი 20-25 მ სიმაღლის ხეა მონაცრისფრო-ყავისფერი ან შავი ქერქით, დამახასიათებელი მრავალრიცხოვანი ხორკლებით. ფოთლები მოგრძო-ელიფსური ან ოვალურ-ლანცეტაა, 12-30 სმ სიგრძისა და 5-9 სმ სიგანის, 1,5 სმ სიგრძის ყუნწებით, სხვადასხვა შეფერილობის - მუქი-მწვანე და ვარდისფერი, თხელი-ტყავისებრი. ყვავილები ერთსქესიანია, მცირე ზომის, მომწვანო-თეთრი ან მოწითალო, მამრობითი ყვავილები განლაგებულია ხის ტანის ზედა ნაწილზე და ძველ ტოტებზე, ჯგუფ-ჯგუფად (8-16 ცალი) ვითარდება; მდედრობითი ყვავილები ხის მხოლოდ ქვედა ნაწილზე ასევე ჯგუფებადაა (1-16) შეკრებილი; ნაყოფი კენკრისებრია, თითქმის სფერული, სქელი ყავისფერი კანით, 3 სმ-მდე დიამეტრის, შეკრებილია გრძელყუნწიან კუნწულებად; რბილობი წვნიანი და ტკბილია მანგოს სასიამოვნო არომატითა და გემოთი. თესლი ელიფსურია, 3 სმ სიგრძის. მცენარე ყვავილობს სექტემბერ-ოქტომბერში, ნაყოფები წარმოიქმნება მარტ-აპრილში, ერთ ხეზე საშუალოდ 1500-მდე ცალი ნაყოფი ვითარდება.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამხრეთ-აღმოსავლეთ

აზიის მეტად იშვიათი და გადაშენებადი სახეობაა. ბუნებრივად იზრდება იავასა და სოლომონის კუნძულებზე, მალაზიის ზოგიერთ ოლქში.

ძველ დროში კუნძულ იავაზე ამ ხეებს რგავდნენ მხოლოდ მეფის სასახლეების ბაღებში. ნაყოფების გამოყენებაც მხოლოდ დიდებულებს ხელეწიფებოდათ, უბრალო ადამიანებისათვის კი ხელმიუწვდომელი იყო.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ნაყოფი საკვებად ვარგისია. სწორედ ნაყოფებიდან გამომდინარე ყველაზე საოცარ მცენარეთა რიცხვს მიეკუთვნება, ცვლის პარფიუმერიულ წყლებს, მისი ძილებიდან რამდენიმე ღლის განმავლობაში პირიდან და ოფლიდანაც კი იის სასიამოვნო სურნელი იფრქვევა. ნაყოფები დეზადორული თვისებების გარდა, სამკურნალო თვისებებითაც გამოირჩევა. ეფექტური მარდმენი საშუალებაა, თავიდან აცილებს თირკმელების რიგ დაავადებებს; ქალების მიერ გამოიყენება კონტრაცეპტულ საშუალებად, იწვევს დროებით უნაყოფობას.

უკუქმედება: არ არის დადგენილი.

სტეფანია - *Stephania glabra* (Roxb.) Miers.
ოჯ. მენისპერმასებრნი - Fam. Menispermaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი 15 მ-მდე სიგრძის მერქნოვანი მცოცავი ლიანაა. ფესვი მოყავისფრო ნაცრისფერია, ხორცოვანი, ტუბეროვანი, ბაცი ყვითელი რბილობით. ფოთლები გულისებრი ფორმისაა, მწვანე, იზრდება სპირალურად. წვრილი ერთსქესიანი ყვავილები შეკრებილია უბისეულ ქოლგისებრ ყვავილედად. ნაყოფი კურკიანაა, მომწიფებისას ვარდისფერი ხდება. თესლი - მუქი ყავისფერია, უკუკვერცხისებრი ფორმის. ყვ. IV-V; ნაყ. V-VI.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივი გავრცელების არეალია – ტროპიკული და სუბტროპიკული მთიანი რაიონები: ავსტრალია, სამხრეთ ჩინეთი, იაპონია, ბირმა, ვიეტნამი, ინდოეთი. კულტივირებულია ამავე ქვეყნებში. ინტროდუცირებულია ბათუმის ბოტანიკურ ბაღში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნედლეულს ტუბერი წარმოადგენს. შეიცავს დიდი რაოდენობით ალკალოიდებს: გინდარინს, სტეფანინს, როტუნდინს.

ხალხურ მედიცინაში სტეფანიის პრეპარატები გამოიყენება როგორც დამამშვიდებელი და ტკივილგამაყუჩებელი საშუალება. ეფექტურია აგრეთვე ციებ-ცხელების დროს სიცხის დასაწვეად, შველის უძილობას, თავის, ნაწლავებისა და კუჭის ტკივილებს;

ინმარება ტუბერკულოზის, ბრონქიალური ასთმის, დიზენტერიის დროს.

მიღებულია პრეპარატი “გინდარინი”, რომელიც დაშვებულია ოფიცინალურ მედიცინაში გამოსაყენებლად. მას უნიშნავენ ნევრასტენიის, ნაირგვარი ფსიხოზების, ნევროზების, მაღალი ალკოჰოლის დროს; გამაუმტკივნეული საშუალებაა მშობიარობისას.

უკუქმედება: ინდივიდუალური შეუთავსებლობა, ჰიპერმგრძობიარობა; უკუმაჩვენებელია ფეხმძიმებისა და მებუბური დედებისთვის.

სტირაქსი – *Stirax officinalis* L.
ოჯ. სტირაქსისებრნი - Fam. *Styracaceae*



მორფოლოგია: ფოთოლმცვენი 7 მ-მდე სიმაღლის ხეა. ფოთლები მორიგეობითია, კიდემთლიანი, ფართოკვერცხისებრი ან კვერცხისებრი, 2,5-6,5 სმ სიგრძის. ბლავი ან ოდნავ მახვილი. ღერო, ფოთლები, ყვავილის ჯამის ფოთოლაკები და გვირგვინის ფურცლები დაფარულია მოყვითალო-ყავისფერი ვარსკვლავსებრი ბეწვითა და წვრილი ქერცლებით. ყვავილები სურნელოვანია, შეკრებილია მცრეციცხოვან მტევნებად, აქტინომორფულია, ჩვეულებრივ ორსქესიანი, ყვავილსაფარი 4-5 წვერიანია, თეთრი. ნაყოფი კურკაა.

ისტორია და კულტურის გაფრცვლება: ბუნებრივად გაფრცვლებულია აღმოსავლეთ ხმელთაშუაზღვეთში (დასავლეთით იტალიამდე) და მცირე აზიაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო სტირაქსი და ამავე გვარის სხვა მრავალი სახეობა არომატული ბენზონის ფისების მიღების წყაროს წარმოადგენს. უძველესი დროიდანაა ცნობილი, ფართოდ გამოიყენება მედიცინასა და კოსმეტიკაში.

არომატული ფისების სასიამოვნო სუნი გამოწვეულია მათში ვანილინისა და დარიჩინის შემცველობით. ძველი არაბები მას სურნელებისათვის იყენებდნენ და კუნძულ იავადან ჩაჰქონდათ. ფისის მიღების წესი მეტად მარტივია, დასაწყისში შემოატეხავენ ქერქს, შემდეგ სერავენ რამდენიმე ადგილას კამბიუმამდე, გამონადენი არომატული წვენი თეთრი ფერისაა, ჰაერზე სწრაფად მაგრდება, მას აგროვებენ და აგზავნიან შემდეგი დაქუშავებისათვის; საინტერესოა, რომ ახალგაზრდა ჯანმრთელ ხეებს არ გააჩნიათ ფისი და არც განსაკუთრებული ფისოვანი საცავები; ლიზიგენური ღარებისა და ფისის წარმოქმნა იწყება გარკვეული დროის შემდეგ ხეების დაზიანებისას. ჩვეულებრივ პირველი დასერვა წარმოებს შვიდწლიან მცენარეებზე, უფრო მეტად ფასდება ახალგაზრდა ხეების ფისი, შეიცავს მოყვითალო-თეთრი ფერის საკმაოდ მსხვილ ნაჭრებს, ხნოვანებასთან ერთად მუქდება და ერთგვაროვანი ხდება. როგორც წესი ხეებს 12 წლის ასაკამდე იყენებენ, შემდეგ ჩეხვენ და მათ ადგილზე რგავენ ახალგაზრდა მცენარეებს.

უკუქმედება: გამოიყენება მხოლოდ გახსნილი ნაერთების სახით. შინაგანად მისი მიღება დაუშვებელია. გამოყენებისას სიფრთხილე მართებთ ფეხმძიმე ქალებს.

სტროფანტი - *Strophanthus combe Oliv.*
ოჯ. ქენდირისებრნი - Fam. Apocynaceae



მორფოლოგია: მსხვილი მერქნოვანი ლიანაა, იშვიათად ბუჩქი ან მცირე ზომის ხე, გრძელი, სუსტად ხვიარა გადაშლილი ყლორტებით. ფოთლები ჯვარედინ-მოპირისპირეა, იშვიათად რგოლურად შეკრებილი, ელიფსური, მახვილწვერიანი, შებუსული. ყვავილები სწორია, განწყობილია ყლორტების ბოლოებში დიქაზიუმებად; გვირგვინი ძაბრისებრია, ხუთნაკვთიანი გადანაღუნით, ორიგინალური ფორმის, გვირგვინის ფურცლები გადაღუნულია, 20-25 სმ სიგრძისა და 1 სმ სიგანისაა, ყვავილის ხახაში 5 პატარა ორკბილა წითელი წამონაზარდით, გარედან მოთეთრო-ვარდისფერია, შიგნიდან ყვითელი, ხშირად ლაქებით. ნაყოფი შედგება 2 თითისტარისებრი, წვერისკენ მკვეთრად დავიწროებული, მუქი ყავისფერი ან მოყავისფრო-იისფერი სიგრძივ დაღარული 35-40 სმ სიგრძისა და 3-5 სმ დიამეტრის ფოთლურისაგან, მომწიფებისას ჰორიზონტალურად იხსნება. თესლი მრავალრიცხოვანია, ლანცეტისებრი, ბრტყელი 10-17 მმ სიგრძის, მუქი მურა, სუსტად შებუსული, წვერზე ბუსუსთ დაფარული ფხით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია აღმოსავლეთ აფრიკაში, სენეგალიდან ანგოლამდე, ხშირ ტრეპიკულ ტყეებსა და ტყის პირებზე.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო

ნედლეული თესლებია. შეიცავს გულის გლიკოზიდებს: K-სტროფანტოზიდს და სხვა გლიკოზიდებს, რომლებიდანაც ფერმენტული დამუშავების შემდეგ გამოიყოფა K-სტროფანტინი, ციმარინი, ციმაროლი, პერიპლოციმარინი, ჰელვეტიკოზიდი, ემიციმარინი, გლუკოჰელვეტიკოზიდი, გლუკოციმაროლი, ციმარილის მჟავა; აგრეთვე ქოლინი, ტრიგონელინი, საპონინები და ცხიმზეთები (35%-მდე); ფესვების ქერქში აღინიშნება - გულის გლიკოზიდები (0.6-0,7%), ქოლინი და ტრიგონელინი.

სამედიცინო პრაქტიკაში სტროფანტის პრეპარატები გამოიყენება გულის მოქმედების დეკომპენსაციისათვის შემდეგი დაავადებებისას: გულის მანკი, ნეფრიტის ნიადაგზე წარმოქმნილი გულის მწვავე უკმარისობა, გულის ასთმა, ინფექციური დაავადებები, კარდიოთეროსკლეროზი, ფილტვების შეშუპება. თერაპიულ დოზებში სტროფანტი აძლიერებს გულის სისტოლურ კუმშვადობას, ახანგრძლივებს დიასტოლს, ანელებს რიტმს, ამცირებს მოდუნებულ მდგომარეობასა და ქოშინს, ამცირებს დიურეზს. Digitalis-ის პრეპარატებისაგან განსხვავებით ნაკლებად ავიწროებს გულის ვენურ სისხლძარღვებს, ნაკლებია კუმულირება, ორგანიზმიდან სწრაფი გამოდენის გამო. სტროფანტის მოქმედება სისხლში შეყვანის პირველი წუთებიდანვე იწყება, რაც მეტად მნიშვნელოვანია გულის მწვავე უკმარისობისას.

უკუქმედება: სტროფანტის პრეპარატები საფრთხილოა დისტროფიკებისათვის.

სურნელოვანი დრაცენა ან “ბედნიერების ხე”-
Dracaena fragrans (L.) Ker Gawl.
ოჯ. სატაცურისებრნი - Fam. Asparagaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე დეკორატიულ-ფოთლოვანი მცენარეა, გრძელი, ზოგჯერ დატოტვილი ღეროთი, ბუნებრივ პირობებში აღწევს 6 მ სიმაღლეს, ოთახის კულტურაში არა უმეტეს 1-2 მ-ს. წარმოქმნის ფოთლისეულ როზეტს, ფოთლები პრიალაა, რკალისებრ-მოხრილი, კიდებზე სუსტად დატალღული, მსხვილი, 60 სმ-მდე სიგრძისა და 10 სმ-მდე სიგანის, მწვანე, ერთგვარი ან განსხვავებული ზოლებით, ბაცი მწვანე, თეთრი, ყვითელი ფერის არშიით; ფოთლის ფირფიტის ორივე მხარეს მკვეთრადაა გამოხატული ცენტრალური დამარღვა.

მცენარის დამახასიათებელი თავისებურებაა ყვავილების მკვეთრი არომატი, რომელიც ახლად გათიბული ბალახის სურნელის მსგავსია. ყვავილები თეთრი ან ბაცი მწვანეა, წვრილი, 90 სმ სიგრძის საყვავილე ისრით, ვითარდება ფოთლის როზეტის ცენტრიდან, ფორმირებულია ფუმფულა ყვავილელებად, ინტენსიური სუნით იზიდავს დამამტკვრიანებლებს, მწერებს და წვრილ ჩიტებს - კოლიბრებს. ოთახის კულტურის პირობებში არ ყვავის ან ყვავის იშვიათად. ზრდასთან ერთად ღერო შიშვლდება და იძენს პალმის ეგზოტურ იერს, წვერზე პრიალა ფოთლების კონით.

ნაყოფი სამბუდიანი კოლოფია, თითოეულ ბუდეში ერთი თესლით. ფართოდაა გავრცელებული ოთახის კულტურის სახით, მიღებულია უამრავი ჯიში, სხვადასხვა ზომისა და შეფერილობის ფოთლებით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია დასავლეთ და აღმოსავლეთ აფრიკისა და ცენტრალური ამერიკის ტროპიკებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამხრეთ და ცენტრალური ამერიკის ქვეყნებში ღრაცენას “ბედნიერების ხეს” უწოდებენ. თვლიან, რომ ასუფთავებს ატმოსფეროს მანე ენერგეტიკისაგან, მოაქვს წესრიგი, სიმშვიდე და ჯანმრთელობა.

გვარი *Dracaena* – ს სახეობების წვენი ადგილობრივი მოსახლეობის ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება კანის დაავადებებისა და კუჭის წყლულის სამკურნალოდ; ხმარობენ თმის შესაღებადაც.

სურნელოვანი გერანი, სურნელოვანი პელარგონიუმი
***Pelargonium graveolens* Alt.**
ოჯ. გერანიასებრი - Fam. Geraniaceae



მორფოლოგია: ბუჩქ-ბალახოვანი 0,5-1,5 მ-მდე სიმაღლის მცენარეა, ძლიერ დატოტვილი ღეროებით. ფოთოლი 5-7 ნაწილადაა თათისებრ დაყოფილი, გრძელი შებუსუსული ყუნწებით,

მოყვითალო-მომწვანო ფერისაა, ჯირკვლოვანი ბუსუსით მოფენილი. ყვავილი მრავალრიცხოვანია, შეკრებილია ფოთლისეულ უბეებში ქოლგისებრ ყვავილედად, გვირგვინის ფურცლები ვარდისფერია, წითელი შტრიხებით. ნაყოფი ხუთბუდიანია, თითოეულ ბუდეში ერთი თესლით, მთავრდება წაგრძელებული ნისკარტით, რომელიც ყარყატის ნისკარტს მოგვაგონებს. მთელი მცენარე ძლიერი სურნელით გამოირჩევა.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო სამხრეთ აფრიკაა. კულტივირებულია ეგვიპტეში, კონგოში, ჩინეთ-იაპონიაში, ცენტრალურ ამერიკაში, ევროპაში (ესპანეთი, იტალია, საფრანგეთი), რუსეთში. გერანიის ეთერზეთებს აწარმოებენ საფრანგეთში, ეგვიპტეში, ჩინეთსა და რუსეთში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: გერანი ეთერზეთების მიღების წყაროს წარმოადგენს, გამოიყენება მცენარის მიწისზედა ორგანოები (ფოთლები, ღერო, ყვავილები). გამოხდილი ზეთის შეფერილობა მომწვანო-მოყვითალოა, არომატი: თბილი, ზეთოვანი, ნეღლი, ყვავილოვანი, ფისის, ლიმონისა და ვარდის ნარევი სურნელის. შეიცავს ისეთ კომპონენტებს, როგორიცაა: ციტრონელი, გერანიოლი, ფენოლი, ეთილის ალკოჰოლი.

გამოირჩევა ფსიქო-ემოციური მოქმედებით, ამაღლებს გონებრივ და ფიზიკურ აქტივობას, აღადგენს ფსიქო-ემოციურ ჰარმონიას გადაღლილობისა და ნერვული გამოფიტვის დროს, აცილებს შიშის შეგრძნებას, არის საუკეთესო ანტიდეპრესანტი, აუმჯობესებს განწყობილებას, ხსნის არასრულფასოვნების კომპლექსს და სხვაზე დამოკიდებულებას, ჰაერს ბრწყინვალე არომატით ავსებს, ადამიანებს ანიჭებს სიმხნევეს და აძლიერებს ფიზიკურ ძალებს.

არომათერაპია: სახლის პირობებში გამოიყენება როგორც ეფექტური საშუალება ჭრილობების, დამწვრობის, წყლულების შესახორცებლად. შველის კანის ნეიროენდოკრინული ხასიათის პრობლემებს, დერმატიტს, პედიკულოზს. აუმჯობესებს კანის საერთო მდგომარეობას, ხელს უწყობს მისი ქსოვილების აღდგენით პროცესებს, ათეთრებს, არბილებს და აახალგაზრდავებს მშრალ კანს, სპობს ქერტლს.

როგორც სამკურნალო საშუალება ანტიკური დროიდანაა ცნობილი, შველის დიზენტერიას, ბუასილს, ანთებით პროცესებს, მენორეგიას. ხასიათდება ანტიკანცეროგენული, ანტიბაქტერიული, ანტიისეპტიკური, ანტივირუსული, გამაუმტკივნეული მოქმედებით; ხსნის შუა ყურისა და ცხვირ-ხახის ანთებას, აუმჯობესებს გულის კუნთის გამტარუნარიანობას, მიკროცირკულაციას, აქვეითებს არტერიალურ წნევას, ასტიმულირებს სისხლისა და ლიმფურ მოძრაობას, ამცირებს შაქრის დონეს სისხლში; ხასიათდება მატონიზირებელი, შარდმდენი, შემკვრელი და ჭიისმდენი ეფექტით, აჩერებს სისხლდენას, აწესრიგებს მენსტრუალურ ციკლს, ამსუბუქებს ორგანიზმის მდგომარეობას კლიმაქსის პერიოდში.

ძველ დროში ითვლებოდა საუკეთესო სამკურნალო საშუალებად, რომელსაც შეეძლო მოტეხილობებისა და კიბოს განკურნება. ძველი დროიდანვე უწოდებდნენ “ყელ-ყურ-ცხვირის ექიმს”, ვინაიდან ხსნის ტკივილებსა და ანთებით პროცესებს ამ ორგანოებში; ხელს უწყობს გულის კუნთის მიკროცირკულაციას, აცილებს იშემიას, ტახიკარდიას, სინუსურ არითმიას, არის მძლავრი გამაუმტკივნეული და შეშუპების საწინააღმდეგო საშუალება, აცილებს ნევრიტებს, ნევრალგიას, ხსნის ტკივილებს ართრიტის, მიგრენის, რევმატიზმისა და ნევრალგიის დროს, ასტიმულირებს ღვიძლისა და კუჭქვეშა ჯირკვლის ფუნქციებს, ხასიათდება სოკოების საწინააღმდეგო და ანტიპარაზიტული მოქმედებით.

გერანის ზეთი, რომელიც სურნელებით ვარდის ზეთს წააგავს იხმარება პარფიუმერიაში მთელი რიგი პროდუქტების დასამზადებლად (სუნამო, ოდეკოლონი, ტუალეტის წყალი, საპონი, პუდრი და სხვა კოსმეტიკური საშუალებები). გამოიყენება ლიქიორისა და არყის წარმოებაში, საკონდიტრო საქმეში ხილეულის ესენციების დასამზადებლად.

უკუქმედება: არ არის ტოქსიკური, არ იწვევს გაღიზიანებას, მაგრამ ზოგიერთ ადამიანში შეიძლება ალერგიული რეაქცია გამოიწვიოს. მისი გამოყენება ხანგრძლივი დროის მანძილზე არასასურველია (არაუმეტეს 3 კვირისა). არასოდეს არ უნდა მიიღოთ ზეთი უზმოზე!

სურნელოვანი ზეთის ხე, ოსმანთუსი
Osmanthus fragrans Lour.
ოჯ. ზეთისხილისებრნი - Fam. Oleaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე 10 მ-მდე სიმაღლის ხე ან ბუჩქი. ფოთლები ტყავისებრია, ელიფსური, მახვილი წვერით, კიდეებზე წვრილი კბილებით ან კიდეშლიანი, 10 სმ-მდე სიგრძის. ყვავილები სურნელოვანია, თეთრი, შეკრებილია ფარისებრ უბისეულ ყვავილედად, ყვავილის სიგრძე 1,5-2 სმ-ია. ნაყოფი ერთ თესლიანი კურკაა, 1,5 სმ სიგრძის, კვერცხისებრი. ყვ. VI-VIII; ნაყ. X-XI

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ჰიმალაი, ჩინეთი და იაპონიაა; იზრდება მთებში ზღ.დ. 3700 მ-მდე. ფართოდაა კულტივირებული.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ოსმანთუსს – “ყვავილოვანი ჩაის “ სახელით უძველესი დროიდან იყენებდნენ. ხასიათდება მკვეთრი, სასიამოვნო არომატით, გამოირჩევა გემოვნებით, სიძლიერით, სიმხნევითა და სიმკვრივით. ჩინელები ამ მცენარეს მთელ რიგ სამკურნალო თვისებებს აწერენ; ითვლება, რომ წმინდავს ორგანიზმს, ხელს უწყობს ტოქსინების გამოდევნას, წარმოადგენს გაახალგაზრდავების საშუალებას, ასტიმულირებს სისხლისძოძრობას, ნივთიერებათა ცვლას და უჯრედების მეტაბოლიზმს, რაც შესაბამისად ხელს უწყობს გახდომას და ზედმეტი კილოგრამების დაწვას, არის მსუბუქი ტკივილგამაყუჩებელი ეფექტის. შველის გაციებას, ყვავილის ზეთი

არბილებს ხველებას. მიიჩნევენ, რომ მთელი წლის განმავლობაში ნაყენის მიღება ადამიანს 5 წლით აახალგაზრდავებს., ხოლო 2 წლის მანძილზე – 10 წლით.

უკუქმედება: არ გააჩნია.

ტაბელა, პტერიისი – *Pteris cretica* L.
ოჯ. პტერიდასებრნი - Fam. Pteridaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი ბალახოვანი მიწისპირა მცენარეა, მოკლე მხოხავი დატოტვილი ფესურით (დაფარულია ჟანგისფერი ან ბაცი-ყავისფერი ქერქლებით), რომელთა ბოლოებიდან ვითარდება მაღალი წვრილი ღეროები; ფოთლები ფრთისებრია, 40-70 სმ სიგრძის, მწვანე, კიდეებზე ხეშეში ჯაგრით მოფენილი, მუქი-ყავისფერი სორუსები ფოთლებზე სიგრძივად განწყობილი, ყუნწი ბევრად მოკლეა ფოთლის ფირფიტაზე, მაგარია, მოყვითალო-ყავისფერი, უხვადაა მოფენილი ბაცი-ყავისფერი ქერქლებით, სეგმენტური ლაქები ვიწროსამკუთხა ფორმისაა.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია ახალი ზელანდიის, ტასმანიის, აფრიკის, იაპონიისა და სამხრეთ ამერიკის ტროპიკებსა და სუბტროპიკებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ცნობილია “ფრთიანი გვიმრის” სახელითაც. ოთახის კულტურაა, მეყვავილეების მიერ მრავალი კულტივარია გამოყვანილი, განირჩევა კონფიგურაციითა და შეფერილობით.

ხალხურ მედიცინაში მცენარის მიწისზედა ნაწილი გამოიყენება დიზენტერიის, ჰეპატიტის, სისხლდენების, შარდსადინარი სისტემის ინფექციებისა და ინტოქსიკაციის, გულის ტკივილების დროს. ნაყენი რეკომენდებულია სტომატიტის, კიბოს, გემატომის, ბუასილისა და ლიმფური კვანძების ანთებისას.

უკუქმედება: არ არის დადგენილი.

ტარო, კოლოკაზია – *Colocasia esculenta* (L.) Schott.

ოჯ. ნიუკასებრნი - Fam. Araceae



მორფოლოგია: პოპულარული ტროპიკული მრავალწლოვანი, 80-120 სმ-მდე სიმაღლის ბალახოვანი მცენარეა, ინვითარებს მსხვილ ტუბერს, რომელსაც სხვადასხვა დანიშნულებისამებრ იყენებენ. ფოთლები ფესვთანურია, მსხვილი, ტყავისებრი, მკვრივი, ფართოკვერცხისებრი, 30-50 სმ სიგრძის. ყვავილელი – ტაროა. ნაყოფი მრავალთესლიანი კენკრაა.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია ტროპიკულ რეგიონებში: ინდოეთის აღმოსავლეთ ნაწილში, ბირმაში, მალაიზიის ნახევარკუნძულზე, ფილაპინების კუნძულებზე, ჩინეთის სამხრეთით, სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიაში.

ტრადიციული ადგილსამყოფლების გარდა ფართოდაა კულტივირებული ოკეანიის კუნძულებზე.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ტაროს უძველესი დროიდან სხვადასხვა დანიშნულებისამებრ იყენებდნენ. ცნობილი იყო, რომ ტუბერის საკვებად გამოყენება ხსნის ტემპერატურას, ააქტიურებს კუჭ-ნაწლავის მოქმედებას, ამშვიდებს ანთებით პროცესებს და ამსუბუქებს ტკივილებს. საკვებად ტუბერთან ერთად გამოიყენება ღერო და ფოთლები მრავალი სახის ეროვნული კერძის დასამზადებლად.

ტუბერი უმთავრესად ნახშირწყლებს შეიცავს, მათგან დიდი რაოდენობით სასამებელს, აგრეთვე დექსტრინსა და შაქრებს, რომლებიც მას ანიჭებს სპეციფიურ მოტკბო გემოს, აღინიშნება ცილები, ცხიმები, უჯრედისი, გლუკოზა, სხვადასხვა არაორგანული შენაერთები, მინერალური მარილები, ვიტამინები (C, B₁, B₂) და სხვ. ლორწოვანი ნივთიერება მუცინი, რომელსაც ტუბერი შეიცავს გლიკოპროტეიდია, ანუ შაქრებისა და ცილების წარმოებულები, ის აჯანსაღებს ღვიძლსა და თირკმელებს, ასტიმულირებს ცილების გახლეჩვას, აჩქარებს უჯრედების ზრდას; სიბერის პროფილაქტიკური საშუალებაა. გარდა ამისა, მუცინი ანელებს ნახშირწყლების გადამუშავებას და შეწოვას, ამით აბრკოლებს ზედმეტი წონის დაგროვებას. აღნიშნული ნივთიერება მეტად ეფექტურია დისბაქტერიოზისა და ღიარეის პროფილაქტიკისა და მკურნალობისათვის, რაც გამოწვეულია ალკოჰოლის გადაჭარბებული მიღებით.

უკუქმედება: არ არის დადგენილი.

**ტეტრაკლინისი ან სანდარაკის ხე - *Tetraclinis articulata* Mast.
(=*Callitris articulata* (Vahl) Murb.; *C. quadrivalvis* Vent.)
ოჯ. კვიპაროზისებრნი - Fam. Cupressaceae**



მორფოლოგია: მარადმწვანე წიწვოვანი 6-15 მ სიმაღლისა და 35-45 სმ დიამეტრის დატოტვილი ხეა. წარმოქმნის ქოლგისებრ ფაშარ ვარჯს, დაფარულია ჯვარედინად განწყობილი ქერქლისებრი, მიჭყლებილი, წვრილი ფოთლებისაგან. ნაყოფები – გირჩები მცირე ზომისაა, 10-15 მმ სიგრძის, სქელი მერქნისებრი ქერქლებით, მომწიფებისას მწვანეა, მოგვიანებით ყავისფერი, ბურთისებრი. თესლები 5-7 მმ სიგრძისა და 2 მმ სიგანისაა, ფართო ფრთებით.

მონოტიპური გვარია ერთადერთი სახეობით, შეტანილია საერთაშორისო წითელ წიგნში. მცენარე ცნობილია “ბერბერიის ტუიას” და “სანდარაკის ხის” სახელითაც.

ისტორია და კულტურის გაგრძელება: ველურად იზრდება ჩრდილო-დასავლეთ აფრიკის მთიან რაიონებში, უმთავრესად ალჟირსა და მაროკოში, ესპანეთსა და კუნძულ მალტაზე, სადაც ეროვნულ სიმბოლოდ ითვლება.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: წარმოადგენს მნიშვნელოვანი ნივთიერების – რბილი ფისის ე.წ. “სანდარაკის ფისის” მიღების ძირითად წყაროს, რომელიც გროვდება ქერქის ფისოვან სათავსებში; ხის ბუნებრივი ნაბზარებიდან ან დასერილი ადგილებიდან ყვითელი წვეთების სახით გამოყოფილი სითხე, ჰაერზე სწრაფად შრება, გამჭვირვალეა, ბაცი ყვითელი ფერის,

მტვრევადი, ხასიათდება სასიამოვნო არომატით და მწარე გემოთი. შედგება უმთავრესად ფისოვანი მჟავებისაგან, ეთერზეთები მშრალ ფისში მცირეა. გამოიყენება მაღალი ხარისხის ლაქის დასამზადებლად.

არაბულ მედიცინაში იხმარება დიზინტერიის საწინააღმდეგო საშუალებად.

უკუქმდება: დაუღვენელია.

ტექის ხე – *Tectona grandis* L.
ოჯ. ცოცხანასებრნი - Fam. Verbenaceae



მორფოლოგია: 40 მ-მდე სიმაღლის მარადმწვანე ხეა, ნაცრისფერი ან მონაცრისფრო-ყავისფერი ტოტებით. ფოთლები ოვალურია, 15-45 სმ სიგრძისა და 8-23 სმ სიგანის, კიდემთლიანი, 2-4 სმ სიგრძის სქელი ყუნწებით. ყვავილობს ივნისიდან აგვისტომდე თეთრი სურნელოვანი ყვავილებით, რომლებიც შეკრებილია 25-40 სმ სიგრძისა და 30 სმ სიგანის საგველა ყვავილეებად; ყვავილი სუსტად პროტანდრიულია, მტვრიანები ბუტკოზე ადრე მწიფდება და მტვერი გამოიყოფა რამდენიმე საათით ადრე ყვავილის გაშლამდე, გვირგვინის მილი 2,5-3 მმ სიგრძისაა, ბლავი 2 მმ სიგანის ფურცლებით. ნაყოფი მრავალთესლიანი კოლოფია, მწიფდება სექტემბრიდან დეკემბერში, სფერულია, 1,2-1,8 სმ დიამეტრის.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია ინდოეთში, ინდონეზიაში, ბირმაში, ტაილანდში, მალაიზიაში, სუმატრასა და იავაზე. ფართოდაა კულტივირებული მშრალ სეზონიან ტროპიკული კლიმატის რაიონებში ცენტრალურ და სამხრეთ ამერიკაში, მიანმეში და სხვ.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ტექის ხის მერქანი მაგარია, მკვრივი, კარგი დასამუშავებელი; უძლებს თერმიტების დამშლელ მოქმედებას, ზღვის წყალს, ქიმიურ ზემოქმედებას და ძნელად ლპება. დიდად ფასობს გემომშენებლობაში, ნავსადგურის ნაგებობათა მშენებლობაში, საავჯო მრეწველობაში და სხვ. მერქანი გააქვთ ევროპაში.

ტრადესკანცია, ზებრინა - *Tradescantia zebrina* (Schinz) D. R. Hunt (syn. *Zebrina pendula*)

ოჯ. კომელინასებრნი - Fam. Commelinaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა, მხოხავი, თავწამოწეული ღეროებითა და მრავალი შებუსული ტოტებით, რომლებიც მუხლთმორისებში ფესვიანდება. ფოთლები მორიგეობითია, ტოტებზე გარშემორტყმული, ფართო-კვერცხისებრი, ოდნავ წაწვეტებული, შუა ძარღვზე მოწითალო-მწვანე, კიდეებზე ფართო სიგრძივი კვერცხლისფერი ზოლებით, ქვედა მხრიდან – იისფერი. ყვავილი წვრილია, ვარდისფერი ან მეწამული.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ტროპიკული მექსიკაა. გავრცელებულია ცენტრალურ ამერიკაში, ანტილიის კუნძულებზე.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ყველაზე ფართოდ გავრცელებული ოთახის მცენარეა. მისი პრეპარატები გამოიყენება კუჭ-ნაწლავის სხვადასხვა დაავადებების, ტუბერკულოზის, გაციებისა და ანგინის, პარადონტოზის სამკურნალოდ. ტრადიციულ მედიცინაში დაქუცმაცებულ ფოთლებს კომპრესების სახით სიმსივნეების, გემატომის, კოჟრების საწინააღმდეგოდ იყენებენ. ფოთლების ნახარში გამოიყენება კოლიტის, სისხლიანი ხველების, დიზენტერიის, დიაბეტის, საშვილოსნოდან სისხლდენის, გაციების, სახის ნევრალგიის სამკურნალოდ.

უკუქმედება: მკურნალობის დაწყებამდე მიმართეთ ექიმს.

**ტუნგოს ხე ჩინური – *Aleurites fordii* Hemsl.
ოჯ. რძიანასებრნი - Fam. Euphorbiaceae**



მორფოლოგია: ფოთოლმცვენი 5-8 მ სიმაღლის ხეა. ფოთლები მორიგეობითია, ტყავისებრი, შიშველი, გრძელყუნწიანი, გულისებრი ან ფართოკვერცხისებრი, 7-20 სმ სიგრძის. ყვავილები ერთსქესიანია, შეკრებილია ფაშარ ყვავილედად. ნაყოფი კურკისებრია, გლუვი, გრძელყუნწიანი, 6 სმ დიამეტრის, მუქი

ყავისფერი. თესლი მსხვილია, თესლის ბირთვი ზეთოვანია, სპილოს ძვლის ფერის.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია ცენტრალურ და დასავლეთ ჩინეთში და ჩრდილოეთ ვიეტნამში, კულტივირებულია ჩინეთში, ტროპიკული აზიის ქვეყნებში, აფრიკაში, სამხრეთ ამერიკაში, ანტალიის კუნძულებზე, ავსტრალიაში და ახალ ზელანდიაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ტუნგოს ზის თესლი 60%-მდე ტუნგოს ზეთს შეიცავს. გამოიყენება მაღალხარისხოვანი მინანქრების, ლაქების და საღებავების დასამზადებლად. უბადლო ნელეულად ითვლება ავიამშენებლობაში, გემთმშენებლობაში, ელექტროტექნიკურ, საავტომობილო, ტექსოვილების, რეზინის, ლითოგრაფიულ და კვების მრეწველობაში (საკონსერვო ქილების მფარავი ლაქი). საერთოდ, ამ პროდუქტს 80-მდე სხვადასხვანაირი გამოყენება აქვს.

თესლი შეიცავს 48-57% ცხიმოვან ზეთებს, რომლის 80% შედგება ელენოსტეარინის მჟავისაგან.

უნაბი - *Ziziphus jujuba* Mill.
ოჯ. ხეჭრელისებრნი - Fam. Rhamnaceae



მორფოლოგია: დატოტვილი 9 მ - მდე სიმაღლის ბუჩქია ან ხე, დაკუთხული - ხვეული ტოტებით, მოფენილია 3 სმ-მდე სიგრძის მახვილი ქაცვებით. ფოთლები ტყავისებრია, ფართო ლანცეტა ან

მოგრძო-კვერცხისებრი, თითქმის მჯდომარე, განწყობილია ორ რიგად წვრილ ყლორტებზე, რომელიც რთულ ფოთოლს მოგვაგონებს. ყვავილები წვრილია, მომწვანო, მსხვილ გორგლისებრ ყვავილედებად შეკრებილი, ხუთწევრიანი, ბუტკო ორად გაყოფილი სვეტით. ნაყოფი - სფერული ან მოგრძო კურკიანაა 4 სმ სიგრძისა და 2,5 სმ დიამეტრის, 45 გ წონის, მოწითალო-ყავისფერი ან ყვითელი პრიალა კანით, ხორცოვანი, ტკბილი, თეთრი ან ბაცი მწვანე მეზოკარპიუმითა და ქვისებრი გულით. წვრილნაყოფა ჯიშების რბილობი შეადგენს ნაყოფის წონის 74-89 %, მსხვილნაყოფებში - 97 %. ყვ. IV-V; ნაყ. VIII-IX.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ველურად იზრდება ავღანეთში, სირიაში, აზერბაიჯანში, ირანში, ინდოეთში, ჩინეთსა და იაპონიაში. უძველესი დროიდანაა კულტივირებული სამხრეთ და აღმოსავლეთ აზიაში, ევროპის სამხრეთით (ხმელთაშუაზღვეთი), იაპონიაში, ავსტრალიაში, სამხრეთ ჩინეთში. სადღეისოდ ჩინეთის სუბტროპიკულ რაიონებში ერთ-ერთი მთავარი ხეხილოვანი კულტურაა. მოჰყავთ ასევე პაკისტანში, ავღანეთში, ირანში, აშშ-ში, კავკასიასა და ცენტრალურ აზიაში. მიუხედავად იმისა, რომ უნაბის კულტურისათვის საქართველოს კლიმატური პირობები ხელსაყრელია, საკარმიდამო ნაკვეთებზე მხოლოდ მცირე ფართობებით შემოიფარგლება.

ცნობილია 400-მდე ჯიში, რომელთა უმრავლესობა ჩინეთშია გამოყვანილი და შემდგომ სხვადასხვა ქვეყანაში გავრცელდა.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ხეხილოვანი მცენარეა. ნაყოფები გამოიყენება საკვებად ნედლი, მშრალი და დაკონსერვებული სახით, აგრეთვე საკონდიტრო და სასმელების წარმოებაში.

ნაყოფის მშრალი რბილობი შეიცავს 40 მგ%-მდე ნახშირწყლებს, 5 მგ%-ზე მეტ პროტეინს, 1,5 მგ% ქარვის, ურზოლისა და ვაშლის მჟავებს, 5,8 მგ% პექტინოვან ნივთიერებებს, 2 მგ%-მდე ფისებს, 1,2 მგ% მთრიმლავ ნივთიერებებს, კუმარინებს, ფლავონოიდებს (კემპფეროლი, მირიცეტინი და სხვ.), ტრიტერპენებსა და ტრიტერპენულ გლიკოზიდებს, საპონინებს,

იზოქინოლინის ალკალოიდებს (სტეფარინს, აზიმილობანს); ნაყოფები მეტად მდიდარია ვიტამინებით (C - 1100 მგ% და P - 100-მდე მგ%); ფოთლებიც შეიცავს ვიტამინ C – ს უძველესი დროიდან ნაყოფები გამოიყენება აღმოსავლურ მედიცინაში. ხასიათდება დამამშვიდებელი, ჰიპოტენზური, დამარბილებელი, ამოსახველებელი, მატონიზირებელი, შარდმდენი და სასაქმებელი მოქმედებით. სამედიცინო პრაქტიკაში იხმარება შარდკენჭოვანი და შარდის ბუშტის ანთებითი პროცესების, ღვიძლის, ბრონქიტის, ტრაქეიტის, ყელის დაავადებების სამკურნალოდ; დადებითად მოქმედებს მაღალი არტერიული წნევის დროსაც.

თესლები ხასიათდება სედატური მოქმედებით; ფესვების ქერქის ნახარში ფალარათის საწინააღმდეგოდ გამოიყენება, ხოლო ფოთლებისა და ქერქის ნახარში ფილტვებისა და კანის დაავადებების დროს იხმარება.

უკუქმედება: ინდივიდუალური შეუთავსებლობა, ფეხმძიმობა; არასასურველია მისი მიღება ჰიპოტონიის დროს.

ფაცია – *Fatsia japonica* (Thunb.) Decne ex Planch.

ოჯ. არალიასებრნი - Fam. Araliaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე მერქნოვანი 3-6 მ-მდე სიმაღლის ბუჩქია. ღერო მაგარია, განტოტვილი. ახალგაზრდა ტოტები, კვირტები და ფოთლები აბლაბუდისებრი ბეწვითაა შებუსუსული.

ფოთლები მორიგეობით და სპირალურადაა განწყობილი, გრძელყუნწიანია, ტყავისებრი, მუქი მწვანე, ფოთლის ფირფიტა ღრმადია 8 ნაკვთად დანაკვთული, თითოეული მათგანი 7-9 სმ სიგანისაა, დავიწროებული წვერით, კიდეხერხებილია. ყვავილი ორსქესიანია, ხუთწვერიანი, გვირგვინის ფურცლები კრემისფერ-თეთრია, შეკრებილია რთულ 30 სმ დიამეტრის ქოლგისებრ ყვავილედად. ნაყოფი წვრილი მომრგვალო შავი კურკაა, 5 მმ-მდე დიამეტრის.

ისტორია და კულტურის გაგრძელება: ბუნებრივად გავრცელებულია იაპონიიდან კუნძულ ნანსეიმდე და კორეის ნახევარკუნძულის სამხრეთ რაიონებამდე. ზოგიერთ ტროპიკულ ოლქში, მაგ. ახალ ზელანდიასა და კუნძულ ხუან-ფერნანდოზე, სადაც კულტურაში მოჰყავდათ, გაველურდა. ტროპიკულ და სუბტროპიკულ ქვეყნებში ბალ-პარკების დამამშვენებელი ფრიად დეკორატიული მცენარეა; სხვა ქვეყნებში ოთახის კულტურის სახითაა ცნობილი.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ფესვები შეიცავს ეთერზეთებსა და მთრიმლავ ნივთიერებებს. სამკურნალო მიზნით გამოიყენება როგორც მატონიზირებელი და საერთოგამაძლიერებელი საშუალება; ამაღლებს ორგანიზმის იმუნურ თვისებებს; ქერქი ხელს უწყობს ნერწყვისა და შარდის გამოყოფას. არის კარგი ანალგეტიკი, გამოიყენება როგორც ტკივილგამაყუჩებელი საშუალება სახსრების ტკივილებისა და რევმატიზმის დროს. ხასიათდება ანტისეპტიკური თვისებებით, შველის კანის დაავადებებს; ასევე კურნავს გასტრიტს, უძილობას, მაღალ ნერვულ აღგზნებადობას. ფარმაცევტიულ მრეწველობაში ამზადებენ პრეპარატ "სეპარადი"-ს.

უკუქმედება: მთელი მცენარე შხამიანია!

ფეიზოა - Feijoa selloviana Berg.
ოჯ. მირტიცებრნი – Fam. Myrtaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე 2-5 მ სიმაღლის ბუჩქია ან მცირე ზომის ხე. ფოთლები ელიფსურია, 3-6 სმ სიგრძისა და 2-4 სმ სიგანის, სქელი, ტყავისებრი, ზედა მხარეს მუქი მწვანე, ქვედაზე – ქერისებრი შებუსვის გამო მოთეთრო შეფერილობის. ყვავილები 4 სმ-მდე დიამეტრისაა, 1-5 ცალად შეკრებილია ფოთლების უბებში; გვირგვინის ფურცლები თეთრია, შიგნიდან ვარდისფერი. ნაყოფი - კენკრაა, მუქი მწვანე, მოყვითალო, ხშირად მოწითალო გვერდით და ხორკლიანი ზედაპირით, ელიფსური ან კვერცხისებრი, 4-7 სმ სიგრძისა და 3-5 სმ სიგანის. თესლი მრავალრიცხოვანია, წვრილი. ყვ. IV; ნაყ. VIII-IX.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ველურად იზრდება სამხრეთ ამერიკის (ურუგვაი, პარაგვაი, ბრაზილიის სამხრეთი, არგენტინის ჩრდილოეთი) ტროპიკულ და სუბტროპიკულ რაიონებში. კულტურაში შეტანილია XIX ს-ის ბოლოს საფრანგეთში. პირველ ხანებში მცენარეს ნაკლებ ყურადღებას აქცევდნენ, მაგრამ მას შემდეგ, რაც XX ს-ის 20-იან წლებში ყირიმში ნიკიტის ბოტანიკურ ბაღში ბოტანიკოსების მიერ დადგინდა ნაყოფებში იოდის მაღალი შემცველობა, კულტურა პოპულარული გახდა. სადღეისოდ კულტივირებულია მრავალ სუბტროპიკულ ქვეყანაში, ყველაზე ფართოდ ხმელთაშუაზღვეთსა და აშშ-ში. მცირე რაოდენობით მოჰყავთ აზერბაიჯანში, საქართველოს შავიზღვისპირეთსა და ყირიმში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ხეხილოვანი კულტურაა. ნაყოფი მოტკბო-მომჟავოა, ანანასისა და მარწყვის არომატით, გამოიყენება ნელლი სახით, ამზადებენ შესანიშნავ მურაბას, ჟელეს, კომპოტს, ნაყენებს, ლიქიორებს. შეიცავს 5-14 მგ% შაქრებს, 1,5-3,5 მგ% მჟავებს, 50 მგ% C ვიტამინს, ფლავონოიდებს, ნახშირწყლებს, პექტინოვან ნივთიერებებს, იოდს, ეთერზეთებს ხასიათდება ანთების საწინააღმდეგო და შემომგარსავი მოქმედებით. ნაყოფებში გროვდება 0,6 მგ % იოდის წყალხსნადი შენაერთები, რის გამოც მას იყენებენ ფარისებრი ჯირკვლის დაავადებების პროფილაქტიკისა და სამკურნალოდ. ასევე სასარგებლოა - ათეროსკლეროზის, თირეოტიკოსის, ავიტამინოზის, რაქიტის დროს.

უაქმედება: გასტრიტი, კუჭ-ნაწლავის წყლულოვანი დაავადებები, თუმცა მცირე რაოდენობით მიღება დასაშვებია.

**ფეხფოთოლა - *Podophyllum peltatum* L.
ოჯ. კოწახურისებრნი – Fam. Berberidaceae**



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი 40-50 სმ სიმაღლის ბალახოვანი მცენარეა. ფესურა მხოხავია, გრძელი. ღერო მარტოულია, გლუვი, ბოლოვდება წვეროსეული ყვავილით. ღეროზე ვითარდება მხოლოდ ორი, იშვიათად სამი გრძელყუნწიანი თათისებრ დანაკეთული ფოთოლი, რომლებიც მიწის პირზე ფარისებრაა განლაგებული (აქედნაა მისი სახელწოდებაც),

მსხვილია, 30 სმ-მდე დიამეტრის. ცალკეული მცენარე ინვითარებს მარტოულ ღეროს ერთი თეთრი ფერის ყვავილით, ყვავილსაფარი შედგება ჯამის ორ-სამწვერიანი წრისა და 6-9 გვირგვინის ფურცლისაგან, მტვრიანა მრავალია და სამწვერიან წრებადაა განლაგებული. ნაყოფი მრავალთესლიანი ერთბუდიანი მომჟავო კენკრაა 5 სმ-მდე სიგრძის, კვერცხისებრი ფორმის, ყვითელი. ყვ. V; ნაყ. VIII.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად იზრდება ჩრდილოეთ აფრიკაში, კანადაში, სამხრეთ ამერიკის ტყესტების ზონაში, წიწვოვან ტყეებში. კულტივირებულია რიგ ქვეყნებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ძლიერ შხამიანი მცენარეა. სამკურნალო ნედლეული ფესურაა, შეიცავს ფისოვან ნივთიერებებს, ლიგნინებს (პოლოფილ-ლოტოქსინისა და პელტატინის წარმოებულები).

ფესურიდან და გვერდითი ფესვებიდან მიიღება ფისი, რომელიც მედიცინაში გამოიყენება როგორც მძლავრი კუჭის გამწმენდი საშუალება, არ გააჩნია შემდგომი გამამაგრებელი მოქმედება. მისი პრეპარატები იზმარება აგრეთვე ავთვისებიანი ახლადწარმონაქმნების, კონდილომას, ჰაპილომისა და კანის დაავადებების სამკურნალოდ.

უკუქმედება: უკუმაჩვენებელია რეცესიული ჰერპესის, ანთებითი კონდილომისა და სისხლიანი ჭრილობების დროს.

ფიზოსტიგმა - *Physostigma venenosum* Balf.
ოჯ. პარკოსანნი – Fam. Leguminosae (Fabaceae)



მორფოლოგია: ხვიარა 15 მ-მდე სიგრძის ლიანაა. ფოთლები რთულია, სამმაგვერცხისებრი, 7-15 სმ სიგრძის, წაგრძელებული მახვილი წვერით. ყვავილი კაშკაშა წითელია, შეკრებილია ჩაქინდრულ 15 სმ-მდე სიგრძის მტევნებად. ნაყოფი მუქი ყავისფერი პარკია 2-3 თესლით. თესლი თირკმლისებრ - ოვალურია, მოშავო, პრიალა, 3 სმ სიგრძისა და 2 სმ სიგანის.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივი არეალია დასავლეთ აფრიკის, ინდოეთისა და ბრაზილიის ტროპიკები.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ძლიერ შხამიანია. სამკურნალო ნედლეული თესლებია. შეიცავს ალკალოიდების ჯგუფს: ეზერინს, ეზერამინს, ეზერიდინს, გენეზერინს, იზოფიზოსტიგმინს, ფიზოვენინს, აგრეთვე ცხიმოვან და ეთეროვან ზეთებს; მათ შორის მთავარია ფიზოსტიგმინი (ეზერინი) - 1,5% და მეორე ალკალოიდი გენეზერინი - 0,1 %, რომლებიც განსაზღვრავს მის ფარმაკოლოგიურ მოქმედებას.

უშუალოდ თესლები გამოიყენება მხოლოდ ვეტერინარიაში ჭვლების მოსახსნელად. რაც მთავარია, წარმოადგენს შხამიანი ალკალოიდის – ფიზოსტიგმინისა და გენეზერინის მიღების წყაროს, რომლებიც ატროპინის ანტაგონისტებია, გამოიყენება გლაუკომის დროს თვალის გუგის შესავიწროებლად და თვალის შიდა წნევის დასაქვეითებლად.

ფიზოსტიგმინი იხმარება აგრეთვე ნერვულ-კუნთოვანი სისტემის სხვადასხვა დაავადებებისას (პარეზები, დამბლა, პოლიომიელიტი, სირნიგომიელია, გაფანტული სკლეროზი) კანქვეშ 0,1 % ხსნარის სახით.

უკუქმედება: ფიზოსტიგმინი უკუმაჩვენებელია ბრონქიალური ასთმის, ეპილეპსიის, გამოხატული ჰიპერკინეზის, ჰიპერტონიული დაავადებების, ათეროსკლეროზისა და გულის დაავადებებისას.

ფილანტუსი, ინდური ხურტკმელი, ამლა, ამალაკი
***Phyllanthus emblica* L. (syn. *Emblica officinalis* Gaertn)**
ოჯ. ფილანტასებრი - Fam. Phyllanthaceae



მორფოლოგია: ნახევრად ფოთოლმცვენი 18-30 მ სიმაღლის ხეა, მონაცრისფრო-ყავისფერი შეფერილობის ქერქით, რომელიც ადვილად იქერცლება. ფოთოლი წვრილია, მოგრძო, ნაზი, მახვილი წვერით, 1,25 -2 სმ სიგრძისა და 3 მმ სიგანის. საინტერესოა აღინიშნოს, რომ ფოთლების ცვენის პერიოდში, მათთან ერთად ტოტებიც ცვივა. ყვავილი მომწვანო-ყვითელია, შეკრებილია ტოტების ქვედა ნაწილებზე, ფოთლების ქვეშ მტევნისებრ ყვავილელებად, ყვავილობს მარტ-მაისში. ნაყოფი მრგვალია, ბაცი ყვითელი, ზოგჯერ მომწვანო-ყვითელი, გამჭვირვალე, 2,5-3,5 სმ დიამეტრის, მომჟავო- ხრამუნა წვნიანი რბილობითა და 6 წვრილი თესლით. მწიფდება ნოემბერ-თებერვალში.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო სამხრეთ-

აღმოსავლეთ აზიაა, ბუნებრივად იზრდება ინდოეთის ბევრი რაიონის ტყეებში, ჰიმალაიზე აღის ზღ.დ. 1300 მ სიმაღლემდე. ამჟამად კულტივირებულია ინდოეთში, სამხრეთ ჩინეთში, პაკისტანში, ტაილანდში, მალაიზიაში, ბანგლადეშსა და შრი-ლანკაზე.

ჩრდ. ინდოეთში უწოდებენ ამლას, დასავლეთ ბენგალიასა და ორისში ამალაკს. ინდოეთში მიაკუთვნებენ “წმინდა ხეთა” რიცხვს, მას ეთაყვანებოდნენ როგორც მიწის დედას, სწამდათ, რომ ნაყოფების მაღალი ყუათიანობიდან გამომდინარე შექმლო კაცობრიობის სრულად გამოკვება.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ნაყოფები ინდოეთის ზოგიერთი რეგიონის საკვების მნიშვნელოვანი წყაროა, იყენებენ ნედლი სახით, ამზადებენ მურაბებს, წვენებს, გამაგრილებელ სასმელებს, ამარილებენ ცხიმთან და სანელებლებთან ერთად. მცენარის ყველა ნაწილი – ნაყოფი, ფოთლები, ყვავილები, თესლი, ქერქი, ფესვები - სამკურნალო თვისებებით გამოირჩევა.

მისი საოცარი სამკურნალო თვისებები ინდოეთში ცნობილი იყო ახ.წ.აღ.-მდე რამდენიმე ასეული წლების წინ. დაახლოებით 50 წლის წინათ მიაკვლია მას დასავლეთის მედიცინამ, მრავალმხრივი სამეცნიერო გამოკვლევების შემდეგ კი საპატიო ადგილი დაიკავა დასავლურ ფარმაკოპეაში.

უმთავრესი ადგილი უკავია აიურ-ვედასა და იუნანის მედიცინაში და შედის აიურ-ვედას ბალახების “ოქროს რიგში”; მიეკუთვნება მირობალანების მცენარეთა ჯგუფს, რომლებიც ცნობილია ანტიოქსიდანტების მაღალი შემცველობით, მათ შორის კი ყველაზე ძლიერ გამაახალგაზრდავებელ მცენარედ მიიჩნევენ. მისი ნაყოფები ასკორბინის მჟავის ყველაზე მდიდარი ბუნებრივი წყაროა, 100 გ რბილობი 800 მგ-ს შეიცავს, 30-ჯერ უფრო მეტს ვიდრე ფორთოხალი და 1,5-ჯერ მეტს ასკილთან შედარებით. გამოვლენილია აგრეთვე ბიოფლავონოიდები და კაროტინოიდები, რომლებიც ასკორბინატებთან ერთად ანტიოქსიდანტური თვისებებით ხასიათდება. კატეხინებთან ერთად ანტიოქსიდანტები

აფერხებს ათეროსკლეროზისა და ორგანიზმის სხვადასხვა

იმუნური დარღვევების განვითარებას. ნაყოფები შეიცავს ნივთიერებებს, რომლებიც ახდენს ერთროპროტეინის გამოშვების სტიმულრებას, რისი წყალობითაც ადრიდანვე ანემიის სამკურნალოდ გამოიყენებოდა. მცენარის გლიკოზიდები და საპონინები ახდენს ნაწლავების ფუნქციის ნორმალიზებას, აცილებს ყაბზობას, მეტეორიზმს, ნაწლავების ჭვლებს. მათში გამოვლენილია ბუნებრივი ანტიესპტიკები, რომლებიც ამუხრუჭებს ნაწლავებისა და სასქესო გზების პათოგენური მიკროფლორის ცხოველმოქმედებას.

ნაყოფები ანტიოქსიდანტურ თვისებებთან ერთად იმუნომოდულირების ეფექტით გამოირჩევა, ახდენს ჰემოგლობინის სინთეზს, ამაღლებს მის რაოდენობას, აუმჯობესებს სისხლის წითელი ბურთულაკების გამოყოფას, წმინდავს ღვიძლს, სისხლს, ნაწლავებს, არეგულირებს შაქრისა და ქოლესტერინის დონეს სისხლში, ამაგრებს კბილებს, თმებსა და ფრჩხილებს, აშორებს ქერტლს, აფერხებს ნაადრევი ჭლარის წარმოქმნას; ანთების საწინააღმდეგო ძლიერი საშუალებაა, სასარგებლოა ბუასილის, გასტრიტის, კოლიტის, თვალის დაავადებებისას, განსაკუთრებით შველის თვალის ანთებით პროცესებს, ახდენს ახლომხედველობის აღმოფხვრას, ხშირად იყენებენ კატარაქტის დროს, არის ძლიერი ინჰიბიტორი თავისუფალი რადიკალების, რომლებიც კატარაქტის წარმოქმნის მიზეზია, აძლიერებს იმუნიტეტს, ადადგენს და იცავს ახალ ქსოვილებს, არის მატონიზირებელი საშუალება.

ნელლი ფოთლები, ისევე როგორც ქერქი შემკვრელი და ქარმდენი მოქმედებით გამოირჩევა.

ამლა უმნიშვნელოვანესი ინგრედიენტია აიურ-ვედას მიერ გამოშვებული უამრავი სამკურნალო თუ კოსმეტიკური პრეპარატების, ექსტრაქტების, ზეთების, საპნებისა და შამპუნების. ამ მცენარეს ასევე წარმატებით იყენებს ჩინური ტრადიციული მედიცინა.

უკუქმედება: არ გააჩნია.

ფილოკარპუსი – *Pilocarpus pennatifolius* Lem.
ოჯ. ტეგანისებრნი – Fam. Rutaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე 2-4 მ სიმაღლის ბუჩქი ან მცირე ზომის დატოტვილი ხეა. ქერქი და ტოტები დაფარულია ჩამოცვენილი ფოთლების ნაჭდევებით; ფოთლები მოკლე ყუნწიანია, მორიგეობითი, ლანცეტა ან მოგრძო ფორმის, კენტფრთართული, უმთავრესად 3-4 ფოთოლაკიანი, გლუვი, ტყავისებრი. ყვავილობს ზამთარ-ადრე გაზაფხულზე, ყვავილები წვრილია, ყავისფერი შეფერილობის მეწამული ელფერით, შეკრებილია გრძელ, მრვალყვავილიან ყვავილედებად. ნაყოფი კოლოფია, შავი პრიალა თესლებით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო არგენტინა და ბრაზილიაა. კულტივირებულია სამხრეთ და ცენტრალურ ამერიკაში, დასავლეთ საქართველოში - აჭარასა და აფხაზეთში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ფარმაკოლოგიაში ფოთლები გამოიყენება, რომლისგანაც მიიღება სამკურნალო პრეპარატი პილოკარპინი, ხასიათდება ნაღველმდენი, ოფთალმოლოგიური, დამამშვიდებელი, ძლიერი ოფლმდენი მოქმედებით.

ტრადიციულ მედიცინაში გამოიყენება ოფთალმოლოგიაში, უფრო

ზშირად გლაუკომის შემთხვევაში. პრეპარატი ხანგრძლივი მოქმედებისაა, კოფეინის დონის, შეიძლება გამოყენებულ იქნეს გამამხნეველ და გამახალისებელ საშუალებად, იწვევს დამამშვიდებელ მოქმედებას, ანელებს გულისცემას და არეგულირებს პულსაციას; რეკომენდებულია სისხლის წნევის დასაქვეითებლად.

უკუქმედება: უკუმაჩვენებელია ფეხმძიმე ქალებისათვის.

ფინიკის პალმა – Phoenix dactylifera L.
ოჯ. პალმები (პალმისებრნი) - Fam. Palmae (Palmaceae)



მორფოლოგია: ფინიკის პალმა ერთადერთი გვარის ფინიქის (Phoenix L.) წარმომადგენელია. ინვითარებს 35 მ-მდე სიმაღლისა და 50 სმ დიამეტრის მარტოულ კარგად განვითარებულ ხის ტანს, წვერზე მსხვილი მარაოსებრი ფოთლებით. მცენარე ორსახლიანია, ცალსქესიანი, ქართ დამამტვერიანებელი. ყვავილები შეკრებილია მსხვილ ყვავილელებად, მაგ. მდელრობით ყვავილელებში შეიძლება თავმოყრილი იყოს 10000-მდე ყვავილი. საკმარისია ერთი მამრობითი მცენარე, რათა მოხდეს 100 მდელრობითი ეგზემპლარის დამტვერვა. პირველად ფინიკურ პალმაზე, ჯერ კიდევ 3-4 ათასი წლის წინათ ასირიელების მიერ იქნა გამოყენებული ხელოვნური დამტვერვა. ნაყოფი ერთთესლიანი წვნიანი კენკრაა წაგრძელებული ფორმის, 7,5 სმ სიგრძისა და 2,5 სმ დიამეტრის. თესლი მსხვილია, მოგრძო, მაგარი გარსით. ერთი პალმა იძლევა 100 კგ-მდე ნაყოფს. არაბულ

ქვეყნებში არჩევენ ნაყოფის მომწიფების ოთხ სტადიას: კიმრი – ნაყოფი ჯერ მწვანეა; ხალაბ – მოწითალო-ყვითელი ფერისაა; რუტაბ – წვერი იწყებს დარბილებას; ტამარ – ფინიკი “რბილია” ყავისფერი შეფერილობის. ყველაზე სასარგებლო საკვები ღირებულება ფინიკებს ხალიბის სტადიაში აქვთ და არაბების მიერ სწორედ ამ დროს გამოიყენება. თუმცა ევროპელებისათვის ის ზედმეტად მწკლარტეა, რის გამოც საექსპორტოდ აგროვებენ სრულად მომწიფებულ ნაყოფებს.

ისტორია და კულტურის გაგრცვლება: ცნობილი რუსი ბოტანიკოსის პ. ჟუკოვსკის განმარტებით –“კულტურული მცენარეების ისტორიაში უძველესი დროიდან დაწყებული, ერთ-ერთი უდიდესი მონაპოვარია ფინიკის პალმის გამრავლება. მან შესაძლებელი გახდა უდაბნოებში ცხოვრება, განსაზღვრა ოაზისის მიწათმოქმედების ტიპი, არაბეთის, ეგვიპტის, ნუბიისა და ბერბერიის გეოგრაფიული ლანდშაფტის ტიპი; ის იყო და არის ამ ზონის ღარიბი მოსახლეობის პური. იქ ვერცერთი მცენარე ვერ შეძლებდა ნაყოფმსხმოიარობას, თუ არა ფინიკის პალმა, რომელიც უდაბნოების ერთადერთი ხეა, მან შექმნა დამცავი მწვანე საფარი, რომლის ჩრდილქვეშ შესაძლებელი გახდა მარცვლოვნების, ზოგიერთი ბოსტნეულისა და ბალჩეული კულტურების მოყვანა. ამდენად ფინიკის მეშვეობით მემცენარეობას დაეთმო უდიდესი ტერიტორიები”.

მცენარის წარმოშობა დაუდგენელია. მისი კულტურა ათასეული წლების სიღრმეში გადადის. მეცნიერთა ყვლაზე ფრთხილი გამოკვლევებით ფინიკი მოჰყავდათ ახალ ერამდე 3500 წლით ადრე ირანის, ეგვიპტისა და საუდის არაბეთის თანამედროვე ტერიტორიებზე.

ამერიკაში შეტანილ იქნა ესპანელი მისიონერების მიერ ამ კონტინენტის აღმოჩენის შემდეგ, თუმცა იქ მისი სამრეწველო კულტურა XX ს-ის დასაწყისიდან ვითარდება.

ამჟამად გაგრცვლებულია ვებერთელა ტერიტორიებზე ჩრდილოეთ აფრიკის ატლანტური სანაპიროებიდან დაწყებული სპარსეთის ყურემდე, შემდეგ - ინდოეთში მდინარე განგამდე, ჩრდილოეთ და სამხრეთ ამერიკაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: 100 გ ნაყოფების საკვები ნაწილის ენერგეტიკული სარგებლობა 142-274 კალორიას შეადგენს, მშრალის – 340 კალორიას. ნაყოფები შეიცავს 40,0-77,5% მშრალ ნივთიერებებს, 26-55% შაქრებს, უმთავრესად გლუკოზასა და ფრუქტოზას, 0,9-2,9% ცილებს, 0,3-1,9% ცხიმებს, 1,7-6,5% უჯრედისს, 1,0-1,9% ნაცრებს, რომლებიც წარმოდგენილია ფოსფორით (30-350მგ/100 გ), კალციუმით (34-60 მგ/100გ), რკინით (0,7-6,0 მგ/100გ), კალიუმით (700 მგ/100გ), ნატრიუმით (1მგ/100გ). ნაყოფების ვიტამინების კომპლექსი შედგება ბეტაკაროტინის (30-145 მგ/100გ), B₁ (0,07 – 0,09 მგ), B₂ (0,05-0,1 მგ), B₅ (0,1-2,2 მგ), C (30 მგ-მდე)-გან. თესლები შეიცავს საშუალოდ 23,2% ცხიმოვან ზეთებს და 5,8% ცილებს. ფინიკი მდიდარია შეუცვლელი ამინომჟავით ტრიპტოფანით, რომელიც აუცილებელია ტვინის ოპტიმალური ფუნქციონირებისა და ნორმალური ფსიქიური მდგომარეობის შესანარჩუნებლად, განსაკუთრებით ასაკოვან ასაკში. ტრიფტოფანი აფერხებს დაბერებას, ხასიათდება დამამშვიდებელი და დასაძინებელი რბილი მოქმედებით. მეორე ამინომჟავა - გლუტამინი აფერხებს კუჭის ძმარვას, ანეიტრალებს კუჭის სიმჟავეს. რეკომენდებულია გადაღლილობის, სტრესის, გონებრივი დაძაბულობის, გულ-სისხლძარღვთა და მძიმე დაავადებების შედგომ პერიოდებში.

ფინიკი შედიოდა ძველი არაბული რეცეპტების შემადგენლობაში, იხმარებოდა კუჭის დაავადებებისა და ყაბზობის დროს.

უკუქმედება: არ არის რეკომენდებული შაქრიანი დიაბეტით და კუჭით დაავადებულთათვის.

ფოთოხალი - *Citrus sinensis* (L.) Osb.
ოჯ. ტევანისებრი - Fam. Rutaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე 7-12 მ სიმაღლის ხეა, ეკლიანი ყლორტებით. ფოთლები მარტივია, ვიწროფრთიანი ყუნწით, ოვალური, იშვიათად მოგრძო, მახვილი, მუქი მწვანე. ყვავილები მარტოულია ან მცირერიცხოვან მტევნებად ან ფარისებრ ყვავილეებად შეკრებილი. ჯამი 0,5 სმ დიამეტრისაა. გვირგვინის ფოთოლაკები თეთრია, 20-25 მტვრიანით. ნაყოფი ნარინჯისფერია, გლუვი ან ხორკლიანი ქერქით, 10 სმ-მდე დიამეტრის. რბილობი მომჟავო-მოტკბოა, ნარინჯისფერი, თესლიანი ან უთესლო. თესლი ხშირად მრავალჩანასახოვანია. ყვ. IV-V; ნაყ. X-XI.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ველურად არ გვხვდება. კულტურაში შეტანილია სამხრეთ და სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიაში ახალ ერამდე დიდი ხნით ადრე როგორც სამკურნალო მცენარე. ჩინეთში მოშენებული იყო ახ.წ.აღ.-მდე 2200 წლის წინ. ევროპაში პორტუგალიელების მიერ XV ს-ში ვრცელდება. XVIII ს-დან თანდათანობით იპყრობს მთელ სამხრეთ ევროპას. ამერიკაში, კუნძულ გაიტზე მოხვდა ამერიკის ნაპირებზე კოლუმბის მეორე მოგზაურობისას 1493 წ. კულტივირებულია სუბტროპიკული კლიმატის ყველა ქვეყანაში. მსოფლიოში ნარგავების საერთო ფართობი 0,5 მილიონ ჰა შეადგენს, მათ შორის პირველი ადგილი უკავია აშშ, მეორე – ბრაზილიას, შემდეგ ესპანეთს, იტალიასა და იაპონიას.

საქართველოში ფორთოხლის მოშენება დიდი ხნის წინათ დაიწყო.

თუმცა მისი კულტურა მრავალჯერ წყდებოდა, პერიოდული მკაცრი ზამთრებისა და უამრავი დამპყრობლების თავდასხმების შედეგად. XIX ს-ის 40-იანი წლებიდან კვლავ აღორძინდა ფორთოხლის კულტურა შავი ზღვის სანაპიროზე გაგრიდან ბათუმამდე.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ერთ-ერთი ყველაზე მნიშვნელოვანი და პოპულარული პროდუქტია მსოფლიოში. ნაყოფებს იყენებენ ნელლი და გადამუშავებული – წვენების, კომპოტებისა და მურაბების სახით. განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია ფორთოხლის წვენი, რომელიც რბილობის მსგავს ნივთიერებებს შეიცავს და მშვენივრად შენარჩუნდება. ნაყოფების კანი გამოიყენება ცუკატების, უალკოჰოლო სასმელების დასამზადებლად, ეთერზეთებისა და მჟავების მისაღებად. ყვავილებისა და ფოთლებისაგან მიიღება ეთერზეთები, რომლებსაც პარფიუმერიულ წარმოებაში იყენებენ.

რბილობი შეადგენს ნაყოფის წონის 70 %, შეიცავს 6-8 მგ% შაქრებს, 1-2 მგ% ლიმონის მჟავას, ვიტამინებს (C - 65 მგ%, B₁, B₂, PP, კაროტინს), პიგმენტებს, პექტინოვან ნივთიერებებს, კალიუმის, კალციუმის, ფოსფორის მინერალურ მარილებს. ნაყოფის ქერქში აღინიშნება შაქრები, მცირეოდენი მჟავები, პექტინოვანი ნივთიერებები, ეთერზეთები, ვიტამინ P, ფიტონციდები.

ხასიათდება მადის აღმძვრელი, საჭმლის მონელების გამაუმჯობესებელი, მსუბუქი მატონიზირებელი, ნივთიერებათა ცვლის მომწესრიგებელი ფარმაკოლოგიური მოქმედებით.

აუმჯობესებს საჭმლის მონელებასა და ნაწლავების მოქმედებას, ხელს უწყობს მავნე ნივთიერებების გამოყოფას, ლაზობის პროცესების შემცირებას. სამედიცინო პრაქტიკაში გამოიყენება ჰიპო და ავიტამინოზების, დაბალი სიმწვავით მიმდინარე გასტრიტის, ნიკრისის ქარის, ათეროსკლეროზის, გულის იშემიური დაავადების, ჰიპერტონიის, ყაბზობის, შარდკენჭოვანი დიათეზის, დიაბეტის, ღვიძლის დაავადებების პროფილაქტიკისათვის.

უაუქმელება: კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულოვანი დაავადებები, მაღალი სიმჟავით მიმდინარე გასტრიტი.

ფსტა – Pistacia vera L.
ოჯ. თუთუბოსებრნი – Fam. Anacardiaceae



მორფოლოგია: ფოთოლმცვენი 7 მ-მდე სიმაღლის ხეა ან ბუჩქი, მორიგეობითი, კენტფრთხარითული ტყავისებრი ფოთლებით, რომლებიც შედგება 3-5 ელიფსური ფოთოლაკისაგან. მცენარე ორბინიანია; ყვავილელი - საგველაა; ყვავილები წვრილია, ცალსქესიანი, მარტივი ერთ - ხუთწევრიანი (9-მდე) ყვავილსაფრით; მამრობითი ყვავილები 5-6 მტვრიანია, მდეღობითი - ზედა ნასკვიანი ბუტკოთი და სამადგაყოფილი სვეტით. ნაყოფი – კვერცხისებრი კურკაა 2 სმ-მდე სიგრძისა და 1 სმ სიგანის, საკმაოდ თხელი მოწითალო ნაყოფსაფრით (რომელიც ადვილად სცილდება მწიფე ნაყოფებს) და მაგარი შიდანაყოფით (კურკა), რომელიც კულტურულ მცენარეებში მომწიფებისას ხშირად სკდება და ჩნდება მასში მოთავსებული მომწივანი თესლი. კაკლის წონა 5,5-15,5 გ, თესლს კაკლის წონის 32-55 % უკავია. ყვ. IV-V; ნაყ. IX.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ველურად იზრდება შუა აზიაში, ირანსა და ავღანეთში. კულტივირებულია ბუნებრივი არეალის ფარგლებში დაახლოებით 2000 წლის წინათ. ახალი ერის I ს-ში ვრცელდება ევროპაში, ჯერ იტალიასა და საბერძეთში, შემდეგ ხმელთაშუაზღვეთის სხვა ქვეყნებში. XIX ს-

ში შეტანილ იქნა აშშ-ში, კულტურისათვის განსაკუთრებით შესაფერისი კალიფორნიის კლიმატური პირობები აღმოჩნდა. სადღეისოდ შედარებით დიდი ფართობები უკავია იტალიაში, სირიაში, ირანში, ჩრდ. ინდოეთში, თურქეთსა და ერაყში. XVIII ს-ის ბოლოსა და XIX ს-ის დასაწყისში ვრცელდება სომხეთში, აზერბაიჯანსა და მოლდოვაში. ბუნებრივი არეალის ფარგლებში (შუა აზია) მან ჯერ ვერ კპოვა განვითარება, ბოლო პერიოდში ტაჯიკეთში მიმდინარეობს სამუშაოები ამ მიმართებით.. ნაყოფების ყოველწლიური მსოფლიო მოსავლიანობა შეადგენს 25 ათასამდე ტონას.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: მნიშვნელოვანი კაკლოვანი კულტურაა. თესლები საკვებად გამოიყენება ნედლი, მოხალული და დამარილებული სახით, ტორტების, ნამცხვრების, შოკოლადისა და სხვა საკონდიტრო წარმოებაში, უმატებენ ყველსა და ძეხვეულს. თესლებიდან მიღებული ზეთი არ ჩამოუვარდება ზეთისხილის ზეთს, გამოიყენება სასურსათო და სამრეწველო წარმოებაში ძვირფასი ლაქის მისაღებად. კოპტონი შინაური ცხოველების საკვებად იხმარება. გადამწვარ ნაყოფებს ყავის სუროგატად იყენებენ.

თესლები შეიცავს 68 მგ% ცხიმებს, 17 მგ% ცილებს, B ჯგუფისა და E ვიტამინებს, მიკროელემენტებს (Ca, K, Mn, Cu, Se, Zn), ბიოტინს, ნიაცინს, ტანინებს, ფიტოსტერინებს.

ძველი ქართული წყაროების თანახმად სამკურნალო მიზნებისათვის უმთავრესად იყენებდნენ თესლს, ზეთსა და ქერქს. შარდის შეუკავებლობისას უკეთებდნენ ზეთიან ოყნას; მას ხმარობდნენ გულმკერდის, თირკმელებისა და ხველებით გამოწვეული ტკივილების დროს მტკივნეული ადგილების დასაზელად; თესლს მიიჩნევდნენ ჭიის საწინააღმდეგო საშუალებადაც.

სასარგებლოა გულ-სისხლძარღვთა სისტემის პრობლემებისა და შაქრიანი დიაბეტის დროს; სისხლში შაქრისა და ქოლესტერინის დონის დასაწევი ოპტიმალური ნორმაა 15-20 ნაყოფი დღეში. შველის სასუნთქი სისტემის დაავადებებს, ტუბერკულოზს, პირის ღრუს სხვადასხვა ინფექციებს; ხელს უწყობს ტვინის უჯრედების გააქტიურებას, მხედველობის შენარჩუნებას, ხსნის მუდმივი ფიზიკური დაღლილობის სინდრომებს, ამსუბუქებს ღვიძლს;

დადგენილია, რომ 30 გ-მდე მისი მიღება ადამიანს ააცდენს იმპოტენციას, გულ-სისხლძარღვთა დაავადებებს, სიმსუქნეს.

ფოთლები შეიცავს 10 მგ%-მდე მთრიმლავე ნივთიერებებს, რის გამოც გამოიყენება მთრიმლავე ექსტრაქტების (რომელსაც ტყავის წარმოებაში იყენებენ) და სამედიცინო ტანინების მისაღებად. სამედიცინო პრაქტიკაში მას იყენებენ დამწვრობის, წყლულების, ნაწოლების, პირის ღრუს ანთებითი პროცესების სამკურნალოდ.

უკუქმედება: დადგენილია, რომ თესლში შემავალი ცილები წარმოადგენს რა მძლავრ ალერგენს, იწვევს კანზე გამონაყარებს, ხველას, საკვებმომწელებელი სისტემის პრობლემებს, რის გამოც დაუშვებელია საკვებად 30 გ-ზე მეტის გამოყენება.

**ფუნთუშა, მსუქანა – *Sedum sieboldii* Sweet.
ოჯ. მსუქანასებრნი - Fam. Crassulaceae**



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი ღეროფოთლოვანი 40-80 სმ სიმაღლის ბალახოვანი ფოთოლმცვენი მცენარეა. მისი გასქელებული ფესვებიდან ვითარდება მრავალრიცხოვანი, მხოხავი, წვრილი, მოწითალო შეფერილობის ღეროები, წარმოქმნის ხალიჩოვან რაყებს. ფოთლები მჯდომარეა, მომრგვალო, ხერხკბილა, სქელი, წვნიანი, ლეგა-მოციფრო შეფერილობის, 3-3 ცალად რგოლებად შეკრებილი. უხვად ყვავილობს, ყვავილები წვრილია, ვარდისფერი, შეკრებილია ქოლგისებრ-ფარისებრ

ყავილელებად. ნაყოფი შეკრებილია ხუთნაკვითანი ფოთლურის სახით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო იაპონიაა. კულტურაში გამოიყენება როგორც ამპელური მცენარე.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ტრადიციულ მედიცინაში ფოთლები და ფესვები გამოიყენება ბიოსტიმულატორების დასამზადებლად, რომელსაც უნიშნავენ კომპლექსურ თერაპიაში ნივთიერებათა ცვლის დარღვევებისა და ქსოვილების რეგენერაციისათვის. ასევე იხმარება ბრონქიტის, პნევმონიის, ჰეპატობილიარული სისტემის დარღვევების, ლორწოვანი გარსის ატროფირებული პროცესებისას.

იყენებენ სტომატოლოგიურ პრაქტიკაში და ქირურგიაში, რთულად შესასორცებელი ჭრილობების, ტროფიკული წყლულების დროს, იშვიათად - წნევის დასაწევად.

უკუქმედება: მცენარე შხამიანია! შინაგანი გამოყენებისას დოზების გადაჭარბება საფრთხილია.

**ფუფალა - *Areca catechu* L.
ოჯ. პალმისებრი – Fam. *Arecaceae* (*Palmae*)**



მორფოლოგია: 20 მ-მდე სიმაღლისა და 20-30 სმ დიამეტრის პალმა დაუტოტავი სწორი ტანით, დაფარულია რგოლური ნაჭდევებით, რაც რჩება ფოთლების დაცვენის შემდეგ. ფოთოლი ფრთისებრთულია 1,5-2 მ სიგრძის, ფოთლისეული ვაგინით ხის ტანზეა შემორტყმული, პალმის წვერზე წარმოქმნის ფოთლების

ე.წ. “მწვანე კონუსს”; ასაკოვანი პალმები ჩვეულებრივ 8-12 ფოთოლს ინვითარებს. ყვავილები ერთსქესიანია, მოთეთრო-კრემისფერი; მდებრობითი ყვავილები ხის ქვედა მხარეს საგველასებრ ყვავილედააა შეკრებილი, მამრობითი ყვავილეები წვერთან ახლოს ვითარდება. ჯვარედინდამატვერიანებელი მცენარეა. ნაყოფი ნარინჯისფერი ან წითელი ელიფსური კურკაა ბოჭკოვანი მეზოკარპიუმითა და მსხვილი კურკით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად იზრდება ეკვატორიალურ და სუბეკვატორიალურ ზონებში, სამხრეთ და სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიაში, სამხრეთ ჩინეთში, დასავლეთ ოკეანეთში და აღმოსავლეთ აფრიკაში. კულტივირებულია მაღაის არქიპელაგის კუნძულებსა და ინდოეთში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიის ქვეყნებში ფოთლებს ნაყოფთან ერთად საღებავად ხმარობენ. ფოთლები ანტისეპტიკური თვისებებით ხასიათდება. შეიცავს 0,5% ძირითად ალკალოიდს – არეკოლინსა და 0,1%-მდე სხვა ალკალოიდების ნარევს (არეკუადინი, გუვაკინი, გუვაკოლინი). არეკოლინი უფერო, ზეთოვანი სითხეა, რომელიც დღეს 209⁰ ტემპერატურაზე, ძლიერი ბუნებრივი ანტიკლემინტია, ხასიათდება მატონიზირებელი მოქმედებით, სწორედ ის აძლევს ფსიქოტროპულ თვისებებს მას. ნაყოფებში მთრიმლავი და საღებავი ნივთიერებებიც აღინიშნება.

ხმარობენ ქსოვილების შავ და წითელ ფერებად შესაღებად. დაფქვილი ნაყოფები გამოიყენება მედიცინასა და ვეტერინარიაში სოკოვანი და პროტოზოული წარმოშობის კანის დაავადებების, ფაღარათისა და მუცლის ჭიების საწინააღმდეგოდ. რესპირატორული დაავადების სამკურნალოდ იყენებენ ფუფალას ზეთს (ინგალიაცია, პირის გამოვლება).

თესლები შედის საღებავი მასის “ბეტელის” შემადგენლობაში, რომელიც სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიის მოსახლეობის მიერ ფართოდ იხმარება მოსაწვევად თამბაქოს მაგიერ, ხასიათდება მატონიზირებელი მოქმედებით.

უაუქმედება: ხშირი გამოყენება იწვევს პირღებინებას, თავბრუსხვევას, ფაღარათს, კრუნჩხვებს, ირღვევა ნერვული

სისტემა, წარმოიქმნება ნარკოლოგიური დამოკიდებულება. წარმოადგენს რა ძლიერ ბიოსტიმულატორს ვითარდება გულის პრობლემებიც, ღიდი დოზა კი დამბლას და სიკვდილს იწვევს.

ქაფურის ხე - *Cinnamomum camphora* (L.) I. Presl.
ოჯ. დაფნისებრნი – Fam. Lauraceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე 30 მ-მდე სიმაღლის ხეა, ხშირი ფართოდ გადაშლილი ვარჯით. ქერქი ბაცი ან მუქი ნაცრისფერია, დახეთქილი. ფოთოლი 5-12 სმ სიგრძისაა, მორიგეობითი, ყუნწიანი, ტყავისებრი, კვერცხისებრი ან ელიფსური, წაწვეტებული, კიდემთლიანი. ყვავილები მოყვითალო-თეთრია, შეკრებილია 5-11 სმ-მდე სიგრძის ციმოზურ-საგველა ყვავილედად, წაგრძელებული საყვავილე ყუნწებით, უბისეული ან წვეროსეულია. ნაყოფი მოშავო-ლევა, სფერული კენკრაა, წვნიანი რბილობითა და გლუვი თესლით. ყვ. V-VI; ნაყ. IX.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად იზრდება სამხრეთ ჩინეთში, კუნძულ ტაივანზე, ინდოჩინეთში, იაპონიასა და მალაის არქიპელაგზე. კულტივირებულია ტენიანი სუბტროპიკების ზონაში, მათ შორის საქართველოშიც.

სამკურნალო და სხვა მიზნებისათვის ქაფურის გამოყენება როგორც ფიქრობენ ინდუსებმა დაიწყეს. ამის მანიშნებელია

ქაფურის სახელწოდება, რომელიც წარმოსდგება ძველი სანსკრიტული სიტყვიდან “ქაპურა”, რაც სითერს ნიშნავს. სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიის ტროპიკული ოლქის მოსახლეობისათვის ქაფურა ფასდებოდა არა მარტო როგორც ძვირფასი წამალი, არამედ როგორც კეთილსურნელოვანი საშუალება, რომელსაც იყენებდნენ რიტუალური ცერემონიების დროს. დიდად აფასებდნენ მას არაბულ მედიცინაშიც. ცნობები მის შესახებ მოიპოვება არაბულ ხელნაწერებში, რომელიც VI ს-ს მიეკუთვნება. ევროპაში ცნობილი ხდება შუა საუკუნეებიდან. ძველ მსოფლიოში და შუა საუკუნეებშიც მეტად ძვირად ფასობდა, ექიმები რეცეპტის გამოწერისას სიტყვა “ქაფურს” უმატებდნენ: “თუ იშოვით”. ქაფურის ხის უმდიდრესი ტყეებით უძველესი დროიდან ყურადღებას იპყრობს კუნძული ტაივანი, რომელიც XVI ს-ში პორტუგალიელების მიერ იქნა აღმოჩენილი და იმდენად მოიხიბლნენ მისი სილამაზით, რომ მას დაარქვეს “Insula Formosa” – ლამაზი კუნძული. XVIII ს-ში ჩინელმა იმპერატორებმა აიღეს მონოპოლია ქაფურის წარმოებასა და ვაჭრობაში. უნებართვოდ ხის მოჭრა სიკვდილით ისჯებოდა, მხოლოდ 1720 წელს დასჯილი იყო იმპერატორის ბრძანებით - 200 დამრღვევი. 1896 წ-ს კუნძული ტაივანი იაპონელებს გადაეცა, მათვე ეკუთვნით ქაფურის ზეთის პირველი სისტემური სამეცნიერო გამოკვლევები.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნედლეულია ახალგაზრდა შეფოთილი ყლორტები, რომლიდანაც ქაფური მიიღება. შეიცავს ეთერზეთებს, რომლის უმთავრესი კომპონენტი ქაფურია (75%), აგრეთვე პინენი, კამფენი, ფენხენი, ფელანდრენი, ლიმონენი, დიპენტენი, კადინენი, ბიზაბოლენი, ციტრონელოლი, ევგენოლი, აცეტილალდეჰიდი, ორგანული მჟავები და სხვ. თესლებში აღინიშნება მნიშვნელოვანი რაოდენობის მკვრივი ცხიმოვანი ზეთები, რომელიც შედგება ლაურინის, კაპრონის და ოლეინის მჟავებისაგან.

ქაფურის ზეთოვანი ხსნარი ადაგზნებს ცენტრალურ ნერვულ სისტემას და მოგრძობ ტვინს, ასტიმულირებს სუნთქვას, იწვევს დადებით მოქმედებას მიოკარდიის ცვლის პროცესებში, აქვეითებს

ტემპერატურას, ამცირებს გლუვი და განივ-ზოლიანი მუსკულატურის შემცირებას, ზრდის ნერწყვისა და ოფლის გამოყოფას, ამცირებს ლაქტაციას. ადგილობრივ გამოყენებისას პრეპარატები იწვევს გაღიზიანებას და ნაწილობრივ ანტიესპტიკურ მოქმედებას.

დადებითად მოქმედებს გულის კუნთის მწვავე და ქრონიკული უკმარისობის, კოლაპსის, ინფექციური დაავადებების, ფილტვების კრუპოზული ანთების, მხუთავი გაზით, ნარკოტიკული და ძილისმომგვრელი საშუალებებით მოწამლვისას. ქაფურის კრუნჩხვითი მოქმედება გამოიყენება ფსიქიატრიულ პრაქტიკაში, განსაკუთრებით შიზოფრენიის დროს. პრეპარატ “ბრომკამფორას” უნიშნავენ ნევრასტენიის, გულის ნევროზებისა და მაღალი ნერვული ალგზნებადობის შემთხვევაში. ქაფურის შემცველ მაღამოებს ხმარობენ სხვადასხვა სახის ანთებითი პროცესების, მიოზიტის, იშიაზის, რევმატიზმის სამკურნალოდ.

აღსანიშნავია, რომ ძველ ქართულ მედიცინაში იხმარებოდა ქაფურის ზეთი, კვერი, მაღამო მთელი რიგი დაავადებების (დაბეჟილობა, თვალისა და თავის ტკივილები, ნერვული და გულის დაავადებები, სიდამწვრისა და კანის სხვა დაზიანებები) დროს.

უკუქმედება: უკუმაჩვენებელია ეპილეპსიისა და კრუნჩხვებისაკენ მიდრეკილი ადამიანებისათვის.

ქენდირი – *Apocynum cannabinum* L.
ოჯ. ქენდირისებრნი - Fam. Apocynaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა 1-1,5 მ სიმაღლის დატოტვილი ღეროთი. ხასიათდება მსხვილი სქელი ვერტიკალური ფესურით, რომელიც წვრილ მთავარღერძა ფესვში გადადის; ფესურიდან ვითარდება 2-4 მ სიგრძის ჰორიზონტალური ყლორტები. ფოთლები მოპირისპირეა, მოკლევუნწიანი, კვერცხისებრი, მოკლე მახვილი წვერით. ყვავილები წვრილია, მკრთალი ვარდისფერიდან მუქ შეფერილობამდე, შეკრებილია ფარისებრ წვეროსეულ ყვავილეებად. ნაყოფი რთული ფოთლურაა; თესლი მრავალრიცხოვანია, საფრენი ბეწვებით შემოსილი.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად ჩრდილოეთ ამერიკის სამხრეთ რეგიონების მაღალმთიანეთში, ზღ.დ. 2000 მ სიმაღლეზე იზრდება. კულტივირებულია მრავალ ქვეყანაში, მათ შორის ყოფილ საბჭოთა კავშირის რესპუბლიკებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნედლეულია ფესურა ფესვებითურთ (*Rhizoma et radix Apocyni cannabini*). შეიცავს გულის გლიკოზიდებს (ციმარინს, აპოკანოზიდს, ცინოკანოზიდს, K-სტროფანტინ ბეტას), ცნიმოვან მჟავებს (ლინეოლის, ოლეინის, პალმიტინის, სტეარინის),

ტრიტერპენულ შენაერთებს, ტანინებს, კაუჩუკსა და ალკალოიდებს კვალის სახით.

ჩრდილოეთ ამერიკის ხალხურ მედიცინაში პირველ ხანებში წყალმანკის სამკურნალოდ ხმარობდნენ. 1911 წელს გერმანელი მეცნიერების მიერ მცენარის მიწისქვეშა ორგანოებიდან გამოყოფილი იყო კრისტალური გლიკოზიდი – ციმარინი, დადგინდა რომ ფარმაკოლოგიური აქტივობით ახლოა სტროფანტინთან, აძლიერებს გულის კუმშვადობას, გულის რიტმს, ზრდის სისხლდენის სიჩქარეს, აფართოებს გულის კორონარულ სისხლძარღვებს, ხელს უწყობს შარდის გამოყოფას.

ფესურიდან მიღებულია გულის პრეპარატი – “კენდოზიდი”, მოქმედებს როგორც ციმარინი, მაგრამ მისგან განსხვავებით ადაგზნებს სასუნთქ ცენტრს და აძლიერებს სუნთქვის მოქმედებას. სამედიცინო პრაქტიკაში გამოიყენება გულის რევმატიული მანკის ნიადაგზე წარმოქმნილი სისხლდარღვევების, კარდიოსკლეროზისა და ჰიპერტონიული დაავადებებისას.

უკუქმედება: მცენარის შხამიანობიდან გამომდინარე, შინაგანი მიღებისას სიფრთხილის დაცვა აუცილებელია.

ჭინჭინის ხე – *Cinchona officinalis* L.

ოჯ. ენდროსებრნი - Fam. Rubiaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე, უხვად შეფოთლილი ტანადი, 10-25 მ-მდე სიმაღლის, შუა ნაწილამდე დატოტვილი ხეა,

მონაცრისფრო-მურა ქერქით. ფოთლები მოპირისპირეა, კვერცხისებრი, ფართოელიფსური ან თითქმის მრგვალი, 50 სმ-მდე სიგრძის, კაშკაშა მწვანე, პრიალა, ოდნავ ტყავისებრი, კიდეშლიანი, ყუნწიანი. ყვავილები ქოლგისებრ ყვავილეებადაა შეკრებილი, რომლებიც თავის მხრივ მსხვილ ფართო პირამიდულ საგველასებრ ყვავილედს წარმოქმნის. გვირგვინი ვარდისფერია, შებუსული გრძელი მილითა და 5 ნაკვთიანი გადანალუნით, კიდეებზე უხვად შებუსული. ნაყოფი – მშრალი, მოგრძო, მურა-ყავისფერი 2-ბუდიანი კოლფია, 3 სმ-მდე სიგრძის, წაწვეტებული, ბრტყელი, დანაოჭებული ბაცი ყავისფერი თესლით, გარშემორტყმულია ფართო, თხელი აპკისებრი ფრთით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად მხოლოდ სამხრეთ ამერიკაში (პერუ, ბოლივია, ეკვადორი, ვენესუელა, კოლუმბია, ანდების აღმოსავლეთ ფერდობები), ზღ.დ. 800-3200 მ სიმაღლეზე იზრდება.

ქინაქინის ხის ქერქის მალარიის საწინააღმდეგო სამკურნალო თვისებები ინდიელების მიერ იყო გამოვლენილი. ამ “წითელი წყლით” მალარიისგან იქნა განკურნებული პერუს ვიცე-ხელმწიფის მეუღლე ანა-დელ ჩინ-ჩონი (სწორედ მასთანაა დაკავშირებული მცენარის ლათინური სახელწოდება **Cinchona**). ევროპაში სწრაფად შეაფასეს ძვირფასი სამკურნალო საშუალება და დაიწყო პერუდან მისი ექსპორტირება, რასაც მოჰყვა ხეების თავდაუზოგავი ჩეხვა. უკვე XIX ს-ის შუა პერიოდში წარმოიქმნა საშიშროება სახეობის სრული განადგურებისა, ვინაიდან საერთო მოთხოვნილება აჭარბებდა დამზადებას. წარმოიშვა მისი კულტივირების აუცილებლობა, პერუს მთავრობას კი არ სურდა ქერქის გაყიდვის მონოპოლიის დაკარგვა და სათეს მასალას არ აძლევდა სხვა ქვეყნებს. თესლების ჩუმად მოპოვება შეძლეს ჯერ გერმანელმა ბოტანიკოსმა, შემდეგ ინგლისელმა ვაჭარმა და კუნძულ იავაზე დაიწყო ქინაქინის ხის კულტივირება. სადღეისოდ მისი პლანტაციები გაშენებულია სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიაში, ინდოეთში, შრი-ლანკასა და აფრიკაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნედლეულია ხის ქერქი. შეიცავს 30-მდე დასახელების

ალკალოიდს. ყველაზე მნიშვნელოვანია მათ შორის ქინინი (რომლის შემცველობა ქერქში 7,5%-მდეა), ქინიდინი, ცინხონინი და ცინხონიდინი; ცნობილია ჰიდროქინინი, ჰიდროქინიდინი, კუპრინი, ეპიხინინი, ეხინიდინი და სხვ. ალკალოიდები.

ქინინი ადამიანის ორგანიზმზე სხვადასხვაგვარი მოქმედებით ხასიათდება: იწვევს თერმომარეგულირებელი ცენტრების დათრგუნვას და სხეულის ტემპერატურის დაწევას ციებ-ცხელებით დაავადებისას, აქვეითებს გულის კუნთის აღზნებადობას, ახანგრძლივებს რეფრაქტორულ პერიოდს და რამდენადმე ამცირებს მისი კუმშვადობის უნარს; ალაგზნებს საშვილოსნოს მუსკულატურას და აძლიერებს შეკუმშვის უნარს, ამცირებს ელენთას.

ქინინის უმთავრესი თავისებურებაა მისი მალარიის საწინააღმდეგო მოქმედება, წარმოადგენს პლაზმურ შხამს, რომელიც ორგანიზმიდან სწრაფად გამოიღვენება.

ქინინი თრგუნავს ცენტრალურ ნერვულ სისტემას, დიდი დოზები იწვევს ყურების გამოჭედვას, ხმაურს ყურებში, თავის ტკივილს, მხედველობის დაქვეითებას.

უკუქმედება: უკუმაჩვენებელია ფეხმძიმობა, გულის უკმარისობა, გამოკვეთილი ჰიპოტენზია, მწვავე მიოკარდიუმის ინფარქტი, არითმია.

ქონის ხე – *Sapium sebiferum* (L.) Roxb.
ოჯ. რბიანასებრნი - Fam. Euphorbiaceae



მორფოლოგია: 8-10 მ სიმაღლის ხეა. ფოთლები მორიგეობითია, მთლიანი, რომბული ან ფართოკვერცხისებრი, ყუნწის ზედა ნაწილში 2 ჯირკვლით მოფენილი. ყვავილები ერთსქესიანია, გვირგვინის ფორცლების გარეშე 2-3 ნაკვთიანი ჯამით, შეკრებილია წვეროსეულ მტკვნიებზე ყვავილეებად, შედგება რამდენიმე ცალკეული ბუტკოიანი და მრავალრიცხოვანი მტკვრიანისებრი ყვავილებისაგან, რომლებიც კონებადაა განწყობილი. ნაყოფი ხსნადი კოლოფია რამდენიმე თესლით, რომლებიც მყარი ცხიმის ფენითაა დაფარული.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: იზრდება აღმოსავლეთ აზიაში – ცენტრალური ჩინეთიდან კუნძულ ტაივანამდე. სამრეწველო მიზნით უმთავრესად აზიაშია კულტივირებული. საქართველოში (ბათუმი, სოხუმი) ინტროდუცირებულია დეკორატიული თვალსაზრისით.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: თესლების ნაფიფქიდან აწარმოებენ ე.წ. ჩინურ მცენარეულ ქონს (აქედან ხის სახელწოდება), გამოიყენება სანთლებისა და საპნის წარმოებაში. თესლების დაპრესვის გზით ღებულობენ ზეთს, რომლებისგანაც ამზადებენ საღებავებს, ლაქებს. ფოთლებისაგან გამოიმუშავენ შავ საღებავს.

ქოქოსის, კოკოსის პალმა – *Cocos nucifera* L.
ოჯ. პალმასებრნი – Fam. Palmae



მორფოლოგია: 15-30 მ-მდე სიმაღლის მცენარეა სწორმდგომი ღეროთი, დაფარულია რგოლური ნაჭდევეებით, რაც გამოწვეულია ჩამოცვენილი ფოთლების ვაგინის ნარჩენებით. ფოთლები ღეროს ზედა ნაწილშია განვითარებული, 4-6 მ სიგრძისაა, ფრთისებრგანკეთილი; ვეგეტაციის მე 5-7 წელს მათ უბებში ვითარდება რამდენიმე ყვავილელი – როთული საგველა, 1-2 მ სიგრძის. თითოეული ყვავილელი შემოხვეულია ქერქოვანი ვაგინით, რომელიც ყვავილობისას იშლება; ყვავილი ყვითელია, განსხვავებულ სქესიანი; ბუტკოიანი ყვავილები ყვავილელის ქვედა ნაწილში სხედან, უფრო წვრილი მტკრიანიანი ყვავილები კი ყვავილელის ზედა ნაწილშია თავმოყრილი. კოკოსის კაკალი კურკაა, 15-30 სმ სოგრძის, მომრგვალო, 1,5-2,5 კგ წონის; ნაყოფის გარეთა გარსი უჯრედისისგან შედგება, რბილია; შიგნითა ნაჭუჭი მაგარია, სამი თესლკვირტით, მხოლოდ ერთისგან ვითარდება თესლი, შედგება თეთრი ფერის ზორცოვანი 12 მმ სისქის (რბილობი ან კოპრა) ფენისა და ენდოსპერმისგან, რომელიც დასაწყისში თხევადი და გამჭვირვალეა (კოკოსის წყალი), რბილობიდან გამოყოფილი ზეთის წვეთები გადაიქცევა რძისებრ ემულსიად (კოკოსის რძე), რომელიც თანდათანობით სქელდება და მყარდება.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ქოქოსის პალმის ისტორიული სამშობლო უცნობია;

ერთ-ერთი ვერსიით ესაა სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიის, მეორეთი – ამერიკის ტროპიკები. სადღეისოდ გავრცელებულია წყნარი ოკეანის ეკვატორიალური და ტროპიკული ოლქების სანაპიროებსა და კუნძულებზე. მის ფართო გავრცელებას ხელს უწყობს ნაყოფების აგებულება, რომლებსაც სიმსუბუქისა და წყალშეუღწევადობის გამო შეუძლია ხანგრძლივი დროის მანძილზე ტალღებზე ცურვა.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: კოკოსის კაკალს დანის საშუალებით ყოფენ შუაზე და იღებენ ენდოსპერმს, რომელსაც აშრობენ ცხელწყლიან მილებზე. ენდოსპერმის ეს ნახევრები რძისფერია, ჯამისებრი ფორმის, უწოდებენ კოპრას. კოკოსის კაკლის რბილობი ანუ კოპრა შეიცავს ცხიმებს, ვიტამინებს B, C, მინერალურ მარილებს, ნატრიუმს, კალციუმს, რკინას, კალიუმს, აგრეთვე 5% გლუკოზას, ფრუქტოზას და სახაროზას, ცხიმოვან მჟავებს – ლაურინის, მირისტინის, პალმიტინის, კაპრონის, კაპრინოლის, ოლეინის, ლინოლინისა და სხვ.

გამოიყენება საკვებად ნელი ან მშრალი სახით, რომელსაც უმატებენ საკონდიტრო ნაწარმსა და ეროვნულ სასმელს - კარის. რბილობი წარმოადგენს მნიშვნელოვან ნედლეულს კოკოსის ცხიმოვანი ზეთების მისაღებად, რომლისგანაც ამზადებენ საპნებს, სანთლებსა და მარგარინს. უჯრედისისგან წნავენ თოკებს, ბაგირებს, ხალიჩებს, ჯაგრისებს. კოკოსის მაგარი გარსისგან ამზადებენ ჭურჭელს, სათამაშოებს, ღილებს, სუვენირებს და მუსიკალურ საკრავებს. ნორჩი ყვავილების დასერვით ღებულობენ ტკბილ სითხეს, რომელიც 15%-მდე შაქარს შეიცავს, წვენს ან აორთქლებენ და იღებენ კრისტალურ ყავისფერი შეფერილობის პალმის შაქარს, ან დუდილის პროცესის შემდეგ ღებულობენ ღვინოს, მისგან კი ხდიან არაყს. ერთი ზე წელიწადში იძლევა 40-70 ლ პალმის არაყს.

კოკოსის ზეთი წარმოადგენს მაღალეფექტურ ანთებისა და მიკრობების საწინააღმდეგო საშუალებას; ხასიათდება კანისა და თმის მკვებავი, დამატენიანებელი და დამარბილებელი მოქმედებით; ანტიოქსიდანტური მოქმედებიდან გამომდინარე, კანს იცავს

დაბერებისა და ჭკნობისაგან, მზისა და ქარის მოქმედებისაგან – დამწვრობის, კანის სიმშრალის, აქერცვლის, გაუხეშებისას და ა.შ. ხელს უწყობს თმის ზრდას, აძლევს მას ბუნებრივ ბზინვარებას. გამოიყენება კანის სხვადასხვა დაავადების (ფსორიაზი, ეგზემა და სხვ.) სამკურნალოდ; ხელს უწყობს ორგანიზმიდან მავნე ქოლესტერინის გამოდევნას, არეგულირებს არტერიულ წნევას, აძლიერებს მეტაბოლიზმს; ანტიმიკრობული თვისებებიდან გამომდინარე ახდენს საკვებმომწელებელი ტრაქტის მუშაობის რეგულირებას, ანშობს პათოგენური ბაქტერიებისა და სოკოების განვითარებას; აუმჯობესებს ორგანიზმის მიერ მინერალური ნივთიერებების შეთვისებას, მათ შორის მავნიუმისა და კალციუმის, ამაგრებს ძვლოვან სისტემას, აძლიერებს იმუნიტეტს, აჩქარებს ჭრილობების შეხორცების პროცესს, თავიდან არიდებს შაქრიანი დიაბეტის წარმოქმნას, აწესრიგებს კუჭქვეშა ჯირკვლის მოქმედებას და ინსულინის სეკრეციას. კარგი საშუალებაა დიარეის სამკურნალოდ.

უკუქმედება: ინდივიდუალური შეუთავსებლობა.

ქუბაბა, ქუბაბას წიწაკა - Piper cubeba L.
ოჯ. პილპილისებრნი - Fam. Piperaceae



მორფოლოგია: ორსახლიანი ხისმაგვარი ლიანაა გლუვი ცილინდრული ტოტებით; ფოთლები მორიგეობითია, მოგრძო ელიფსური, ძირში გულისებრი და მახვილწვერიანი, დაფარულია გამჭვირვალე ჯირკვლებით. ყვავილები ერთსქესიანია; მამრობითი ყვავილები შეკრებილია ვიწრო ცილინდრულ თავთავებად, შედგება 2-3 მტვრიანისაგან; მდედრობითი – უფრო გრძელ ჩაქინდრულ თავთავისებრ ყვავილეებადაა შეკრებილი, ყვავილი შედგება ბუტკოსაგან, სფერული ერთბუდიანი ნასკვისა და მჯდომარე ღინგისაგან. ნაყოფი სფერული კენკრაა, მურა ნაცრისფერი დანაოჭებული ზედაპირით, 3,5-5 მმ დიამეტრის; თესლი განუვითარებელია, არომატული.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო უპირველესად კუნძული იავა, ინდონეზია, ბორნეო და სუმატრაა. კულტივირებულია არეალის ფარგლებში და ანტალიის კუნძულებზე.

ევროპელები ქუბებას ვენეციელი ვაჭრების საშუალებით გაეცნენ XIII ს-ში, შემდეგ ასეული წლების მანძილზე გასავლიან საქონლად ითვლებოდა. XIX ს-ში იავაზე მცხოვრებმა

ინგლისელმა ოფიცრებმა გაარკვიეს, რომ ადგილობრივი მოსახლეობა მას სამკურნალოდაც იყენებდა შარდსადინარი გზების სხვადასხვა ანთებითი დაავადებებისას. მალე დაიწყო მისი გამოყენება ევროპულ ფარმაცევტიაშიც.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ცნობილი კლასიკური სანელებელია; წიწაკის სახეობებიდან ყველაზე არომატულია, გამოირჩევა სიმწვავითაც, მას შავ პილპილთან ერთად იყენებენ სხვადასხვაგვარი კერძების შესაკაზმად.

ხასიათდება ანტიესპტიკური, ანტისპაზმური, ანტივირუსული, ბაქტერიციდული, შარდმდენი, ამოსახველებელი და მასტიმულირებელი მოქმედებით ადამიანის ორგანიზმზე.

ქუბაბასა და მისი ზეთის სამკურნალო თვისებები განპირობებულია მასში არსებული კარიოფილენის, კადინენის, კაბინენის, მწარე ნივთიერებების, ფისების, კუბებინის, პიპერინისა და რიგი სხვა ნივთიერებების არსებობით. ზეთი არატოქსიკურია, არ აღიზიანებს კანსა და ლორწოვან გარსს. წარმოადგენს ზოგიერთი სამკურნალო საშუალების კომპონენტს, იხმარება საპნის, დეზოდორანტებისა და ტუალეტის წყლის წარმოებაში.

ჯერ კიდევ ახალ ერამდე ინდიელები იყენებდნენ შარდსადინარი გზების დაავადებებისას.

სადღეისოდ რეკომენდებულია: მეტეორიზმის, ფიზიკური და ფსიქიური გადაღლილობის, თავის ტკივილების, ნერვული აშლილობის, მადის დაქვეითების, დებრესიის, ბრონქიალური ასთმის, ბრონქების ქრონიკული ანთების, ბრონქიტის, ხველების, ზედა სასუნთქი გზების დაავადებების, ყელის ინფექციების, კატარისა და სინუსიტის, შარდსასქესო ინფექციების, ცისტიტის, ურეთრიტის, პროსტატიტის, გონორეის, დიზენტერიის, გულიწვევის, D ვიტამინის ნაკლებობის, პახმელიის სინდრომის, დაღლილობის, ჰეპატობილიარული სისტემის დარღვევების სამკურნალოდ.

უკუქმედება: არატოქსიკურობიდან გამომდინარე, უკუჩვენებები პრაქტიკულად გამორიცხულია.

ქერულა - *Strychnos nux-vomica* L.
ოჯ. ლოგანიასებრნი - Fam. Loganiaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე ტროპიკული ხეა 10-15 მ – მდე სიმაღლის. ფოთლები მოპირისპირეა, ოვალური, პრიალა, ტყავისებრი. ყვავილები წვრილია, მომწვანო-თეთრი, ხუთწევრიანი, მილისებრი გვირგვინით, წარმოქმნის ნახევარქოლგა ყვავილედებს ფოთლების უბეებში. ნაყოფი კენკრისებრია, სფერული, კაშკაშა ნარინჯისფერ-წითელი, მსხვილი, მაგარი გარსითა და უფრო სქელი რბილობით, 2-6 თესლით. თესლი 4-5 მმ დიამეტრისაა და 1,5—2,5 მმ სიგანის, დისკოსებრი, უსწორო, მოყვითალო-ნაცრისფერი, აბრეშუმისებრ პრიალა ზედაპირით, დაფარულია მრავალრიცხოვანი ბუსუსით, რქისებრია.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია აფრიკის, ინდოეთის, ავსტრალიისა და სამხრეთ აზიის ტროპიკულ ქვეყნებში, კულტივირებულია აფრიკის ტროპიკებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამედიცინო პრაქტიკაში იხმარება თესლები; შეიცავს 2-3% ალკალოიდების ჯამს (სტრიხნინს, ბრუცინს, კოლუბრინს, ფსევდოსტრიხნინს, სტრუქსინს, ვომიცინს), ქიმიურ ნივთიერებებს (ციკლოარსენალს, სტიგმასტერინს, ლოგანინს, ქლოროგენის მჟავას).

მცენარის გალენურ პრეპარატებს მცირე დოზებში იყენებენ მადის გასაძლიერებლად და საკვების მონელების გასაუმჯობესებლად.

ქუჩულას პრეპარატების რეზორბტიული მოქმედება შესწავლილია მცენარის ინდივიდუალური ალკალოიდის სტრიხნინის ნიტრატის მაგალითზე. პირობითი რეფლექსების მეთოდით დადგინდა, რომ სტრიხნინი აძლიერებს როგორც ამგზნებ, ასევე დამამუხრუჭებელ პროცესებს თავის დიდი ნახევარსფეროს ქერქში.

სტრიხნინი მედიცინაში გამოიყენება ცენტრალური ნერვული სისტემის სტიმულატორად, აგრეთვე მამოძრავებელი აპარატის დამბლისა და პარეზების დროს. თერაპიულ დოზებში იყენებენ როგორც მატონიზირებელ საშუალებას ნივთიერებათა ცვლის დარღვევების, ჩქარი დაღლილობის, კუჭის ათონიის, მადის გაუარესებისას და ა.შ. ფართოდ გამოიყენება მხედველობისა და სმენის ანალიზატორების დაავადებებისას.

უკუქმედება: უკუმაჩვენებელია ჰიპერტონიული დაავადებების, ბრონქიალური ასთმის, სტენოკარდიის, ათეროსკლეროზის, მწვავე და ქრონიკული ნეფრიტის, ჰეპატიტის, ჰიპერკინეზის, ფეხმძიმობის, ბაზედური დაავადებების დროს.

ყავის ხე - *Coffea arabica* L.
ოჯ. ენდროსებრნი - Fam. Rubiaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე ბუჩქია ან მცირე ზომის 4-5 მ-მდე სიმაღლის ხე. ქერქი თხელია, მონაცრისფრო-ყავისფერი

შეფერილობის. ფოთლები მოკლე ყუნწიანია, მოპირისპირედ განლაგებული, მსხვილი, პრიალა, ტყავისებრი, მუქი მწვანე, სუსტად ტალღისებრი კიდეებით. ყვავილი მცირე ზომისაა, უბისეული, მოთეთრო-კრემისფერი, სასიამოვნო სურნელის, ჩვეულებრივ ყვავილედად შეკრებილი. მწიფე ნაყოფი წითელი შეფერილობისაა, ალუბლისმაგვარი ფორმის და სიდიდის, თითოეულ კოლოფში მოთავსებულია ერთმანეთთან ბრტყელი მხრიდან მიკრული ყავის 2 მარცვალი. ერთი ზიდან ყოველწლიურად მიიღება 3 კგ-მდე მარცვლეული.

ისტორია და კულტურის გაგრძელება: სამშობლოდ ეთიოპიას მიიჩნევენ. მცენარის არაბული სახელი “კახვა” ნიშნავს “ღვინოს”. ლეგენდის თანახმად, მწყემსმა ყურადღება მიაქცია თხებს, რომლებიც საიამოვნებით მიირთმევდნენ ყავის ბუჩქის ნაყოფებსა და ფოთლებს, ამასთან ცხოველები უფრო მოძრავი და აქტიურები ხდებოდნენ. ყავის ხის ამ საოცარი თვისებით დაინტერესდნენ ბერებიც, რომლებმაც დაიწყეს ფოთლების ნახარშის გამოყენება, რათა მხნედ ყოფილიყვნენ ღამის ღოცების დროს.

ეთიოპიიდან მცენარე მოხვდა არაბეთში, სადაც მეტად პოპულარული გახდა. 1604 წელს ყავის მარცვლები ვენეციელმა ვაჭრებმა ევროპაში შეიტანეს. ამჟამად კულტივირებულია მრავალ სუბტროპიკულ და ტროპიკულ ქვეყანაში. ყავის მსხვილ მწარმოებლად ითვლება ინდონეზია, ბრაზილია, ეთიოპია, კოლუმბია, მექსიკა, ინდოეთი და გვატემალა.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ყავის მარცვალი შეიცავს ცხიმებს (12%), შაქარს (8%), ცილებს (13%), კოფეინს (0,65-2,75%), ტრიგონელინს, მინერალურ მარილებს; მოხალულ თესლებში დამატებით აღინიშნება ფენოლური ნაერთები, ვიტამინები PP და პირიდინი, ძმრის მჟავა.

ყავა – მატონიზირებელი სასმელია, დილით მისი მიღება ახალისებს, ამხნეებს ადამიანს, ამაღლებს შრომისუნარიანობას და ააქტიურებს გონებრივ მოქმედებას. გამოიყენება ჰიპოტონიის დროს.

ნედლი ფოთლების ნაყენს ხმარობენ თავის ტკივილის, ციებ-ცხელების, ართრიტების, ნიკრისის ქარის და ყვიანახველის დროს.

უკუქმედება: ყავის მარცვლების ნახარში არ შეიძლება მიღებულ იქნეს ჰიპერტონიული, ათეროსკლეროზისა და გულ-სისხლძარღვთა დაავადებებისას. მასში შემავალი კოფეინი ალკალოიდი, რომელიც ადამიანის ორგანიზმზე ორმაგ მოქმედებას ახდენს; ერთის მხრივ მცირე დოზებში იწვევს მატონიზირებელ, დიდ დოზებში კი ძალ-ღონის დაქვეითებას, ადამიანი ხდება გულფიცხი, ნერვიული. ყავის შემცველი ორგანული მჟავები აძლიერებს კუჭის წვენის გამოყოფას, ზრდის მჟავიანობას, ამიტომ სიფრთხილე მართებთ კუჭის წყლულისა და გასტრიტი დაავადებულებს.

ყვითელი კოჭა – *Curcuma longa* L.
ოჯ. ჯანჯაფილისებრნი - Fam. Zingiberaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი 90 სმ-მდე სიმაღლის ბალახოვანი მცენარეა, მორიგეობით განწყობილი მარტივი, მომრგვალო ფოთლებით; ტუბეროვანი ფესურა 4 სმ-მდე დიამეტრისაა, ინვიტარებს მრავალრიცხოვან, ყვითელი შეფერილობის გვერდით ყლორტებს - ძირითად სამკურნალო ნედლეულს. ფესვთანური ფოთლები გრძელია, მახვილი წვერით. საყვავილე ღეროს შუა ნაწილში ვითარდება ყვითელი ფერის ყვავილები. ნაყოფი კოლოფია რამდენიმე თესლით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო

ინდოჩინეთია. კულტივირებულია ინდოეთში, კამბოჯაში, ცეილონზე, ინდონეზიაში (იავა), სამხრეთ ჩინეთში, ფილიპინებზე, მადაგასკარსა და კუნძულ რეიუნონზე, კარიბის აუზის ქვეყნებში (ვაიტი), სამხრეთ კავკასიაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ინდოეთში როგორც სანელებელი 2500 წელზე მეტია რაც ცნობილია და დღესაც სანელებლებს შორის პირველი ადგილი უკავია. I საუკუნის ბოლოს ძველ საბერძნეთში იქნა შეტანილი, ბევრად მოგვიანებით კი ევროპაში. სანელებლად გამოიყენება გვერდითი გრძელი ფესვები, ხასიათდება სუსტი მწვავე, ოდნავ მომწარო გემოთი, თავისებური, სასიამოვნო, ნაზი სურნელით. შეიცავს ვიტამინებს (C, K, B, B₂, B₃), მინერალურ მარილებს, ანტიოქსიდანტებს, ეთერზეთებს, კურკუმინს და სხვ. ფართოდ გამოიყენება კულინარიაში.

ხალხურ მედიცინაში იხმარება ღვიძლის, ნაღვლის ბუშტის, შინაგანი სისხლძენების, თირკმელებისა და კუჭის დაავადებების სამკურნალოდ, მადის აღმძვრელ და საკვების მონელების გამაუმჯობესებელ საშუალებად.

ხასიათდება ძლიერი ანტიოქსიდანტური, ანთების საწინააღმდეგო, დეტოქსიკაციური, ანტიესპტიკური, ნალველმდენი, ჭრილობების შემახორცებელი, ანალგეტიკური მოქმედებით. ბრწყინვალე ბუნებრივი ანტიბიოტიკია. მისი გამოყენებისას იზრდება ნაწლავების ფლორის აქტიურობა და უმჯობესდება საკვების მონელება. საჭმელში დამატებული ყვითელი კოჭას სანელებელი ხელს უწყობს ნაღვლის და კუჭის წვენის გამოყოფას, მადის აღძვრას, არეგულირებს ნივთიერებათა ცვლას, სისხლში ქოლესტერინის დონეს.

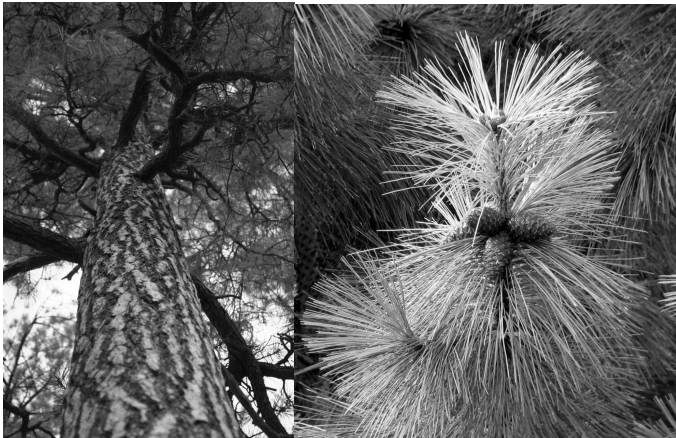
სასარგებლოა მისი გამოყენება შემდეგი დაავადებებისას: შაკიკი, წყლულოვანი კოლიტი, ნალველ-კენჭოვანი დაავადებები, ართრიტი, შაქრიანი დიაბეტი, გაციება, გრიპი, ხველება, ფარინგიტი, ათეროსკლეროზი, ქრონიკული ფაღარათი, მეტეორიზმი, ღრძილებიდან სისხლდენა.

ნედლი ფესვების წვენს იყენებენ სისხლის დენის შესაჩერებლად, ჭრილობების შესახორცებლად, დაჟეჟილობის, წურბელების,

მორიელის, გველის ნაკბენების, გამონაყრების შემთხვევაში. ყვითელი კოჭას პასტა იხმარება ყვავილისა და ჩუტყვავილას დროს, რათა დააჩქაროს კანის გამოშრობისა და ქერქის წარმოქმნის პროცესი, აგრეთვე ეგზემის, სირსველის, ლიქენის, წყლულების, პარაზიტებით გამოწვეული კანის სხვა დაავადებებისას. თანახმად ძველი ინდური ხელნაწერებისა ერთი თვის განმავლობაში ყოველდღიურად 40 გ ფხვნილის შარდთან ნაზავში მიღება შველის კეთრსაც. ხელს უწყობს თმის ძირების გამაგრებას, თმის უბრუნებს ბრწყინვალებას.

უპოქმედება: არ არის რეკომენდებული 2 წლამდე ბავშვებისათვის.

ყვითელი ფიჭვი – *Pinus ponderosa* P. Lawson et G. Lawson.
ოჯ. ფიჭვისებრნი - Fam. Pinaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე ხეა, საშუალო სიმაღლე მერყეობს 18-39 მ-მდე (მაქსიმუმია 72 მ), დიამეტრი 80-120 სმ-ია, ვარჯი ფართო კონუსურია ან მომრგვალო, ქერქი ყვითლიდან მოწითალო-ყავისფრამდე შეფერილობისაა, ღრმა ნახეთქებით. ტოტები მაგარია 2 სმ სისქის, ნარინჯისფერ-ყავისფერი, ასაკთან ერთად მუქდება და ხეშეშდება. კვირტები კვერცხისებრია, 2 სმ სიგრძის და 1 სმ სისქის, მოწითალო-ყავისფერი, ძლიერ ფისოვანი, კიდევებზე თეთრი

ფორით; წიწვები კუნწულებადაა შეკრებილი, შენარჩუნებულია 4-6 წელს, მათი სიგრძე 7-25 სმ, სისქე 1,2-2 მმ, ოდნავ გამრუდებული, მოქნილი, გაჯერებული მოყვითალო-მწვანე, შეკრებილია კონებად ტოტების ბოლოებზე; წიწვები წაწვეტებულია გვერდებზე კარგადაა გამოხატული თეთრი ზოლები, საბურველი 1,5-3 სმ-ია. მამრობითი გირჩები ელიფსურ-ცილინდრულია, 1,5-3,5 სმ სიგრძის, ყვითელი ან წითელი; მდედრობითი გირჩები მწიფდება 2 წელიწადში ერთხელ, რის შემდეგაც თესლები იფანტება, ტოვებენ რა ტოტებზე ქერქლისებეროზეტებს, გირჩა სიმეტრიულია ან ოდნავ ასიმეტრიული, კონუსურ-კვერცხისებრი, უყუნწო ან თითქმის უყუნწო, ტოტებზე მარტოულად ან იშვიათად წყვილ-წყვილად განწყობილი. თესლი ელიფსურ-კვერცხისებრია, 4-9 მმ, ყავისფერი ან მოყვითალო-ყავისფერი, ხშირად წვრილი ლაქებით მოფენილი, ფრთა 15-25 მმ-ია.

ისტორია და კულტურის გაგრძელება: ბუნებრივად გავრცელებულია აშშ-ის დასავლეთ რაიონებში, კანადასა (ბრიტანეთი კოლუმბია) და მექსიკაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ფიჭვის წიწვებიდან ორთქლიანი დისტილაციის გზით ღებულობენ ეთერზეთებს; ზეთი უფეროდან ბაცი ყვითელი შეფერილობისაა, ფისისებერ-ანისულის არომატით, შემდეგი ქიმიური შემადგენლობის – მონოტერპენები: ბეტა-პინენი, ალფა-ფელანდრენი, ალფა-პინენი, ლიმონენი, ტერპინოლენი, ფენოლური მეთილ-ეთერები, სესკვიტერპენები: დელტა-კადინენი, გამა-კადინენი.

ფსიქო-ემოციური მოქმედება: აშშ-იდებს და აწონასწორებს ნერვულ სისტემას, ააქტიურებს ფსიქიკას; გამოიყენება შიშის, შფოთვის, სიავის, უძილობის დროს. არის ძლიერი ანტისპაზმური მოქმედების, ხსნის კრუნჩხვებს; იხმარება ასტმის, ასტმოიდური ბრონქიტის, კრუნჩხვებისა და კუნთების დაძაბულობის, ჭვლების, კოლიკის, გულისრევის, გინეკოლოგიური საზამების, ცისტიტის, ურეთრიტის, დეპრესიული მდგომარეობის, ძლიერი გადაღლილობის დროს.

უაუქმედება: უკუმაჩვენებელია ფენხმობის პირველ სამ თვეში.

**ყუნწმაქარა ან “კანფეტის ხე”– *Hovenia dulcis* Thnb.
ოჯ. ხეჭრელისებრნი – Fam. Rhamnaceae**



მორფოლოგია: ფოთოლმცვენი ხეა 10-12 მ სიმაღლის, საკმაოდ დეკორატიული; ახასიათებს გადაშლილი ვარჯი, დიდი ზომის პრიალა მუქი მწვანე ფოთლები, მტევნებად შეკრებილი წვრილი ყვავილები. ნაყოფი მშრალი კურკაა, ვითარდება ხორცოვანი ნაყოფისყუნწის ბოლოებზე. ყვ. VI.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივი არეალია იაპონია, აღმოსავლეთ ჩინეთი, კორეა და ჰიმალაის მთისწინები, სადაც იზრდება ზღ. დ. 2000 მ სიმაღლემდე, თიხნარ ან ტენიან ქვიშნარ ნიადაგებზე. აზიაში ყველგანაა კულტივირებული სილამაზისა და სასარგებლო თვისებებიდან გამომდინარე. ჩატარებულია წინასწარი სამუშაოები ამ მცენარის კულტივირებისა ყირიმსა და კავკასიაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ტკბილი არომატული ნაყოფისყუნწები საკვებად დაუმუშავებელი სახით იხმარება; საჭმელად შეიძლება გამოყენებულ იქნეს პირდაპირ ხიდან ან გამშრალი სახით, მსგავსად ქიშმიშისა. მომჟავო-ტკბილია, ნაზი გემოვნების, რძიანი შოკოლადის კანფეტის მაგვარი. მას უმატებენ სხვადასხვაგვარ დესერტებს.

ამავდროულად გამოირჩევა სამკურნალო მნიშვნელობითაც. მას იცნობდნენ და აფასებდნენ ჯერ კიდევ ძველ ბაბილონსა და ინდოეთში. სირიის მეფის ამურბანიპალას ბიბლიოთეკაში, თიხის ფილებზე, რომელიც ახალ ერამდე 650 წლით ადრეა დაწერილი,

ნაყოფის ყუნწები მითითებულია როგორც გამახალგაზრდავებელი და სისხლის გამწმენდი საშუალება. რომელი იმპერატორები მისი საოცარი უნარიდან გამოძინარე მიიჩნევდნენ დაკარგული ძალისა და სილამაზის აღმდგენ, გამახალისებელ, ენერჯის მომმატებელ, მრავალი დაავადებებისაგან განმანთავისუფლებლად. ტიბეტურ მონასტრებში, რომელიც ცნობილია ღრმა სამედიცინო ცნობიერებით, ამ ხეს თვლიდნენ ეფექტურ საშუალებად ათასი დაავადების საწინააღმდეგოდ, ახალგაზრდობის და სიცოცხლის გამახანგრძლივებლად. შუა საუკუნეებში ფართოდ იყენებდნენ სხვადასხვა დაავადებების განსაკურნავად, განსაკუთრებით სიყვითლის, შინაგანი ორგანოებისა და ცინგის დროს.

თანამედროვე მეცნიერული გამოკვლევებით დადგენილია, რომ ნაყოფები შეიცავს დიდი რაოდენობის ორგანულ მჟავებს (ვაშლის, ლიმონის, ასკორბინის, ღვინის), შაქრებს, მდიდარია ვიტამინებით და ჯანმრთელობისათვის სასარგებლო სხვა ნივთიერებებით. ნაყოფის წვენი ხასიათდება სიცხისდამწვევი, მიკრობების საწინააღმდეგო, სისხლისშემაჩერებელი, ოფლმდენი და შემკვრელი მოქმედებით. ნელ ნაყოფებს, ნაყენებსა და გამონაწვლებს იყენებენ ღვიძლის, ჰეპატიტის, თირკმელ-კენჭოვანი დაავადებების, თირკმელებისა და შარდის ბუშტის ანთების, ნიკრისის ქარებისა და რევმატიზმის დროს.

ფოთლებსა და ნაყოფებში აღმოჩენილია ნივთიერებები, რომელიც აცილებს გულ-სისხლძარღვთა დაავადებებს; მათში შემავალი კომპონენტები შლის ტრომბებს, აღადგენს სისხლძარღვთა ელასტიურობას, მთლიანდ კურნავს ათეროსკლეროზს, აუმჯობესებს ორგანიზმის ყველა ორგანოსა და სისტემის მუშაობას. ამ ნივთიერებებს შესწევს უნარი განკურნოს დიაბეტი, სისხლნაკლებობა, თავისა და სახსრების ტკივილები, მოახდინოს ნივთიერებათა ცვლის ნორმალიზება.

დამტკიცებულია, ვინც რეგულარულად ღებულობს რამდენიმე ნაყოფს, არასოდეს ავადდება კიბოთი, ათეროსკლეროზით, მათთვის უცნობია ცუდი გუნება-განწყობა, ოფლიანობა, ქოშინი; გამოირჩევიან ძლიერი ჯანმრთელობით, სიმხნევით, სიცოცხლის სიყვარულით ყველა ასაკში.

უაუქმდება: არ გააჩნია.

შავი პილპილი – Piper nigrum L.
ოჯ. პილპილისებრნი - Fam. Piperaceae



მორფოლოგია: ტროპიკული მერქნოვანი ლიანაა, რომელიც საჭარო ფესვებით ემაგრება საყრდენს. ფოთლები გულისებრია ან კვერცხისებრი, მახვილი წვერით. ყვავილები მოთეთრო-მომწვანო ფერისაა, უსახური, წვრილი, შეკრებილია ფაშარ მტკენისებრ ყვავილედად. ნაყოფი წვნიანი ბურთისებრი კურკაა, პირველად მწვანე, მომწიფებისას ჯერ წითლდება, ბოლოს ყვითლდება. აგროვებენ მოუმწიფებლებს, ამრობენ მზეზე, სადაც ხდება მათი გაშავება და რბილობის დანაოჭება, სურნელოვანი სუნისა და ძლიერ მწვავე.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ინდოეთის სამხრეთ-აღმოსავლეთ სანაპიროა – მალაბარის ოლქი (ამჟამად კერალა), რის გამოც ზოგჯერ “მალაბარის კენკრას” უწოდებენ. ინდოეთში უძველესი დროიდანაა კულტივირებული. ძველ დროშივე კარგად იცნობდნენ ჩინეთში, ეგვიპტეში, საბერძნეთსა და რომში. შუა საუკუნეებში ევროპის კულინარიაში, მიუხედავად მაღალი საფასურისა, ერთ-ერთ უმნიშვნელოვანეს სანელებელს წარმოადგენდა. იმ დროისათვის ევროპაში პილპილის შემოტანის მონაპოვია გენუელ და ვენეციელ ვაჭრებს ეკავათ. ამჟამად უმსხვილესი მწარმოებლებია ინდოეთი, ინდონეზია და ბრაზილია (რომლებიც წელიწადში 40 ათას ტონას აწარმოებენ), კულტივირებულია აგრეთვე იავაზე, შრი-ლანკაზე, კალიმანტანში, სუმატრასა და სხვა მრავალ ტროპიკულ ქვეყანაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ნაყოფი მწვანე მარცვალაია, შავ ფერს ღებულობს დამუშავების პროცესის შემდეგ. გადამუშავების ხერხებიდან გამომდინარე მიიღება თეთრი, მწვანე და წითელი ფერის მარცვლები.

სანელებლებს შორის შავი პილპილი მსოფლიოში ყველაზე ფართოდაა გავრცელებული. მას “სანელებლის ხელმწიფესაც” უწოდებენ. კულინარიაში გამოიყენება როგორც მთლიანი, ასევე დაფქვილი სახით.

USDA Nutrient Database – ის მონაცემებით 100 გ შავი პილპილი შეიცავს: წყალს-12,5 გ, ცილები-10,4 გ, ცხიმები-3,3 გ, ნახშირწყლები-38,6 გ, უჯრედის-25,3 გ, ნაცარს-4,5 გ, ვიტამინებს: A-310 მკგ, B₁ - 0,11 მგ, B₂ - 0,18 მგ, B₃ – 1,143 მგ, B₅ – 1,4 მგ, B₆ – 0,291 მგ, B₉ -17 მკგ, C -21 მგ, E -1,04 მგ, K – 163,7 მკგ, ქოლინი – 11,3 მგ. მაკროელემენტებს: K- 1329 მგ, Ca-443 მგ, Mg - 171 მგ, Na-20 მგ, P -158 მგ; მიკროელემენტები: Fe-9,71 მგ, Mg – 12,75 მგ, Cu -1,33 მგ, Se – 4,9 მკგ, Zn – 1,19 მგ, F-34,2 მკგ.

შავი პილპილი უძველესი დროიდან გამოიყენება სამედიცინო მიზნებისთვისაც. ძველი ინდოეთის ექიმები მას იყენებდნენ ხველების, გრიპის, ანგიინის, ასთმის დროს და როგორც ტკივილგამაყუჩებელ საშუალებას. ხოლო ძველი საბერძნეთის მოღვაწეებს - დემოკრიტეს, ჰიპოკრატესა და პლინიუს უფროსს საკუთარ შრომებში აღწერილი აქვთ მისი სამკუნალო თვისებები.

შავი პილპილი ხასიათდება საერთოგამაჯანსაღებელი, ტკივილგამაყუჩებელი, ბაქტერიციდული, ანთების საწინააღმდეგო, ამოსახველებელი, ჭიისმდენი და შარდმდენი მოქმედებით, აძლიერებს სტრესებისადმი მდგრადობას და აწესრიგებს საკვებისმონელებას, გულ-სისხლძარღვთა, სასუნთქი და ენდოკრინული სისტემების მოქმედებას. მის შემადგენლობაშია ალკალოიდი კაპსიცინი, რომელიც გამოირჩევა დამახასიათებელი მწვავე გემოთი, იწვევს მადის აღძვრას, ასტიმულირებს მეტაბოლიზმს, აწესრიგებს კუჭისა და კუჭქვეშა ჯირკვლის მოქმედებას, ამცირებს არტერიალურ წნევას, ათხელებს სისხლს, აფერხებს ტრომბის წარმოქმნას.

რეკომენდებულია: დაღლილობის, დეპრესიების, სტრესის,

უმაღობის, ქრონიკული კუჭის მოუნელებლობის, ნივთიერებათა ცვლის დარღვევის, სიმსუქნის, ვიტილიგოს, მაღალი ტემპერატურის, ციებ-ცხელებისა და გაციების დროს.

უკუქმედება: უკუმაჩვენებელია ანემიის, შარდის ბუშტისა და თირკმელების მწვავე ანთების, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის, ოპერაციების შემდგომ პერიოდებში, ასევე ინდივიდუალური შეუთავსებლობის დროს.

**შამბალილა, ულბო – *Trigonella foenum-graecum* L.
ოჯ. პარკოსანნი - Fam. Leguminosae (Fabaceae)**



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა. დერო მომრგვალოა, ზედა ნაწილში დატოტვილი. ფოთლები მოგრძო ლანცეტაა, მახვილწვერიანი, სამნაკვითიანი. ნაყოფი – 10 სმ სიგრძის ხმლისებრი პარკია, 5-20 მდე, წვრილი, ბრტყელი, მოყავისფრო თესლით ყვ. V-VI; ნაყ. VIII.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია აღმოსავლეთ ევროპაში, კავკასიაში, თურქეთში, ერაყში, ირანში, შუა აზიაში, ეგვიპტესა და ეთიოპიაში. ფართოდაა კულტივირებული თითქმის ყველა ქვეყანაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნედლეულს ბალახი და თესლები წარმოადგენს. შეიცავს ნიკოტინის მჟავას, რუტინს, სტეროიდულ საპონინებს, ფიტოსტეროლებსა და ფიტოსტერინებს, ფიტოექსტროგენებს,

ფლავონოიდებს, ლორწოს, მწარე ნივთიერებებს, ეთერზეთებს, ცხიმზეთებს, ცილებს, ტანინებს, ვიტამინებსა (A, C, B₁, B₂, B₉) და ენზიმებს, ალკალოიდ ტრიკონელინს, ქოლინს, ლეციტინს, გალაქტომანინს, სტეროიდებს – დიოსგენინს, გიტოგენინს, ტიგოგენინს, გლიკოზიდებს – დიოსცინსა და იამოსცინს; აგრეთვე სახამებელს, ნახშირწყლებს, შაქრებს, ანტიოქსიდანტებს და ანთების საწინააღმდეგო შენაერთებს, როგორცაა - აპიგენინი, გენისტეინი, კემპფეროლი, კვერცეტინი, რუტინი, სელენი და სუპეროქსიდისმუტაზა.

ხასიათდება ამოსახველებელი, ლორწოს დამშლელი, შარდმდენი, ანთების საწინააღმდეგო, ჭრილობების შემახორცებელი, დამამშვიდებელი, შემომგარსავი, ლაქტოგენური, სპაზმოლიტური, მატონიზირებელი, საერთოგამაჯანსაღებელი, აღმდგენი მოქმედებით; არის აფროდიზიაკი, სიცხის დამწვევი; ლიმფური სისტემის საშუალებით ორგანიზმიდან ღვინის ტოქსინებსა და ალერგინებს; ამცირებს სისხლში ქოლესტერინის შემცველობას, ამადლებს ჰემოგლობინის დონეს, აქვეითებს სისხლის წნევას.

უძველეს სამკურნალო მცენარეთა რიცხვს მიეკუთვნება; ძველ ეგვიპტეში იყენებდნენ სიცხის დამწვევ და მატონიზირებელ საშუალებად, მშობიარობის შესამსუშუბუქებლად და ლაქტაციის გასაძლიერებლად; ინდოეთში - წყლულოვანი დაავადებებისა და ქალის ორგანიზმის გასაძლიერებლად; ჩინელი ექიმები ხმარობდნენ თიაქარის, ციებ-ცხელების, შარდის ბუშტის, ნაწლავებისა და ფილტვების დაავადებების, კუნთებისა და მუცლის ტკივილებისა და იმპოტენციის დროს; შამბალილას სამკურნალო თვისებებს მაღალ შეფასებას აძლევდა ჰიპოკრატე; ევროპაში, IX ს-დან დაწყებული ფართოდ გამოიყენებოდა ხალხურ მედიცინაში ჭრილობების, რესპირატორული და კუჭის დაავადებების, ციებ-ცხელების, მტკივნეული მენსტრუაციის დროს; ჩრდილოეთ ამერიკაში კოლონისტები იყენებდნენ ქალის დაავადებების სამკურნალოდ და ა.შ.

ამჟამად სამედიცინო პრაქტიკაში თესლების ნახარში რეკომენდებულია: დიზენტერიის, კუჭის მოუნელებლობის, ქრონიკული ხველების, ალერგიული დაავადებების, ბრონქიტის,

გრიპის, წყალმანკის, კბილის ტკივილების, ნევრასტენიის, ართრიტების, ხერხემლის რადიკულიტის სამკურნალოდ. მას უნიშნავენ წონის დაკარგვის, მძიმე ოპერაციების შემდგომ, განსაკუთრებით კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის, ტუბერკულოზის, ფილტვებისა და ელენთის დაავადებების, გაციების, ხველების დროს; იყენებდნენ მადის გასაძლიერებლად, ვიტამინ PP –ს ნაკლებობისას.

დაქუცმაცებული თესლები გარეგანად მალამოებისა და საფენების სახით გამოიყენება კანის დაავადებების (ეგზემა, წყლულოვანი ჭრილობები, ფურუნკულები, ჩირქგროვები, მუწუკები) სამკურნალოდ.

სადღეისოდ სამკურნალოდ ფართოდ გამოიყენება შამბალილას აღმონაცენი, ხასიათდება მიზანმიმართული გამაჯანსაღებელი და პროფილაქტიკური მოქმედებით. შეუცვლელია ანემიის, ორგანიზმის გამოფიტვის, ნევრასტენიის დროს; აქვეითებს ქოლესტერინის დონეს სისხლში, იცავს გულს დაავადებებისაგან, ეფექტურია ლამპლიოზთან საბრძოლველად, ხელს უწყობს ნაწლავების მიკროფლორის გაჯანსაღებას, თრგუნავს პათოგენურ მიკროორგანიზმებს. მხნეობის ნამდვილი წყაროა.

უაუქმედება: უკუმაჩვენებელია ფეხმძიმე და მეტუბური ქალებისათვის.

შაქრის ლერწაბი – *Saccharum officinarum* L.
ოჯ. მარცლოვანნი - Fam. Gramineae (Poaceae)



მორფოლოგია: გიგანტური მრავალწლოვანი ბალახოვანი

მცენარეა, მოქნილი ღეროების სიმაღლე მერყეობს 2 - 6 მ-მდე, დიამეტრი 4 სმ აღწევს, ხასიათდება მხოზავი ფესურითა და მრავალრიცხოვანი ყლორტებით. ფოთლები მორიგეობითია, გრძელი, ბრტყელი, ლანცეტისებრი ფორმის, ტყავისებრი, მახვილკიდეებიანი, ლეგა-მომწვანო შეფერილობის. ყვავილობს ივლისიდან სექტემბრის ჩათვლით, ყვავილელი მრავალბეწვიანი რბილი ბამბურა გადაშლილი საგველაა, რომლის სიგრძე 30 სმ აღწევს, იისფერი შეფერილობისაა.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: შაქრის ღერწამი ცნობილია მხოლოდ კულტურაში, მრავალი ჯიშის სახით, სადაც თესლს არ ივითარებს და ვეგეტატიურად - კალმებით, ფესურების დაყოფით მრავლდება. გრძელი სავეგეტაციო პერიოდიდან გამოდინარე, მისი კულტურა მხოლოდ ცხელ ქვეყნებშია შესაძლებელი. ღერწმის შაქრის წარმოების მიხედვით პირველ ადგილებზეა ბრაზილია, ინდოეთი და ჩინეთი.

კულტურის წინაპრად მიიჩნევენ სპონტანურ შაქრის ღერწამს (*Saccharum spontaneum*), რომელიც ველურად იზრდება აზიისა და აფრიკის ტროპიკულ და სუბტროპიკულ რაიონებში; თუმცა არსებობს სხვა ვარაუდიც, რომ ის ინდური წარმოშობის ორი ან რამდენიმე სახეობის ჰიბრიდია.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამრეწველო ნედლეული ღეროებია, ყვავილობამდე ხელით გროვდება, ხდება მისი სწრაფი გადამუშავება; მცენარის შემადგენლობაში აღინიშნება 12%-მდე უჯრედისი, 21% შაქარი, მინერალური მარილები, სახამებელი, ცილები და 70%-ზე მეტი წყალი. სახაროზის მაქსიმალური შემცველობა გარანტირებულია ღეროების ზრდის მომენტში. შაქარი მიიღება ღერწმის წვენი აორთქლებით კრისტალიზაციამდე.

შაქრის ღერწამი არა მხოლოდ შაქრის მიღების უმნიშვნელოვანესი წყაროა, მას სხვადასხვა სამკურნალო დანიშნულებითაც ხმარობენ, უმთავრესი კი გულის დაავადებებია. ღეროებს ჭრიან 30-50 სმ სიგრძის ნაწილებად, ასუფთავებენ ქერქისაგან და იყენებენ საკვებად (უფრო სწორედ საღებავად); პოპულარულად ითვლება 3 სმ-მდე დიამეტრის ღეროები, ვინაიდან

საღებად უფრო მოსახერხებელია. მოსავლის შეგროვების პერიოდში ჩინეთის ქუჩებში მრავალრიცხოვანი ვაჭრები მყიდველებს სთავაზობენ მეტად პოპულარულ ტკბილი წვენიან შემცველ ნუგარს, რომელიც ამავდროულად ხელს უწყობს კბილების გასუფთავებასა და გამაგრებას.

უკუქმედება: არ გააჩნია.

შაქრის პალმა – *Arenga sacharifera* Labill.
ოჯ. პალმები – Fam. Arecaceae (Palmae)



მორფოლოგია: 7-12 მ-მდე სიმაღლის ორსახლიანი მცენარეა; პალმის ტანი დაფარულია ჩამოცვენილი ფოთლების ნაჭდევებით, რომელიც ახდენს შავი ბოჭკოს მასის ფორმირებას. ფოთლები დიდა, ვერტიკალური, გრძელყუნწიანი, ზედა მხრიდან – მუქი მწვანე, ქვედაზე – მოთეთრო ფერის. ყვავილელი 2-3 მ სიგრძისაა, შედგება მდებრობითი და მამრობითი ყვავილეებისაგან. ნაყოფი კენკრასებრია, ყავისფერი, შეხებისას კანს აზიანებს.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია ინდოეთში, ბირმაში, ტაილანდსა და მალაიზიაში, ბუნებრივ დიაპაზონში იზრდება ექსტენსიურად; კულტივირებულია არეალის ფარგლებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ნაყოფების რბილობი ტკბილია, საკვებად ვარგისი. მისი წვენიდან მიღებული შაქარი რეგიონში მნიშვნელოვან ეკონომიურ პროდუქტს წარმოადგენს.

შაქრის წვენს ლეულობენ ყვავილეების მოჭრილი ღერძიდან, რის შემდეგაც შაქრად ამუშავებენ. შეიცავს დიდი რაოდენობის მონოსაზარიდებს (გლუკოზასა და ფრუქტოზას) და სახაროზას. გაუსუფთავებელი პალმის შაქარი ყავისფერია, სასიამოვნო გემოთი და სუნით, შეიცავს 50-75% შაქრებს. 1 ჰა პლანტაციიდან (150-200 პალმა) მიიღება 20 ტ შაქარი. შაქრის ღერწამთან შედარებით, არ ხდება მისი ექსპორტირება, მხოლოდ ადგილობრივი დანიშნულებისაა; შაქრის მიღების შემდეგ, ფილტრაციის შედეგად მიიღება სუსტი ალკოჰოლური სასმელი, შემდგომი გადამუშავებით კი არაყი “ტოდი.”

უაუქმდება: უვნებელია.

**შირბახტი, ქუნჯუტი - *Sesamum indicum* L.
ოჯ. შირბახტისებრნი - Fam. Pedaliaceae**



მორფოლოგია: ერთწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა. ფოთლები მორიგეობითია, მოპირისპირედ განწყობილი, მთლიანი. ყვავილები დიდი ზომისაა, უბისეული, 1-3 დიქაზიუმებად შეკრებილი, საყვავილე ყუნწები მოკლეა, ძირთან ორი თანაყვავილის

ფოთოლაკებითა და მომრგვალო ჯირკვლებით. გვირგვინი ზარისებრია, ან ძაბრისებრ-მილისებრი, თითქმის ორტუჩა, 3 (იშვიათად 5) ქვედა ნაკვითიანი და მოკლე ორნაკვითიანი ზედა ტუჩით. ნაყოფები მცირე ზომის მოგრძო, ძირამდე ხსნადი, ოთხწახნაგოვანი, ღეროსთან მიტაკეცილი კოლოფებია, სხვადასხვა შეფერილობის, მუქი შავიდან – თეთრამდე შეფერილობის თესლებით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ველურად არ აღინიშნება; ფართოდაა კულტივირებული ყველა ტროპიკულ და სუბტროპიკულ რეგიონებში, სადაც ზოგჯერ ველურდება.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: მნიშვნელოვანი ზეთოვანი კულტურაა. ძირითად ნედლეულს თესლები წარმოადგენს; გამოიყენება კულინარიაში, მედიცინაში და კოსმეტოლოგიური მიზნებისათვის; შეიცავს დიდი რაოდენობის ზეთებს, რომლებიც შედგება ორგანული მჟავებისაგან, გავრეებულ და ნახევრადგავრეებული ცხიმოვანი მჟავებისაგან, ტრიგლიცერიდებისა და გლიცერინის ეთერებისაგან, აგრეთვე შეიცავს მძლავრ ანტიოქსიდანტს სეზამინს, რომელიც სასარგებლოა მრავალი დაავადების, მათ რიცხვში კიბოს პროფილაქტიკისათვის; აღინიშნება აგრეთვე ნახშირწყლები, ამინომჟავები, ცილები, ვიტამინები (A, B, C, E), მინერალური მარილების შენაერთები (Ca, P, Fe, K, Mg- ის), უჯრედისი, ლეციტინი და ნივთიერება ფიტინი.

ოფიცინალური მედიცინა თესლებიდან მიღებულ ზეთს საფუძვლად იყენებს ცხიმში ხსნადი პრეპარატების დასამზადებლად, რომლებიც ინექციის სახით გამოიყენება. ზეთისგან ამზადებენ ემულსიებს, მალამოებს, პლასტირებს. მედიცინაში შინაგანად იყენებენ თრომბების, თრომბოფლებიტისა და ჰემორაგიული დათეზის დროს. ამალღებს თრომბოციტების რიცხვს და აჩქარებს სისხლის შედედებას. ზეთის მიღება ამსუბუქებს სუნთქვას ბრონქიალური ასთმის, ქოშინისა და მშრალი ხველებისას. ანეიტრალებს სისხლის მჟავიანობას და კუჭის წვენის მაღალ სიმჟავეს; ხელს უწყობს წონის მომატებას, სხეულის გაკაჟებას. იყენებენ გაციების, კუჭის აშლილობის, გასტრიტისა და წყლულოვანი კოლიტის,

კბილებისა და ღრძილების გასამაგრებლად, კანის სხვადასხვა დაავადებების და ჭიისმდენ საშუალებად.

შირბახტის სასარგებლო თვისებებიდან ერთი მეტად მნიშვნელოვანია - წარმოადგენს ადამიანის ორგანიზმში კირის მიღების ძირითად წყაროს. ითვლება, რომ ყოველდღიურად თესლის მიღება იწვევს ორგანიზმში კირის უკმარისობის შევსებას, რომელიც საერთოდ უმნიშვნელოა ბოსტნეულსა და ხილში.

უკუქმედება: ვინაიდან შირბახტი აუმჯობესებს სისხლის შედედებას, თრომბოზებით დაავადებულთათვის არ არის რეკომენდებული. უკუმაჩვენებელია შარდკენჭოვანი დაავადებების დროსაც.

ჩვეულებრივი ბამბუკი – *Bambusa vulgaris* Schrad. ex Wendl.
ოჯ. მარცვლოვანი (ქვ. ოჯ. ბამბუკისებრი)
Fam. Poaceae (Bambusoideae)



მორფოლოგია: მარადმწვანე მრავალწლოვანი ერთლებნიანი ფესურიანი მცენარეა მრავალრიცხოვანი ყლორტებით; ღერო გამერქნებულია, ჯერ მწვანე, შემდეგ ოქროსფერ-ჩალისფერი, დამუხლული, უხვად დატოტვილი მრავალრიცხოვანი ფოთლებითა და ტოტებით, აღწევს 20-25 მ-მდე სიმაღლეს. ფოთოლი მუქი მწვანეა, ლანცეტისებრი, 15-18 სმ სიგრძისა და 1,3 სმ სიგანის, მოკლეყუნწიანი. ყვავილობს 25 წელიწადში ერთხელ უხვად, წარმოქმნის ნაყოფებს, რის შემდეგაც კვდება; ყვავილები საგველასებრ ყვავილედებადაა შეკრებილი, ნაყოფი მარცვალია.

ბამბუკი გამოირჩევა სწრაფი ზრდით, დღე-ღამეში 40 სმ-ის ნაზარდს იძლევა, ხოლო 3 წელიწადში მერქნოვანი ხდება.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო აღმოსავლეთ აზიაა.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ბამბუკის გამოყენების შესაძლებლობები თითქმის განუსაზღვრელია; მისგან აკეთებენ ტივებს, ხიდებს, სახლის ყველა ნაწილს, წყალსადენ მილებს, ავეჯს, მუსიკალურ ინსტრუმენტებს, თხევადი და ფხვიერი სხეულების ჭურჭელს, ქაღალდს, ნორჩ ყლორტებს ხმარობენ როგორც ბოსტნეულს და ა.შ.

გამოირჩევა ანტიბაქტერიული თვისებებით, რაც გამოწვეულია ბოჭკოში არსებული ძლიერი ანტისეპტიკის არსებობით. ხშირად გამოიყენება ანთების საწინააღმდეგო და საერთო გამაჯანსაღებელ საშუალებად, კერძოდ გაციებისა და გრიპის შემთხვევაში; მწვანე ბამბუკი ჯანმრთელობის უნიკალური წყაროა, მისი ბოჭკოდან დამზადებული ნახელავები სასარგებლოა ასთმით შეწუხებული და ალერგიული რეაქციის მქონე პირთათვის.

ბამბუკის ძალის სიძლიერეს განსაზღვრავს კრემნიუმის მჟავის მაღალი კონცენტრაცია, რომელიც აუცილებელია ორგანიზმის ნორმალური მოქმედებისათვის; როგორც ცნობილია ასწორებს კანს, ხელს უწყობს შეხორცებას, ძვლების, ფრჩხილებისა და თმების გამაგრებას, ასევე ხასიათდება დეპრესიული მდგომარეობის დროს დამამშვიდებელი ეფექტით, რის გამოც ფართოდ გამოიყენება აღმოსავლურ ტრადიციულ მედიცინაში.

მდიდარია ანტიოქსიდანტებით, ფლავონოიდებით, ლაქტონით, ფენოლური მჟავებით, პოლიოზით, უჯრედისით, ცილებითა და სხვა არაორგანული შენაერთებით. ნედლი ყლორტები შეიცავს 92,4% წყალს, 4% უჯრედისს, 1,9% ცილებს, 0,7% ნახშირწყლებს, 0,7% არაორგანულ ნივთიერებებსა და 0,2% ცხიმებს.

აქედან გამომდინარე მრავალმხრივი სამკურნალო თვისებებით გამოირჩევა. ითვლება შესანიშნავ მატონიზირებელ, შარდმდენ, ამოსახველებელ, მასტიმულირებელ და ჩასახვის საწინააღმდეგო საშუალებად; აუმჯობესებს გულ-სისხლძარღვთა მოქმედებას,

რეკომენდებულია კუნთოვანი ქსოვილების სპაზმის, ამენორეის და ძალის დაკარგვისას; განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია ორგანიზმის საკვებმომხლებელი სისტემის დარღვევების, წყლულოვანი დაავადებებისა და დიარეის დროს; მრავალ აზიურ ქვეყანაში მას იყენებენ ტუბერკულოზის, სიყვითლის, დიზენტერიის, ციებ-ცხელების სამკურნალოდ, ხოლო ევროპელი ჰომეოპატები თვლიან, რომ კარგად უმკლავდება შაქრიან დიაბეტს. ფაქტიურად ამ უნიკალური მცენარის თითოეული ნაწილი ჯანმრთელობის წყაროა. მისი ფოთლები ხასიათდება ამოსახველებელი და სიცხისდამწვევი მოქმედებით; ფესვები- ორგანიზმის გამაძლიერებელი საშუალებაა, ხოლო წვენი ეპილეპსიისა და აპოპლეკსიის საუკეთესო წამალია.

ბრძენი ჩინელები უძველესი დროიდან ამზადებდნენ ბამბუკის ექსტრაქტს, მდიდარია რა მინერალებით, პოლისახარიდებით, ორგანული და ამინომჟავებით ელექსირი იწვევს სისხლძარღვების კედლების გამაგრებას, ამალღებს ტონუსსა და ელასტიურობას, აუმჯობესებს ქსოვილებში სისხლისმოდრობას და აქვეითებს კაპილარების გამტარუნარიანობას.

თანასმად ძველი აღმოსავლური ტრადიციებისა, ბამბუკი ხასიათდება მრავალრიცხოვანი სამკურნალო თვისებებით, არის უნიკალური მცენარე, ადაღენს ადამიანის ორგანიზმში ენერჯის ბალანსს, არის საოცრად პლასტიური და ერთდროულად მეტად გამძლე. მასთან დაკავშირებულია მრავალი დადებითი სიმბოლური მნიშვნელობები; მიაჩნდათ, რომ წარმოადგენს სიტურფის, მდგრადობის, მუდმივობის, მოქნილობის, კარგი აღზრდისა და მეგობრობის მაგალითს. ჩინეთში მცენარე განასახიერებს დღევრძელობასა და შვილებისადმი კეთილდამოკიდებულებას, ინდოეთში - მეგობრობას. ფილიპინელები თილისმის სახით პლანტაციებში ბამბუკის ჯვრებს არჭობენ, ბენიერების მოზიდვის ნიშნად.

უაუქმედება: მცენარის გამოყენებისას სიფრთხილის დაცვაა საჭირო, ვინაიდან ნორჩი ყლორტები შეიცავს შხამიან ციანოგენურ გლიკოზიდს, რომელიც იშლება კულისარული დამუშავებისას.

ჩვეულებრივი ბეგქონდარა - *Thymus vulgaris* L.
ოჯ. ტუჩოსანნი - Fam. Labiatae (Lamiaceae)



მორფოლოგია: ნახევრადბუჩქია, კარგად განვითარებული მთავარლერძა ფესვით. ღერო გამერქნებულია, ოთხწახნაგოვანი, ძირიდანვე ძლიერ დატოტვილი, 50 სმ-მდე სიმაღლის; ფოთლები მოპირისპირეა, წვრილი, მოგრძო-უკუკვერცხისებრი, მოკლევუნწიანი, ორივე მხრიდან დაფარულია წერტილოვანი ჯირკვლებით. ყვავილები განლაგებულია ზედა ფოთლების უბებში, თანაყვავილები წვრილია, ლანცეტა ფორმის. გვირგვინი ორტუჩაა, ბაცი იისფერი, ვარდისფერი ან თეთრი. მტვრიანა 4. ნაყოფი შედგება ოთხი კაკლუჭისაგან, მომრგვალოა, მურაყავისფერი. 1000 თესლის წონა 0,3 გ-ია. ყვ. V-VII; ნაყ. VIII.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ხმელთაშუაზღვეთური მცენარეა. საქართველოში ბუნებრივად იზრდება ამ გვარის სხვა სახეობები, რომლებიც ქართულ ხალხურ მედიცინაში ფართოდ გამოიყენება.

ჩვეულებრივი ბეგქონდარა კულტივირებულია საბერძნეთში, ესპანეთში, პორტუგალიაში, სამხრ. საფრანგეთში, გერმანიაში, აშშ-ში, რუსეთში, უკრაინაში, უნგრეთსა და სხვ.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სანელებელი მცენარეა. სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები; შეიცავს ეთერზეთებს 0,8-1,2 მგ% - მდე. მისი ხარისხი განისაზღვრება

თიმოლით, რომლის შემცველობაა 42 მგ%. სხვა შემადგენელი ნაწილებია: კარვაკროლი, ტერპინელოლი, ბორნეოლი, კარიოფილენი, ლინალოლი და სხვ. ეთერზეთების გარდა შეიცავს - თიმონის ტრიტერპენულ მჟავებს, თიმუს-საპონინს, ურზოლისა და მჟაუნმჟავებს, უმნიშვნელო რაოდენობითაა ფლავონოიდები.

ქართულ ხალხურ მედიცინაში სამკურნალოდ იხმარებოდა ფოთოლი, თესლი, წყალი, ზეთი. ბეგქონდარას წყალს ტკივილის გამაყუჩებელ თვისებას მიაწერდნენ და მას მტკივნეულ ადგილზე ასხამდნენ; უნიშნავდნენ როგორც ამოსახველებელ წამალს; შედიოდა თაფლით შეზღვილი წამლის შემადგენლობაში, რომელიც იხმარებოდა როგორც შინაგანი საშუალება გულის დაავადებებისას, აძლევდნენ სისხლიანი ფაღარათის დროს; თიაქარის შემთხვევაში მის ნახარშს ცხელი საფენების სახით ადებდნენ მტკივნეულ ადგილს, თავის ტკივილებისას კი მისი ნახარშით თავს იბანდნენ.

ხასიათდება ანტისეპტიკური, მადეზინფიცირებელი, ტკივილგამაყუჩებელი, ამოსახველებელი მოქმედებით, გამოიყენება ბრონქიტისა და ყვიანახველის დროს.

სამედიცინო პრაქტიკაში იხმარება თიმოლი, გამოირჩევა მაღალი ბაქტერიოციდული აქტივობით პათოგენური კოკებისა და სოკოების მიმართ, რის გამოც ფართოდ გამოიყენება ეპიდემოფიტებისა (კანის სოკოვანი დაავადებები) და აქტინომიკოზების საწინააღმდეგოდ.

უაუქმედება: კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულოვანი დაავადებები, ორსულობა.

ჩვეულებრივი მანანა - *Calluna vulgaris* (L.) Huil.
ოჯ. მანანასებრნი - Fam. Ericaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე ძლიერ დატოტვილი ბუჩქია წვრილი სამწახნაგოვანი ფოთლებით. ყვავილები წვრილია, შეკრებილია ცალგვერდა მტევნისებრ ყვავილედად. ჯამის ფოთოლაკები გვირგვინის ფურცლებზე გრძელია, მის მსგავსად ლილისფერ-ვარდისფერი შეფერილობის. ნაყოფი წვრილი ხსნადი კოლოფია.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია ევროპაში, აზიის ზომიერ სარტყელში, ჩრდ. ამერიკის ატლანტისპირეთში, ჩრდ. აფრიკასა და აზორის კუნძულებზე.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: მანანას ნექტრისაგან მიღებული თაფლი ანტისეპტიკური თვისებებით გამოირჩევა. შველის ბრონქიალურ ასთმას, ასუფთავებს სისხლს, ხასიათდება შარდმდენი მოქმედებით, გამოიყენება შარდის ბუშტისა და თირკმელებში ქვების, რევმატიზმისა და ნიკრისის ქარების სამკურნალოდ.

სამკურნალო ნედლეული ყვავილები და მოყვავილე ყლორტების წვერობია. შეიცავს ფლავონოიდებს, კვრცეცხინსა და მირეციტინის წარმოებულებს, არბუტინს, მთრიმლაკ ნივთიერებებს, ეთერზეთებს, პოლისახარიდებს. ხალხურ მედიცინაში ნაყენების სახით იხმარება როგორც ანთების საწინააღმდეგო, დიურეზული, ანტიბაქტერიული საშუალება ცისტიტის, შარდკენჭოვანი და კანის

დაავადებების, ნიკრისის ქარების, რევმატიზმისა და გაციებისას. გამოიყენება ჰომეოპათიაშიც.

უკუქმედება: მცენარე შხამიანია, რის გამოც შინაგანი მიღებისას ზუსტად უნდა იყვეს დაცული ფიტოთერაპევტის მიერ მითითებული ნორმები.

ჩვეულებრივი ნუში - *Amygdalus communis L.*

ოჯ. ვარდისებრი - Fam. Rosaceae



მორფოლოგია: პატარა 4-6 მ სიმაღლის, ძლიერ დატოტვილი ხეა. ყლორტები ორი ტიპისაა: წაგრძელებული ვეგეტატიური და დამოკლებული გენერაციული. ფოთოლი ლანცეტაა; ყვავილი მარტოულია, თეთრი ან ბაცი-ვარდისფერი გვირგვინის ფურცლებით, მრავალრიცხოვანი მტვრიანებით და ერთი ბუტკოთი. ნაყოფი - ხავერდოვნად შებუსუსული ოვალური ერთი კურკაა, მშრალი ნაყოფედი მომწიფებისას ადვილად სცილდება კურკას. კურკა ნაყოფის ფორმისაა, დაფარულია წვრილი ორმოებით, ზოგჯერ ღარებით, 2,5-3,5 სმ სიგრძის, წონით 1-5 გ. გემოვნებით არჩევენ ნუშის ორ ფორმას: ტკბილი და მწარე, თუმცა მორფოლოგიურად ეს ფორმები ერთგვაროვანია. ყვ. III-IV; ნაყ. VIII.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ველურად იზრდება შუა აზიაში, ავღანეთში, ირანში, სამხრეთ კავკასიაში, მცირე აზიაში. კულტურაში შეტანილია ბუნებრივი არეალის საზღვრებში

ჩვენს ერამდე რამდენიმე ათასი წლით ადრე. 4 - 3 ათასი წლის წინათ მისი მოყვანა დაიწყო ძველ საბერძნეთში, საიდანაც შეტანილ იქნა რომის იმპერიაში, ჩრდილოეთ აფრიკასა და პირენეის ნახევარკუნძულზე. დაახლოებით VIII-IX საუკუნეებში მისი კულტივირება იწყება საფრანგეთში. XIX ს-ის შუა პერიოდში ნუშის კულტურა ვრცელდება ამერიკაში, უმთავრესად აშშ-ში. სადღეისოდ მოჰყავთ თბილი კლიმატის მთელ რივ ქვეყნებში, საერთო ფართობი 0,5 მილიონ ჰა შეადგენს.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: კაკლოვანი კულტურაა. კულტურულ ნარგაობებში ჭარბობს ნუშის ტკბილი ფორმები. მისი გული მნიშვნელოვანი საკვები პროდუქტია, გამოიყენება ნედლი, მოხალული, დამარილებული სახით. იხმარება ტორტების, ნამცხვრების, შოკოლადის და სხვა მრავალი საკონდიტრო ნაწარმის დასამზადებლად.

კურკის გული (თესლები) შეიცავს 40-60 მგ% ცხიმოვან ზეთებს, 20-30 მგ% ცილებს, ნახშირწყლებს (გლუკოზა, გალაქტოზა, მალტოზა და საქაროზა), ორგანულ მჟავებს, ვიტამინებს (B₁, B₂), ლორწოს, გლიკოზიდ ამიგდალინს; ფოთლებში აღინიშნება ციანოგენური შენაერთები (ამიგდალინი), ფენოლკარბოლმჟავები, ფლავონოიდები.

ნუშის ზეთი იხმარება საკვებ, სამედიცინო, პარფიუმერიულ წარმოებაში; გამოიყენება სამკურნალო და კოსმეტიკური მალამოების ფუძედ, შინაგანად - როგორც სასაქმებელი და შემომგარსავი საშუალება.

ძველ ქართულ სამედიცინო ხელნაწერებში ნახსენებია მწარე და ტკბილი ნუში. კერძოდ აღნიშნულია, რომ კანგაცლილი ტკბილი ნუში თაფლთან ერთად იწვევს ფილტვის, ღვიძლის, თირკმელებისა და ტყირპის გაწმენდას; დანაყილი ნუში თოხლო კვერცხთან ერთად ხველების საწინააღმდეგოდ იხმარებოდა; ნუშის ზეთს მტკივნეული და გასიებული ადგილის შესაზელად იყენებდნენ, ურჩევდნენ თავის ტკივილის დროსაც; ტვინის ზოგიერთი დაავადებისას მწარე და ტკბილი ნუშის ზეთიან წამალს ხანგრძლივად უწვეთებდნენ ცხვირში; ენის დასიების დროს ენას ზეთით უზელდნენ, ტკბილი ნუშის ზეთს ხმარობდნენ ხველების,

შარდის ბუშტის წყლულისა და ტკივილების სამკურნალოდ, აგრეთვე კუჭის შეკრულობის დროს.

ხასიათდება ტკივილგამაყუჩებელი, სისხლდენის შემაჩერებელი, დამამშვიდებელი, საფაღარათო, ანტიეპილეფსიური, ანტირადიაციული მოქმედებით.

სამედიცინო პრაქტიკაში გამოიყენება კუჭის არეში ტკივილების, დიაბეტის, სისხლიანი ხველის, თირკმლის ჭვლეების, შარდის გამოყოფის გაძნელების, კრუნჩხვების, გულის დაავადებების, ნერვული სისტემის მოშლილობის, სტომატიტების დროს.

უაუქმედება: არ შეიძლება უმწიფარი ნუშის ჭამა, მათში შემავალი ციანიდების გამო, რომელიც იწვევს მოწამლვას; ასევე მიუღებელია მწარე ნუშის საკვებად გამოყენება მასში არსებული გლიკოზიდ ამიგდალინის შემცველობის გამო, რომელიც იხლიჩება გლუკოზად და ძლიერ შხამიან ნივთიერებად - სენილურ მჟავად.

ჩვეულებრივი წიწაკა – *Capsicum annuum* L.
ოჯ. ძალფურძენასებრნი - Fam. Solanaceae



მორფოლოგია: კულტურაში ერთწლოვანი მცენარეა (სამშობლოში – მექსიკასა და გვატემალაში ნახევრადბუჩქი) 1 მ-მდე სიმაღლის სწორმდგომი, გადაშლილი ან გართხმული, მომრგვალო ან ხუთწახნაგოვანი ღეროთი. ფოთოლი ყუნწიანია, კვერცხისებრი ან ლანცეტა, მსგავსად ღეროებისა მწვანედან - მუქ იისფერამდე, შიშველი ან შებუსული. ყვავილები მარტოულია ან

მოკლე ყვავილედან შეკრებილი, თეთრი, ყვითელი ან იისფერი, ორმაგი ხუთწევრიანი ყვავილსაფრით; ნაყოფები ჩაქინდრულია ან აშვერილი, ხორცოვანი, განსხვავებული ფორმით (ჭარბობს კონუსური და მოგრძო-კონუსური ფორმები), სიდიდით (1-20 სმ-მდე სიგრძის, რბილობის სისქე 0,1 -5-8 მმ-მდე), შეფერილობით (ბაცი მწვანე, ყვითელი, ნარინჯისფერი, კრემისფერი, მოყვითალო-ყავისფერი, მოშავო-იისფერი, წითელი და ა.შ.) და გემოთი. თესლი მრავალრიცხოვანია, ბრტყელი, ბაცი ყვითელი. ყვ. V; ნაყ. VIII-IX.

ისტორია და კულტურის გაგრძელება: სადღეისოდ ველურად არ გვხვდება. კულტურაში შეტანილ იქნა ახალ წელთაღრიცხვამდე რამდენიმე ათასწლეულით ადრე ცენტრალურ ამერიკაში. XV ს-ის ბოლოს ქრისტოფორ კოლუმბის ექსპედიციებისას სხვა მცენარეებთან ერთად ძველ სამყაროში წიწაკაც იქნა ჩამოტანილი. ევროპაში პირველად მას ეგზოტიკის მოყვარულები ამრავლებდნენ, შემდგომ საოცრად სწრაფად გაგრძელდა მთელ რიგ ქვეყნებში. უკვე XVI ს-ში მათი გამოზრდა წარმოებდა თანამედროვე გერმანიის, ბელგიის, ინგლისის, უნგრეთის, ბულგარეთის ტერიტორიებსა და ბალყარეთის ნახევარკუნძულზე. რუსეთში მოჰყავთ XVII ს-დან, უმთავრესად სამხრეთ რაიონებში, ვინაიდან წიწაკა სითბოს მოყვარული მცენარეა ვეგეტაციის ხანგრძლივი პერიოდით. ამავე პერიოდში ვრცელდება მისი კულტურა საქართველოშიც.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: წიწაკის მრავალრიცხოვანი ჯიშები ორ ჯგუფად იყოფა; ბოსტნეული და სანელებლიანი; ბოსტნეული ჯგუფის ნაყოფები, რომლებსაც ტკბილ წიწაკას უწოდებენ - პოპულარული საკვები პროდუქტია (ცნობილია ასევე ბულგარული წიწაკის სახელწოდებით). სხვა ფორმა - მწვავე, ან ჭოტოსანი წიწაკა მოჰყავთ როგორც სანელებელი მცენარე.

ბოსტნეული ჯიშების რბილობი შეიცავს 8-დან 20 მგ%-მდე მშრალ ნივთიერებებს, მათ რიცხვში 7,4 მგ% შაქარსა და 2,6 მგ% ნელს ცილებს. მასში ბევრია ვიტამინები, განსაკუთრებით კაროტინი (პროვიტამინი A) და ასკორბინის მჟავა, მისი შემცველობით ზოგიერთი ჯიშის ნაყოფი აჭარბებს ყველა

ბოსტნეულსა და ხილსაც - ნაყოფის რბილობის 100 გ ნედლ ნივთიერებაში შეიძლება დაგროვდეს 480 მკ ასკორბინის მჟავა. მნიშვნელოვანი რაოდენობით აღირიცხება B ვგუფის ვიტამინებიც (თიამინი, პიბოფლავინი, ფოლიოს მჟავა), აგრეთვე P - ის აქტიური ნივთიერებები, ნახშირწყლები, სახამებელი, ცხიმები, უჯრედისი, ალკალიდი კაპსიკინი, ფიტონციდები, საპონინები.

ხასიათდება გამაუმტკივნეული, მადისაღმძვრელი, ნერვული დაბოლოებების გამაღიზიანებელი, საჭმლის მომნელებელი ფერმენტების სინთეზის გამაძლიერებელი და ანტივირუსული მოქმედებით.

მედიცინაში გამოიყენება ნევრალგიის, რადიკულიტის, მიოზიტის, საჭმლის მომნელებელი ფერმენტების აქტივობის დაქვეითების შემთხვევაში.

ფარმაცევტული წარმოება უშვებს წიწაკის შემდეგ პრეპარატებს: წიწაკის სპირტიანი ნაყენი, მალამო მოყინვის საწინააღმდეგოდ, წიწაკას საფენი, “კაპსინი”, “კაპსიტრინი”, წიწაკა - ნიშადურის ლინიმენტი, წიწაკა - ქაფურის ლინიმენტი. აღნიშნული პრეპარატები ძირითადად გამოიყენება დასაზღვლად ნევრალგიის, მიოზიტების, რადიკულიტის დროს.

უკუქმედება: უკუმაჩვენებელია კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის, გასტრიტის დროს; დიდ დოზებში მიღება იწვევს კუჭ-ნაწლავის მწვავე მოშლას.

ჩინური ღვია – *Juniperus chinensis* L.
ოჯ. კვიპაროზისებრნი - Fam. Cupressaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე საშუალო სიხშირის ბუჩქია, ვარჯის სიმაღლე და დიამეტრი 4-5 მ-ია, წლიური ნაზარდი 5-15 სმ, სიცოცხლის ხანგრძლივობა 200-მდე წელი. ერთ და ორსახლიანი მცენარეებია. წიწვები, უმთავრეად ქერქლიანია, ლეგა-მწვანე. გირჩა მომრგვალოა 5-7 მმ დიამეტრის, დასაწყისში ბაცი მწვანე, შემდეგ - შავი, მკრთალი-ცისფერი ნაფიქით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ჩრდილოეთ ჩინეთი, იაპონია და კორეა. ფართოდაა გავრცელებული მთელ მსოფლიოში; გამოყვანილია უამრავი დეკორატიული ჯიშში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: გამოირჩევა მაღალდეკორატიულობით. ნიადაგისადმი ნაკლებმომთხოვია, იზრდება ქვიანებზე, რის გამოც ხშირად გამოიყენება ქვიანი მოედნებისა და ფერდობების გასამწვანებლად, როგორც ორდინალურად, ასევე ჯგუფებსა და ალპინარიუმებში. განსაკუთრებით დეკორატიულია გართხმული ფორმები, საოცარ სილამაზეს კი მოწითალო ქერქი ქმნის.

ხასიათდება მაღალი ფიტონციდური, გაუსნებოვნებისა და ინსექტიციდური თვისებებით. მფრინავი გამონაყოფები კლავს ჰაერში არსებული მიკრობების 30 %.

ჩინური ღვია სამკურნალოდ სხვა ღვიების იდენტურად გამოიყენება. ეთერზეთებს ხმარობენ გაციებებისას, ინგალაციების ან აპლიკაციების სახით. ზეთი ხასიათდება რა

მადეზინფიცირებელი მოქმედებით, შეიძლება გამოყენებულ იქნეს ჭრილობების, ჩირქროვების, წყლულების დასამუშავებლად.

ხალხურ მედიცინაში უმთავრესად გირჩების ნაყენს იყენებენ. მიიღება წყალმანკის, შარდის ბუმტის ანთებითი პროცესების, შარდში ცილების არსებობისას, კუჭისა და ღვიძლის დაავადებებისას; აგრეთვე - ღვიძლში ქვების, ნიკრისის ქარების, რევმატიზმის, კანის გასაწმენდად სხვადასხვა მიკროორგანიზმებისაგან. ნახარში გამოიყენება ღრძილების ანთებითი პროცესების დროს პირის ღრუს გამოსავლებად, აბაზანების სახით ნიკრისის ქარებისა და რევმატიზმის დროს. მიგრენის სამკურნალოდ ხშირად იხმარება გირჩების ფხვნილი. გირჩების სპირტიანი ნაყენი გარეგანად კანის სხვადასხვა დაავადებისას გამოიყენება.

უკუქმედება: უკუმაჩვენებელია თირკმელების ანთებითი პროცესების დროს.

ჩინური ჩაის ბუჩქი - *Thea sinensis* L.

ოჯ. ჩაისებრნი - Fam. Theaceae



მორფოლოგია: ხე ან მსხვილი ბუჩქია, კულტურაში 1,5 მ სიმაღლის. ფოთლები მორიგეობითია, ტყავისებრი, ოვალური, მახვილი, მუქი მწვანე, პრიალა, 6-30 სმ სიგრძის, ნორჩი ფოთლები შებუსუსულია. ყვავილები 1-5 ცალად შეკრებილი ფოთლების უბებშია განლაგებული, 2-5 სმ დიამეტრისაა, არომატული, ორმაგი ყვავილსაფრით, გვირგვინი 5-9 თეთრი ან

ვარდისფერი ფურცლისაგან შედგება, მტვრიანა მრავალია, სამტვრეები ყვითელია. ნაყოფი 3-4 ბუდიანი კოლოფია, ბუდეში თითო ან რამდენიმე თესლია. ყვ. V; ნაყ. VIII-IX.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ველურად ჩაის ბუჩქი იზრდება ინდოეთის ჩრდილო-აღმოსავლეთით მთებში (ასამი) და ინდოჩინეთის მოსაზღვრე რაიონებში. უკვე 2500 წლით ადრე ახალ ერამდე, როგორც სამკურნალო მცენარე კულტივირებული იყო ჩინეთში. ევროპაში პირველად პორტუგალიელების მიერ იქნა შეტანილი XV - XVII სს-ში აღმოსავლეთ აზიიდან. პირველად მას სამკურნალო დანიშნულებისამებრ იყენებდნენ, მხოლოდ XVIII ს-დან დაიწყო სასმელად, ჩაის სახით გამოყენება. რუსეთში პირველად ჩინეთიდან იქნა შეტანილი 1638 წელს რუსი ელჩის ვინმე სტარკოვის მიერ. დასაწყისში შეჭქონდათ ნედლეულის სახით, 1814 წელს დაირგა ნიკიტის ბოტანიკურ ბაღში, ხოლო 1846 წელს - საქართველოში, სადაც პირობები კულტურისათვის სასარგებლო აღმოჩნდა; XIX ს-ის 60-იან წლებში ოზურგეთის რაიონში შეიქმნა პირველი პლანტაცია. 1912 წლიდან ჩაის ამრავლებენ აზერბაიჯანში, უკვე 1917 წ. კავკასიის შავიზღვისპირეთში ჩაის პლანტაციებს 1000 ჰა ჰქონდა დათმობილი. ამჟამად მსოფლიოში ჩაის ბუჩქებს 1,5 მილიონი ჰა უკავია, ხოლო მშრალი ჩაის მსოფლიო წარმოება წელიწადში 1,5 მილიონ ტონას შეადგენს. ყველაზე დიდი რაოდენობის ჩაის აწარმოებს ინდოეთი, შრი-ლანკა, ჩინეთი, იაპონია. საქართველოში ჩაის კულტურას გასული საუკუნის (XX ს.) 80-იან წლებში 75 ათასი ჰა ეკავა, ბოლო პერიოდში სამწუხაროდ, ობიექტური თუ სუბიექტური მიზეზებით მნიშვნელოვნადაა განადგურებული ჩაის პლანტაციები.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: განსაკუთრებული წესით დამუშავებული და გამშრალი ჩაის ბუჩქის ფოთლები იძლევა “ჩაის” პროდუქტს, რომელსაც ხმარობენ ყოველდღიური ცხელი მატონიზირებელი სასმელის მისაღებად.

მშრალი ჩაი შეიცავს 12 მგ% ტანინებს, 16 მგ% ცილებს, 1,5 მგ% შაქრებს, ალკალოიდებს (4 მგ% კოფეინი, თეოფილინი, თეობრამინი), ეთერზეთებს კვალის სახით, ვიტამინებს (C -250

მგ%, P, PP), მიკროელემენტებს (Fe, Mg, K, Mn, I, Cu, Au, P) და სხვ. ჩაის დაყენებისას ნაყენში აღინიშნება დიდი რაოდენობის ხსნადი ნივთიერებები, მათ შორის მთრამლავი ნივთიერებები, რომელიც ჩაის აძლევს მწკლარტე გემოსა და ყავისფერ შეფერილობას, ხოლო არომატს განსაზღვრავს ეთერზეთები; რაც შეეხება ვიტამინებსა და ალკალოიდებს ისინი განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია იმდენად, რამდენადაც ჩაის ანიჭებს მატონიზირებელ და სამკურნალო მნიშვნელობას.

ხასიათდება მასტიმულირებელი, ბაქტერიოციდული, ფაღარათის საწინააღმდეგო, სისხლძარღვთა გამაფართოებელი, (განსაკუთრებით გულის), შარდმდენი, გლუვი კუნთების ანტისპაზმური, კაპილართა კედლების გამამაგრებელი მოქმედებით.

ჩაისში შემავალი თეოფილინი - აუმჯობესებს გულის მუშაობას, ახდენს ნაღვლის ბუშტის მტკივნეული სპაზმის მოხსნას, სპასტიკური ბრონქიტისას აადვილებს სუნთქვას. ტანინები – ხელს უწყობს C ვიტამინის დაგროვებას, ხელს უშლის ცინგის განვითარებას. P ვიტამინი - თრგუნავს ფარისებრი ჯირკვლის ფუნქციას მისი ჰიპერფუნქციის დროს. კოფეინი - იწვევს დათრგუნული ნერვული სისტემის, სუნთქვის, გულის მუშაობის გააქტივებას. ტანინები P ვიტამინთან კომბინაციაში - ახდენს კარგად გამოხატულ ანტისაფაღარათო (შემკვრელ) მოქმედებას. ჩაი აქვეითებს მიოკარდიის ინფარქტის განვითარების რისკს.

უკუქმედება: გადაჭარბებული გამოყენება იწვევს მალალ აღზნებადობას; მაგარი ჩაი უკუმაჩვენებელია გულის დაავადებების, ნევროზისა და წყლულოვანი დაავადებებისას.

ჩინური ჰიბისკუსი, ჩინური ვარდი –Hibiscus rosa-sinensis L.
ოჯ. ბალბისებრნი - Fam. Malvaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე საკმაოდ მსხვილი, 3 მ-მდე სიმაღლის ბუჩქია. ღეროები სწორმდგომია, გადაშლილი ვარჯით, უხვად შეფოთილი. ფოთლები პრიალაა, გლუვი, მუქი მწვანე ფერის, მეტად დეკორატიული, მის მწვანე ფონზე გამოირჩევა თეთრი, კრემისფერი ან წითელი ლაქები და შტრიხები. ყვავილობს მსხვილი ვარდისფერი ყვავილებით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია სამხრეთ ჩინეთსა და ჩრდილოეთ ინდოჩინეთში. წარმართებითაა კულტივირებული ტროპიკული და სუბტროპიკული კლიმატის სხვა ქვეყნებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ფართოდ გავრცელებული ოთახისა და საორანჟერეო მცენარეა. გამოყვანილია უამრავი ჯიში, რომლებიც განირჩევა ზომებით, ყვავილების შეფერილობით (თეთრი, ვარდისფერი, ლილისფერი, მეწამული, კაშკაშა წითელი და ა. შ.), მარტივი და ბუთხუზა ფორმებით.

ჩინურ ტრადიციულ მედიცინაში მისი ფოთლებით მკურნალობენ ქრონიკულ ნეფრიტს. გარეგანად გამოიყენება ავთვისებიანი სიმსივნის, ავთვისებიანი წყლულების, კარბუნკულების სამკურნალოდ.

შედის არომატული ჩაის “კარკადეს”, “როზალის”, “სუდანის ჩაის” შემადგენლობაში.

უკუქმედება: არ აღინიშნება.

ჩუფა ან მიწის ნუში – *Cyperus esculentus* L.
ოჯ. ისლისებრნი - Fam. Cyperaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი 30-100 სმ-მდე სიმაღლის ბალახოვანი ბუჩქია, მრავალრიცხოვანი ყლორტებითა და კონებით; ფესვი მძლავრია, გვერდითი წვრილი ფესურებით, რომლებიც ბოლოვდება გასქელებული, მოგრძო ოვალური, ტყის თხილის სიდიდის გორგლებით. მცენარე ნაყოფმსხმოიარობს სიცოცხლის მეორე წელს.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ხმელთაშუაზღვეთი და ჩრდილოეთ აფრიკაა. ერთ-ერთი უძველესი კულტივირებული მცენარეა, რომელსაც ჯერ კიდევ ძველ ეგვიპტეში ამრავლებდნენ. ამჟამად კულტივირებულია ჩრდილოეთ ნახევარსფეროს ზომიერიდან სუბტროპიკული კლიმატის ოლქებში, უმთავრესად ესპანეთში, ჩრდილოეთ, დასავლეთ და სამხრეთ აფრიკაში, აზიაში, აშშ-ის სამხრეთ ნაწილში.

სახელწოდება “ჩუფა” წარმოსდგება სუდანის პროვინცია ჩუფიდან (Chuf), საიდანაც 4000 წლის წინათ მოხვდა ესპანეთში, კერძოდ ვალენსიაში, სადაც ფართო გავრცელება ჰპოვა.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ასეული წლების განმავლობაში ადამიანები ჩუფას გორგლებსა და ცხიმებს იყენებდნენ სხვადასხვა დანიშნულებით: კულინარიაში, მედიცინაში, კოსმეტოლოგიაში, პარფიუმერიასა და საყოფაცხოვრებოდ. ფოთლებისაგან ამზადებდნენ თოკებს, ქაღალდს, საიზოლაციო მასალას, საფენებს, საწვავს.

გორგლები საკვებად გამოიყენება ნელლი, მოხარშული, შემწვარი სახით. გადახალული გორგლები ყავის სუროგატია. გემოვნებით ჩვეულებრივი ნუშის, არაქისისა და სოიოს მსგავსია, ფართოდ იხმარება საკონდიტრო ნელლეულში ნამცხვრების, ტორტების, კანფეტების, ჰალვის დასამზადებლად. ხოლო ახლო აღმოსავლეთსა და ესპანეთში მისგან ამზადებენ გამაგრილებელ ტკბილ სასმელს, რომელიც ცნობილი იყო ძველი ეგვიპტელებისთვისაც. ვალენსიაში ყოველწლიურად აწყობენ ამ სასმელისადმი (რომელიც რძის შემცველიცაა), სახელწოდებით “ჰორშატა დე ჩუფა” (horchata de chufa) მიძღვნილ დღესასწაულს. გორგლები შეიცავს ცხიმოვან ზეთებს (26-36%), სახამებელს, გლუკოზას, ცილებს, გაჯერებულ და ნახევრად გაჯერებულ მჟავებს, დიდი რაოდენობის მინერალებს, ფოსფორს, კალციუმს, მაგნიუმს, რკინას, ვიტამინებს განსაკუთრებით C და E. გორგლებიდან მიიღება სასიამოვნო გემოსი და სუნის ჩუფას ზეთი. ფარმაკოლოგიაში ზეთი ცნობილია სახელით “bulbuli thراسي”, მისი წარმოება XVIII ს-დან იწყება. ქიმიური შემადგენლობით ახლოა ზეთისხილის ზეთთან, დაბალი მჟავიანობისაა, არ შრება, დაჟანგვისას სქელდება. შეიცავს ლინოლინისა და ლინოლენის მჟავებს, დიდი რაოდენობით ოლეინის მჟავას, ვიტამინ E (ალფა და გამა ტოკოფეროლი – ბუნებრივი ანტიოქსიდანტი, არ სინთეზირდება სამრეწველო გზით). გემოვნებით არ ჩამოუვარდება ზეთისხილის ზეთს და სუფრის ზეთის ანალოგიურად იხმარება. ჩუფას გორგალი ხასიათდება ანტიოქსიდანტური, ანტისეპტიკური, იმუნომოდულირების, მკვებავი და დამატენიანებელი მოქმედებით. სამკურნალოდ გამოიყენება: გულის პათოლოგიების, კუჭ-ნაწლავის დაავადებების, ნივთიერებათა ცვლისა და საკვებმომწოდებელი სისტემის გასაუმჯობესებლად, სისხლში ქოლესტერინისა და ტრიგლიცერიდების დონის დასაქვეითებლად, გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების პროფილაქტიკისათვის, აფართოებს სისხლძარღვებს, ამცირებს სისხლის ბალთების წარმოქმნის რისკს, არიდებს ათეროსკლეროზს, ამაგრებს ძვლოვან ქსოვილებს; ანტიოქსიდანტის – ტოკოფეროლის მაღალი შემცველობიდან გამომდინარე ხელს უშლის ორგანიზმის, კერძოდ ქსოვილების დაბერებას.

ჩუფას ზეთი სილამაზის ინდუსტრიაშიც იხმარება; შედის სხვადასხვა კრემების, ნიღბების, ფრჩხილებისა და თმის ძირების გამამაგრებელ საშუალებებში. ძლიერი ანტისეპტიკური საშუალებაა, კურნავს ეგზემას და კანის სხვა დაავადებებს, ხასიათდება მკვებავი და დამარბილებელი მოქმედებით, უბრუნებს კანს ელასტიურობას, ასწორებს ნაოჭებს, არბილებს კანის გაუხეშებულ მონაკვეთებს, კურნავს ნახეთქებს.

უკუქმედება: დაუდგენელია.

ცვილის სურო – *Hoya carnosa* R. Br.
ოჯ. ლველკეცისებრნი - Fam. Asclepiadaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე ლიანაა 10 მ-მდე სიგრძის მხოხავი გამერქნებული ღეროებით. ახალგაზრდა ყლორტები უფოთლოა, მურა-იისფერი, ფოთლების წარმოქმნის შემდეგ მწვანდება. ყლორტებზე ვითარდება საჰაერო ფესვები. ფოთლები მოპირისპირედაა განწყობილი, პრიალაა, ტყავისებრი, მკვრივი, დაფარულია ცვილისებრი ნაფიფქით, მუქი მწვანეა, ოვალური ფორმის, მახვილი წვერით. ყვავილი სურნელოვანია, ცვილისებრი, მოთეთრო-კრემისფერი შეფერილობის; ცალკეული ყვავილი ხუთსხივიანი ვარსკვლავის მსგავსია, ხოლო უფრო წვრილი ვარსკვლავი ცენტრშია განთავსებული და წითელი შეფერილობისაა, შეკრებილია ფარისებრ ყვავილელებად.

ყვავილობის პერიოდში ყვავილზე გამოიყოფა ცრემლის მსგავსი გამჭვირვალე ფისის წვეთები.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია ავსტრალიაში, ჩინეთში, ინდოეთსა და მალაის არქიპელაგზე. ფართოდ გავრცელებული ოთახის მცენარეა.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: მრავალრიცხოვანი დაკვირვებებით დადგენილია, რომ ასუფთავებს შენობას ნახშირმჟავებისაგან, კლავს მიკრობებს, შთანთქავს მტვერს. ფოთლები გარეგანად გამოიყენება ფურუნკულებისა და კარბუნკულების მოსაშუშებლად.

უკუქმედება: მცენარე შხამიანია!

**ცილინდრული ლუფა – *Luffa cylindrica* (L.) Roem.
ოჯ. გოგრისებრნი - Fam. Cucurbitaceae**



მორფოლოგია: 5 მ-მდე სიგრძის ლიანაა. ღერო წვრილია 1,5 სმ სისქის. ფოთლები მომრგვალოა, 5-9 ნაკვთიანი, 15-25 სმ სიგანის. ყვავილები ერთსქესიანია, მდედრობითი – მარტოულია, მამრობითი - მოკლე მტევნებადაა შეკრებილი, გვირგვინი მილისებრ-ბორბლისებრია, ბრტყელი გადანალუნით, ნარინჯისფერი, 5 სმ-მდე დიამეტრის. ნაყოფი ფორმით კიტრს მოგვაგონებს, 50-100 სმ-მდე სიგრძისაა, გლუვი ან მცირედ წახნაგოვანი, ყვითელი ან მურა.

ნაყოფის ჭურჭლოვანი კონები წარმოქმნის ბოჭკოვან ჩონჩხს, რბილობი სიმწიფისას ლორწოვანი ხდება; ნეჭას შემდეგნაირად ღებულობენ: ნაყოფს მომწიფების შემდეგ აცილებენ ქერქს, ბოჭკოს ჩონჩხს რეცხავენ, ასუფთავებენ ლორწოსა და თესლებისაგან, ბოჭკოს ხარშავენ, ღებავენ და აშრობენ.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია ინდოეთის, აფრიკის ამერიკის ტროპიკებში. კომერციული მიზნით ამრავლებენ ჩინეთში, იაპონიაში, ინდონეზიაში, ფილიპინებზე, ჰონკონგში, ბრაზილიასა და კარიბის რეგიონში, ამასთან ითვლება, რომ საუკეთესო ნეჭა იაპონიაში მიიღება.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ტენიკური და ბოსტნეული კულტურაა. ნორჩი ნაყოფები გამოირჩევა ორიგინალური გემოთი, მიემსგავსება ყაბახს, მაგრამ თავისებური განუმეორებელი გემოსია. საკვებად გამოიყენება შემწვარი, დაკონსერვებული, მოთუშული, მოხარშული სახით. შეიცავს ვიტამინებს, კალიუმისა და ფოსფორის მინერალურ მარილებს, ტრიტერპენოიდებს – კუკურბიტაცინს, ოლეინის მჟავას; თესლები – ცხიმოვან ზეთებს.

ნაყოფების ნახარში კოლუმბიის ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება ცხვირის ქრონიკული დაავადებებისას.

შესულია ჰომეოპათიურ მედიცინაში იგივე მაჩვენებლებით, მათ შორის ალერგიული ხასიათის.

ტექნიკური მიზნებისათვის (ნეჭას, მცენარეული ღრუბლის მისაღებად) არჩევენ ცილინდრული ფორმის, მოუმწიფებელ, 30-65 სმ-ზე უფრო გრძელ ნაყოფებს.

უაუქმდება: არ გააჩნია.

ციტრონი, “ბუდას ხელი” – *Citrus medica*
var. sarcodactyls Swingle
ოჯ. ტევანისებრნი – Fam. Rutaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი ბუჩქოვანი მცენარეა ეკლიანი ტოტებით. ფოთლები მსხვილია, ხეშეში. ფორმით და ფერით არ განირჩევა ლიმონისაგან, თუმცა არსებობს ნაირსახეობა ე.წ. “ბუდას თითები”, რომელიც მოჰყავთ იაპონიასა და ჩინეთში და ნამდვილად თითებს მოგვაგონებს; ნაყოფის ქვედა ნაწილი იყოფა რამდენიმე სიგრძივ ნაკეთულებად, 30 სმ-მდე დიამეტრისა და 40 სმ-მდე სიგრძისაა, უთესლო. უმთავრესად მოყვითალო-ლიმონისფერია, არსებობს მოყვითალო-მწვანე და ნარინჯისფერი ჯიშებიც; ქერქი მკვრივია, სქელი, რბილობს არ სცილდება.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: უძველესი ციტრუსოვანი კულტურაა. სამშობლო ხმელთაშუაზღვეთის ქვეყნებია. ამრავლებდნენ ჯერ კიდევ ძველ ინდოეთსა და დასავლეთ აზიაში. კულტივირებულია აზიის ზოგიერთ ქვეყანაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ციტრონის ნაყოფები მომჟავი-ტკბილი გემოსია თავისებური სიმწარით. იშვიათად იხმარება ნედლი სახით, უმთავრესად გამოიყენება საკონდიტრო წარმოებაში. ქერქი შეიცავს ეთერზეთებს, რომელიც მკვეთრი არომატით გამოირჩევა, რის გამოც მას უმატებენ საკონდიტრო ნაწარმს, სასმელებს, ამზადებენ ცუკატს. ციტრონის ეთერზეთები და ექსტრაქტები იხმარება კოსმეტიკურ

მრეწველობაში, მას უმატებენ შამპუნებს, ტუალეტის წყლებს და სხვა საშუალებებს. ციტრონის ესენცია ბრწყინვალედ ასუფთავებს შენობებში ჰაერს.

შეიცავს დიდი რაოდენობით ვიტამინებს, განსაკუთრებით A, C, B – ჯგუფისას, უჯრედის, მინერალურ მარილებს, მიკროელემენტებს. ნაყოფი ხასიათდება ანტისეპტიკური და ვირუსების საწინააღმდეგო მოქმედებით; გამოიყენება ლარინგიტის, ბრონქიტის სამკურნალოდ; ამზადებენ ანგინისა და ბრონქიალური ასთმის სამკურნალო საშუალებებს. ნაყოფის წვენი რეკომენდებულია ნივთიერებათა ცვლის დარღვევისა და მადის გასაუმჯობესებლად ქათმის ბულიონში დამატებული სახით. არის აგრეთვე მატონიზირებელი მოქმედების, ფიქრობენ, რომ კურნავს ალკოჰოლიზმს.

უკუქმედება: უკუმაჩვენებელია წყლულოვანი დაავადებების, გასტრიტის, პანკრეატიტისა და ვირუსული ჰეპატიტის დროს.

**ბალღყურძენა - *Solanum laciniatum* Ait.
ოჯ. ბალღყურძენასებრნი - Fam. Solanaceae**



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა 2,5 მ-მდე, ერთწლოვანი კულტურის პირობებში – 1 მ-მდე სიმაღლისაა. ღერო მარტოულია, ზედა ნაწილში დატოტვილი; ტოტების მუხლებში იისფერი პიგმენტაციის. ქვედა ფოთლები ყუნწიანია,

35 სმ-მდე სიგრძის, კენტფრთართული; ზედა ფოთლები წვრილია, მთლიანი, ლანცეტა; ფოთლები შიშველია, ზედა მხრიდან უფრო მუქი მწვანეა. ყვავილები იისფერ-ლურჯია, მსხვილი, შეკრებილია ზმირ, მოკლე, 3-17 ყვავილიან მტევნისებრ ყვავილელებად. ნაყოფი – ნარინჯისფერი კენკრაა, მოგრძო-ოვალური ფორმის, 2-2,5 სმ სიგრძის.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სუბტროპიკული კლიმატის მცენარეა, გავრცელებულია ავსტრალიასა და ახალ ზელანდიაში. ევროპასა და კავკასიაში კულტივირებულია დეკორატიული მიზნებისათვის.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები, ღეროები, ყვავილები, ნაყოფები. სინთეზის გზით მიღებული ჰორმონალური პრეპარატები გამოიყენება სხვადასხვა სახის დაავადებებისას: პოლიართრიტის, რევმატიზმის, ზოგიერთი ფორმის ლეიკოზის, ბრონქიალური ასთმის, ანთებითი პროცესების და კანის ზოგიერთი დაავადებისას, როგორცაა ეგზემა და სხვ.

ძალეურძენას პრეპარატები მნიშვნელოვანია შემდეგი დაავადებებისას: ანგინა, ყვიანახველა, გრიპი, ბრონქიალური ასთმა, ფილტვების ტუბერკულოზი, ოტიტი, ექსუდატიური დიათეზი, კანის სოკოვანი დაზიანებები, ფსორიაზი, დერმატიტი, სიყვითლე, ასციტი, ცისტიტი, თირკმელების დაავადებები, ჰელმინტოზი, ნერვული დაავადებები, ეპილეპსია, სახსრები, რევმატიზმი, გინგივიტი, სტომატიტი, ჭრილობები, წყლულები, დამწვრობები. გამოიყენება სისხლის ავთვისებიანი დაავადებების, ლეიკოზის დროს; კარგ შედეგებს იძლევა პანკრეატიტის, თავის ტკივილების, ყურის ძირში სიმსივნის შემთხვევაში. წვეთები შველის ყურის ტკივილებს, გამონაწური კი დამამშვლებელი საშუალებაა.

უკუქმედება: ვინაიდან მცენარის ყველა ნაწილი შხამიანია, შესაბამისი ღოზების ზუსტი დაცვა აუცილებელია. უკუმაჩვენებელია გულსისხლძარღვთა მძიმე დაავადებები, ფენმძიმობა და დიარეი.

მაფოვანი იუკა – *Yucca filamentosa* L.
ოჯ. აგავასებრნი – Fam. Agavaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი, მარადმწვანე მცენარეა სუსტად დატოტვილი ღეროთი. ყვავილედ 200 სმ-მდე სიგრძის ფართოდ გადაშლილი საგველაა, რომელიც ვითარდება ფოთლისეული როზეტის ცენტრიდან. ყვავილები ზარისებრია, თეთრი, 7 სმ-მდე სიგრძის. ნაყოფი მსხვილი ზორცოვანი კოლოფია, მრგვალი, შავი, 1 სმ-მდე დიამეტრის თესლებით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ჩრდილოეთ ამერიკის აღმოსავლეთ რაიონებია. კულტივირებულია მსოფლიოს მთელ რიგ ქვეყნებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: მცენარე ხასიათდება ალერგიისა და ანთების საწინააღმდეგო მოქმედებით. მისი ნახარში გამოიყენება როგორც გარეგანი დანიშნულებით დერმატოლოგიაში, სხვადასხვა დერმატოზების, მაგ.: ეგზემის, ნეიროდერმიტის, წითელი ბრტყელი სირსველის საწინააღმდეგოდ; წვენიტ ამუშავებენ ვირუსული ბუმტოვანი დერმატიტით გამოწვეულ გამონაყრებს, ფსორიაზსა და სხვ. ასევე შინაგანი დაავადებებისას - კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის ქრონიკული ანთებითი პროცესების, რევმატიზმის, ართრიტების დროს. იუკას ფუძეზე მიღებული პრეპარატები ახდენს ცენტრალური ნერვული სისტემის

ტონუსის ამაღლებას, ხელს უწყობს საკვების უკეთ გადამუშავების პროცესებს, აჩქარებს შლაკების გამოყოფას, ამცირებს ქოლესტერინის დონეს, დადებითად მოქმედებს სასუნთქი ორგანოების სისტემაზე, მთლიანად ორგანიზმის გაახალგაზრდავებაზე.

იუკა, რომელსაც აგრეთვე “სიცოცხლის ხეს” უწოდებენ არის შესანიშნავი მადეტოქსიფიცირებელი, გამწმენდი და იმუნოსტიმულიატორი. მისი ძირითადი თვისებები განპირობებულია ერთ-ერთი ინგრედიენტით – საპონინებით, რომელიც ხასიათდება ნატურალური სტეროიდების თვისებებით, ამასთან არ იძლევა გვერდით ეფექტებს, არ არღვევს საკვებმომწოდებელი სისტემის მდგრადობას, ხელს უწყობს ნივთიერებათა ცვლის პროცესების დაჩქარებას და მათ უკეთ შეთვისებას.

იუკას გამოყენების მაჩვენებლებია ნივთიერებათა ცვლის დარღვევა, მსხვილი ნაწლავის ქრონიკული ანთება, რევმატიული დაავადებები, ართრიტები, ართროზები.

მიღებულია პრეპარატი “Pure Yucca” (იუკას გამონაწველი) დამამზადებელი: 4Life Products ins., USA. რაოდენობა 100 კაპსულა.

უკუქმედება: 10 წლამდე ბავშვებისათვის იუკას პრეპარატების მიღება მხოლოდ ექიმთან კონსულტაციის შემდეგაა დასაშვები. არ არის რეკომენდებული თირკმელებსა და ნაღვლის ბუშტში ქვების შემთხვევაში.

ძირვეთელა - *Hydrastis canadensis* L.
ოჯ. ბაიასებრნი - Fam. Ranunculaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა ხორცოვანი სტრუქტურის სქელი, მურა ყვითელი შეფერილობის ფესურით, რომელზეც აღინიშნება გამხმარი ყლორტების ნაჭდევები. ღერო მარტივია, სწორმდგომი და მომრგვალო ფორმის, ზედა ნაწილში შებუსული, ძირში 2-3 დიდი და 3-4 მცირე ფოთლებით, რომლებიც ღერომხვევია, თათისებრგანკვეთილი ფორმის, ფოთლის ფირფიტების ფუძე გულისებრია, კიდეები დაკბილულია; ყვავილი ღეროს ზედა ნაწილშია განლაგებული, მომწვანო-თეთრი ფერისაა. ნაყოფი ხორცოვანი, წითელი ფერის კენკრაა, შეიცავს კვერცხისებრი ფორმის პრიალა, შავ თესლებს.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია დასავლეთ ევროპაში, აშშ-ში და კანადაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნედლეული ფესურაა, შეიცავს ეთერზეთებს, უჯრედისს, ფისებს, მიკრო და მაკროელემენტებს - რკინას, კალციუმს, კრემნიუმს, კალიუმს, მაგნიუმს, ალიუმინს, ფოსფორს, თუთიას, კობალტს; ვიტამინებს (A, B, C, E), ცხიმებს, ინოზიტოლს, ფიტოსტერინს, სახამებელს, ნახშირწყლებს, ალკალოიდებს (ბერბერინს, ჰიდრასტინს, კანადინს), მწარე ნივთიერებებს, ეთერზეთებს.

ძლიერი მცენარეული ანტიბიოტიკია, ანტიბაქტერიული და ანტისეპტიკური მოქმედების; არღვევს კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის საფუარის სოკოებსა და ბაქტერიებს, ასუფთავებს მიკროფლორას.

მისი ძლიერი მადეტოკსიფიცირებელი მოქმედება ვრცელდება სისხლის მიმოქცევის მთელ სისტემაზე. ამშვიდებს და არეგულირებს ღვიძლისა და ელენთის ფუნქციას, აგრეთვე ნახშირწყლებისა და ცხიმების მეტაბოლიზმს, აშორებს ტოქსინებს და ზედმეტ ქსოვილს. ასუფთავებს ორგანიზმს ლორწოსგან, კარგია ყველა სხვა კატარალური მოვლენების დროს.

გამოიყენება ღებრესიის, ცუდი განწყობილების, სწრაფი დაღლილობის, გაღიზიანების, სისუსტის, აპათიის, ყრუ და მწვავე ტკივილების, ცხვირიდან სქელი ლორწოს გამოსაყოფად, ყურებიდან ჩირქოვანი და ლორწოვანი გამონადენების, ქრონიკული სინუსიტის, მახსოვრობის შესუსტების, მშრალი ხველების, ფაღარათის, სისხლდენების, სიყვითლის, უმადობის, გულისრევის, ნალველ-კენჭოვანი დაავადებების, ღვიძლის მწვავე ტკივილების, ინტოქსიკაციების, ჰეპატიტის, დიაბეტის, სიმსუქნის, წყლულების, ვაგინალური თეთრი შლის, ბრონქიტის, უხვი ოფლიანობის, საშვილოსნოს ეროზიის, დისბაქტერიოზის, დიარეის, ფსორიაზის, მწვავე ფარინგიტის, პნევმონიის, კანდიდოზის, იმუნოდეფიციტის, ალერგიებისა და ფურუნკულოზის სამკურნალოდ.

უკუქმედება: ნევრასტენია, ორგანიზმის გამოფიტვა, თავბრუსხვევა, ქრონიკული გადაღლილობა.

ძმრის ხე – *Rhus typhina* L.
ოჯ. თუთუბოსებრნი - Fam. Anacardiaceae



მორფოლოგია: მეორადი სიმაღლის ფოთოლმცვენი 3-10 მ-მდე სიმაღლის ხეა, წარმოქმნის დიდი რაოდენობის ამონაყრებს; სქელი ახალგაზრდა ყლორტები დაფარულია მოყავისფრო-ნაცრისფერი ხავერდოვანი ქერქით. ფოთლები მწვანეა, ევექტური, მსხვილი 50-60 სმ სიგრძის, კენტფრთართული, შემოდგომით მოწითალო-ნარინჯისფერი შეფერილობის. მცენარე ორსახლიანია, რის გამოც მამრობითი და მდედრობითი ყვავილები სხვადასხვა ხეზე ვითარდება, ყვავილები წვრილია, მოთეთრო-კრემისფერი, ყლორტების ბოლოებზე შეკრებილია ხშირ, პირამიდულ საგველასებრ 15-20 სმ-მდე სიგრძის ყვავილელებად, მოგვიანებით მდედრობით ეგზემპლარებზე წარმოიქმნება წითელი, შებუსული ნაყოფები, რომლებიც ხეზე დიდხანს რჩება.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად იზრდება ჩრდილოეთ ამერიკის აღმოსავლეთ რეგიონებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ნაყოფებისაგან ამზადებენ მჟავე სასმელს, რომელსაც ჩრდილოეთ ამერიკის ინდიელები თავისებურ “ენერგეტიკალ” იყენებდნენ.

წყავი – *Laurocerasus officinalis* L.
ოჯ. ვარდისებრნი - Fam. Rosaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე 4-6 (8) მ სიმაღლის ბუჩქია ან ხე; ხის ქერქი მურა-ნაცრისფერია, ხორკლიანი. ფოთოლი მორიგეობითაა, მოგრძო-ელიფსური, მსხვილი, ტყავისებრი. ყვავილები თეთრია, სურნელოვანი, წვრილი, 8 მმ დიამეტრის, შეკრებილია ხშირ 5-13 სმ სიგრძის მტევნისებრ ყვავილედად. ნაყოფი კვერცხისებრი შავი კურკაა, 8 მმ სიგრძის, წვნიანი რბილობით. კურკა (თესლი) კვერცხისებრია, გლუვი. ყვ. IV-V; ნაყ. VII-VIII.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია ხმელთაშუაზღვეთში, მცირე აზიაში, ირანში, სამხრეთ კავკასიაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნედლეული ფოთლებია. შეიცავს 5-10% მთრიმლავ ნივთიერებებს, გლიკოზიდებს, ეთერზეთებს, ფისს. ფოთლებისგან წყალთან გამოხდის გზით ღებულობენ ე.წ. წყავის წყალს, რომელსაც იყენებენ როგორც ტკივილგამაყუჩებელ და დამამშვიდებელ საშუალებას კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის დაავადებებისას. მოქმედ ნივთიერებას წარმოადგენს გლიკოზიდი ამიგდალინი, ნაწლავებში მისი დაშლის შედეგად გამოიყოფა სინილური მჟავები, რომლებიც ანესტეზიური მოქმედებით ხასიათდება. ზოგჯერ წყავის წყალს უნიშნავენ გულისა და ფილტვების დაავადებებისას, ხველების დროს.

ფოთლებსა და წყავის წყალს ხმარობენ წამლების არომატიზაციისათვის.

უკუქმედება: სახლის პირობებში არ არის რეკომენდებული პრეპარატების დამზადება და შესაბამისად გამოყენება.

**ჭიანჭველას ხე – *Tabebuia impetiginosa* (Mart. ex DC)
Standl. ოჯ. ბიგონიასებრნი - Fam. Bignoniaceae**



მორფოლოგია: 30 მ-მდე სიმაღლისა და 80 სმ-მდე დიამეტრის ფოთოლმცვენი ხეა; ამ სიმაღლის მესამედს ჩვეულებრივ ხის ტანი წარმოადგენს, ხოლო ორმესამედს – ვარჯი გრძელი ტოტებით. ვარჯი დიდია, სფეროსებრი; ქერქი მოყავისფრო-ნაცრისფერია და ძნელად სცილდება, მერქანი ყვითელი ფერისაა, როკის გარეშე, მეტად მაგარი და მძიმე (935 კგ/მ³). ფოთლები კენტფრთართულია, 5-8 სმ-მდე სიგრძის, ელიფსური ფორმის, სუსტად დაკბილული კიდეებით. ყვავილობს ივლისიდან სექტემბრამდე ახალი ფოთლების წარმოქმნამდე. ყვავილი დიდია, მილისებრი, გვირგვინის ფურცლები ვარდისფერია ან ლილისფერი, იშვიათად თეთრი, 5 სმ-მდე სიგრძის. ნაყოფი ვიწრო ხსნადი კოლოფია, რომელიც რამდენიმე ფრთიან თესლს შეიცავს. დამამტვერიანებლებია ყველაზე პატარა ჩიტები – კოლიბრები, რომლებიც ყვავილების ნექტრით იკვებება.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: წარმოშობის ადგილად მიჩნეულია ტრინიდადის კუნძულები და ტობაგო. ბუნებრივად

გავრცელებულია ცენტრალურ და სამხრეთ ამერიკის ქვეყნებში, ჩრდილოეთ მექსიკიდან დაწყებული ჩრდილოეთ არგენტინამდე, განსაკუთრებით ფართოდაა წარმოდგენილი კოლუმბიაში, ვენესუელაში, ბრაზილიაში, არგენტინის სამხრეთ-აღმოსავლეთ რაიონებში და ბოლივიის სამხრეთ-აღმოსავლეთში – ტროპიკულ ჯუნგლებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ქერქის შიდა ნაწილი გამოიყენება სამედიცინო მიზნებისათვის. მას აშრობენ და აქუცმაცებენ, მისი მოხარშვით ღებულობენ მწარე ყავისფერ ჩაის, რომელიც ცნობილია “ლაპაჩოს” ან “ტახიბოს” სახელით; მას იყენებენ გრიპისა და წლის ცივ სეზონზე, აგრეთვე მწვევლებისთვის ხველების დასაშვადებლად.

სამხრეთ ამერიკის მკვიდრი მოსახლეობის ხალხურ მედიცინაში ლაპაჩო მნიშვნელოვან როლს ასრულებს. ბოლო ათეულ წლებში მიიღება როგორც საერთო მატონიზირებელი საშუალება და ადაპტოგენი. 1980-იან წლებში მიმდინარეობდა მისი რეკლამირება, როგორც საოცარი თვისებების მქონე მცენარის, რომელსაც შესწევს უნარი კბოთი და შიდა დაავადებულებების განკურნების. თუმცა მთავარი მომქმედი კომპონენტი – ლაპაჩოლი უარყოფილ იქნა მაღალი ტოქსიკურობიდან გამომდინარე, ვინაიდან თერაპიული ეფექტის მისაღწევად საჭირო რაოდენობის მიღებას შეეძლო ადამიანის სიკვდილის გამოწვევა. მიუხედავად ამისა, ლაპაჩოლის ძლიერი ანტიბიოტიკური და მადეზინფიცირებელი თვისებებიდან გამომდინარე, შესაძლებელია მისი წარმატებით გამოყენება რიგ შემთხვევებში. შენიშნულია, რომ ინდიელი ექიმბაშები ლაპაჩოსა და გვარი **Tabebuia** – ს სხვა სახეობების ჩაის ღებულობენ როგორც წესი მოკლე დროით, არა ორგანიზმის გასაძლიერებლად, არამედ მწვავე უქეიფობის მოსახსნელად.

ხალხურ მედიცინაში იყენებენ გაციების, გრიპის, სოკოვანი ინფექციების, ჰერპესის, შარდ-სასქესო სისტემის ინფექციური დაავადებების, ბრონქიტის, ფილტვების, კანის, წყლულების, ჭრილობების, სისხლის დაავადებების (მონონუკლეოზი, რკინისდეფიციტური ანემიისა და სხვ.) სამკურნალოდ.

ჭიანჭველას ხე გამოირჩევა მდიდარი ქიმიური შემადგენლობით,

ადამიანის ორგანიზმის ცხოველმოქმედებისათვის საჭირო ისეთი მნიშვნელოვანი ელემენტებით, როგორცაა: ვიტამინები (C, B₁, B₂), ნიაცინი, მიკრო და მაკროელემენტები – თუთია, კობალტი, ქრომი, ფოსფორი, მაგნიუმი, მანგანუმი, კალიუმი, ნატრიუმი, სელენი, ანტრაქინონი, ცილები, ცხიმები, მცენარეული უჯრედისი, ქინონების ჯგუფი, განსაკუთრებით ლაპახოლი და ლაპახენოლი.

ამჟამად მთელ მსოფლიოში თანამედროვე სამკურნალო-მცენარეულ თერაპიაში ერთ-ერთ უმთავრეს მცენარედ მიიჩნევენ. მისი ანტივირუსული და მასტიმულირებელი მოქმედება იმუნურ სისტემაზე დამტკიცებულია მრავალიცხოვანი სამეცნიერო გამოკვლევებით. წარმატებით გამოიყენება აგრეთვე სიმსივნეების, სოკოების, კანდიდოზის სამკურნალოდ; აშშ-ში მას იყენებენ შაქრიანი დიაბეტის, ჰიპოგლიკემიის, ლეიკემიის, კანის ტუბერკულოზის, ართრიტის, ჰერპესის, სხვადასხვაგვარი წყლულების, ღვიძლისა და ალერგიული დაავადებების საწინააღმდეგოდ.

ამგვარად, ჩატარებული სამეცნიერო გამოკვლევებით მტკიცდება, რომ ლაპახოლი ეფექტურია ვირუსული ინფექციების, პარაზიტების და კიბოს ყველა სახის მიმართ, გამოიჩენს იმუნომასტიმულირებელი, ანტიბაქტერიული, ანტისოკოვანი, ანტიპარაზიტული, ანტიოქსიდანტური, ტკივილგამაყუჩებელი, ანტიმუტაგენური, ლეიკოზის, ანთებისა და რევმატიზმის საწინააღმდეგო და სასაქმებელი მოქმედებით.

ზოქმედება: ტოქსიკურობიდან გამომდინარე, პრეპარატების მიღებისას აუცილებელია დოზის ზუსტი დაცვა.

ჭიაფერა – *Phytolacca americana* L.
ოჯ. ჭიაფერასებრნი - Fam. Phytolaccaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი 3 მ-მდე სიმაღლის ბალახოვანი მცენარეა. ღერო სქელია, წვნიანი, მწვანე ან მოწითალო-მწვანე, სწორმდგომი, ზედა ნაწილში დატოტვილი. ფესვი მთავარღერძაა, თითისტარისებრი, სქელი. ფოთლები მორიგეობითია, მარტივი, კიდემთლიანი, კარგად განვითარებული შუა ძარღვით, ელიფსური, მახვილი წვერით, 10-20 სმ სიგრძისა და 3-6 სმ სიგანის, პირველად ბაცი მწვანე, მოგვიანებით მოწითალო შეფერილობის. ყვავილები ორსქესიანია, წვრილი, მარტივი ყვავილსაფრით, შეკრებილია მკვრივ სწორმდგომ 15-25 სმ სიგრძისა და 5 სმ დიამეტრის მტევნად, ფორმით ტაროს მოგვაგონებს. ნაყოფი წვნიანი კენკრაა, მომრგვალო, პრიალა, დასაწყისში მუქი წითელი, სრული სიმწიფისას – თითქმის შავი. თესლი თირკმლისებრია, შავი, პრიალა, წვრილი.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ჩრდ. ამერიკის აღმოსავლეთ რაიონები და ბერმუდის კუნძულებია. ამერიკის აღმოსავლეთის შემდეგ, ევროპაში მრავალი ახალი სასარგებლო მცენარე იქნა შემოტანილი, მათ შორის ჭიაფერაც, სადაც სწრაფად მოხდა მისი ადაპტირება. მოჰყავთ ევროპისა და აზიის მეღვინეობის რაიონებში, ღვინის ფერის მისაცემად.

ფართოდ მოიკიდა ფენი საქართველოშიც, კერძოდ მის დასავლეთ რეგიონებში, სადაც აბეზარ სარეველად გვევლინება.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ჭიაფერა თანამედროვეობის გაორებული მცენარეა. ერთის მხრივ მიიჩნევენ გამაჯანსაღებელ და სამკურნალოდ, მეორეს მხრივ მიუთითებენ მისი ყველა ნაწილის მაღალ შხამიანობაზე, რომელსაც ადამიანის სიკვდილიც ძალუძს. ყველანი ერთად კი ჭიაფერას მაღალ დეკორატიულობაზე თანხმდებიან.

მცენარეში აღმოჩენილია საპონინები, ტანიინები, ალკალოიდები, მწარე ნივთიერებები, შაქრები; ფოთლებში დამატებით აღირიცხა ასკორბინის მჟავა (240-285 მგ); ნაყოფი და თესლები მდიდარია B - ვგუფისა და PP - ვიტამინებით.

ჭიაფერას პრეპარატები შინაგანად უმთავრესად მიიღება როგორც პირღებინების საშუალება; გარეგანად - კანის დაავადებების (მშრალი ეგზემა, ფსორიაზი, მუნი, სოკოვანი დაავადებები) და ართრიტების სამკურნალოდ გამოიყენება.

ხალხურ მედიცინაში სამკურნალოდ მცენარის ყველა ნაწილს იყენებენ, მაგ.: ნაყოფების ნახარში ხელს უწყობს ჰიპერტონიის საწყის სტადიებში არტერიული წნევის დაქვეითებას; მშრალი ან ნედლი ფესვების სპირტიან ნაყენს იყენებენ შინაგანად და გარეგანი სახით, არის კარგი იმუნოსტიმულიატორი, ანელებს სიმსივნის განვითარებას, ხელს უწყობს კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის, თირკმელების ანთებითი პროცესების და კონიუნქტივის განკურნებას; საფენების სახით იხმარება რადიკულიტის, რევმატიზმის, დამწვრობის, მასტიტის, ართრიტის, სახსრების ტკივილების, რბილი ქსოვილების ჩირქოვანი დაზიანებებისა და ციებ-ცხელების დროს.

ზოგჯერ: ნედლი მცენარის ყველა ნაწილი შხამიანია, გამოყენებისას უაღრესი სიფრთხილეა საჭირო!

ხაშხაში - *Papaver somniferum* L.
ოჯ. ყაყაჩოსებრნი - Fam. Papaveraceae



მორფოლოგია: ერთწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა სწორმდგომი, ცვილისებრი ნაფიფქით დაფარული ღეროთი. ფესვი მთავარლერძაა, ნიადაგში ღრმად ჩამავალი. ფესვთანური ფოთლები წაგრძელებულია, სპირალურად განწყობილი; ღეროსეული ფოთლები ფართო ლანცეტა ან კვერცხისებრი ფორმის, ღერომხვევი. ყვავილი მსხვილია, სხვადასხვა შეფერილობის – თეთრიდან მუქ - იასამნისფერამდე. ნაყოფი მრავალთესლიანი კოლოფია, სფერული ან წაგრძელებული, თესლების მომწიფებისას არ იხსნება, რითიც ყაყაჩოს სხვა სახეობებისგან განსხვავდება. ყვ. VI; ნაყ. VII-VIII.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ხაშხაში ველურად არ გვხვდება, ფიქრობენ, რომ წარმოიქმნა ველური სახეობების ჰიბრიდიზაციის გზით. სამშობლოდ წინა აზიას მიიჩნევენ. მისი კულტურა საწყისს უძველესი დროიდან იღებს. მრავალსაუკუნოვანი კულტურის პროცესში ჩამოყალიბდა სამრეწველო ნიშნებით მკვეთრად გამოირჩეული ორი ჯგუფი: ოპიუმისანი და ზეთოვანი. ოპიუმისანი ყაყაჩოს ჯიშები ხასიათდება მსხვილი კოლოფებითა და რძის წვენის მაღალი შემცველობით.

ხოლო ზეთოვანი ჯგუფის ყაყაჩოს ჯიშები მოჰყავთ თესლების მისაღებად, იყენებენ კვებით მრეწველობაში.

ხაშხაშის ჯიშები ფართოდაა კულტივირებული ევრაზიის ქვეყნებსა და ჩრდილოეთ აფრიკაში, ნაწილობრივ ჩრდილოეთ ამერიკაში. მსხვილი მასშტაბით მოჰყავთ ჩინეთში, იაპონიაში, ინდოეთში, პაკისტანში, ინდონეზიაში, ირანში, თურქეთში, ბულგარეთში, უკრაინაში, რუსეთში (ვორონეჟის ოლქში, დას. ციმბირში), ყაზახეთში, ბაშკირეთში, თათრეთის რესპუბლიკაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნედლეული კოლოფებია, გროვდება თესლების მომწიფების პერიოდში, როდესაც - მოყვითალო მურა შეფერილობისაა. კოლოფები შეიცავს 8-25 მგ% ოპიუმს, რომელიც წარმოადგენს ორგანული და მინერალური შენაერთების - ალკალოიდების, ცილების, ნახშირწყლების, ლორწოს და სხვ. რთულ ნარევის. ოპიუმში ერთ-ერთი ძირითადი ალკალოიდის - მორფინის შემადგენლობა 0,2-2 მგ% -ია. აფთიაქებში დამზადებული წამლების უმრავლესობა შეიცავს ოპიუმს ან მის ძირითად ალკალოიდებს: მორფინს, კოდეინს, ნარკოტინს, პაპავერინს და სხვა - 25 -ზე მეტი დასახელების ალკალოიდს. ოპიუმი და სხვა ალკალოიდები ფართოდ გამოიყენება მედიცინაში როგორც ტკივილგამაყუჩებელი და დამამშვიდებელი საშუალებები. მათ შორის განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია მორფინი, რომელიც ძლიერი ტკივილგამაყუჩებელი მოქმედებით გამოირჩევა; სამედიცინო პრაქტიკაში მას ინექციის სახით იყენებენ ონკოლოგიური დაავადებების მეოთხე სტადიის, სტენოკარდიის, პნევმონიის დროს. კოდეინიც ძლიერი ტკივილგამაყუჩებელი და ნარკოტიკული საშუალებაა, ხშირად გამოიყენება ხველებისას, როგორც დამამშვიდებელი.

სიფრთხილის ღონისძიებები: მორფინის უარყოფითი თვისება, რის გამოც მისი გამოყენება შეზღუდულია, არის მისი ძლიერი მოქმედება თავის ტვინის ქერქზე, იწვევს ეიფორიას, წარმოიქმნება მუდმივი მოთხოვნილება პრეპარატისადმი, რაც ფსიქიკური აშლილობით მთავრდება. ამიტომ აღნიშნული პრეპარატების გამოყენება მკაცრად რეგლამენტირებულია

ხებურა - *Paulownia tomentosa* (Thub.) Steud.
ოჯ. შავწამალასებრნი - Fam. Scrophulariaceae



მორფოლოგია: ფოთოლმცვენი 25-20 მ სიმაღლის ხეა, მსხვილი, გადაშლილი, მომრგვალო ან კვერცხისებრი ვარჯით. ფოთლები მსხვილია, ფართო, 20 სმ-მდე სიგრძის, გულისებრი ან კვერცხისებრი ფორმის, ზედა მხარეს რბილბეწვიანი, ქვედაზე – აბლაბუდისებრი, გრძელყუნწიანი, გვიან იშლება და ასევე გვიან ცვივა. ყვავილები სურნელოვანია, მსხვილი, 6 სმ-მდე დიამეტრის, მოციისფრო-იისფერი, შეკრებილია 30 სმ-მდე სიგრძის წვეროსეულ, ხშირ საგველა ყვავილელებად; კოკრები ზაფხულის ბოლოს ისახება, ამ სახით იზამთრებს და იშლება მომავალი წლის გაზაფხულზე, ფოთლების გაშლისას. ნაყოფი – ფართოკვერცხისებრი კოლოფია მრავალრიცხოვანი ფრთიანი თესლით, ხეზე მთელი ზამთრის განმავლობაშია შენარჩუნებული. მცენარე ნაყოფმსხმოიარობს 4-5 წლის ასაკიდან.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად იზრდება შორეულ აღმოსავლეთში და სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიაში: ჩინეთში, ტაივანზე, ლაოსში, ვიეტნამში. კულტივირებულია მრავალ ქვეყანაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ფრიად დეკორატიული და ეფექტური მცენარეა, ფართოდ გამოიყენება ლანდშაფტურ მეპაღეობაში ბალ-პარკების დასამშვენებლად. მერქანი მსუბუქი და რბილია, ჩინეთში მისგან ამზადებენ მუსიკალურ

ინსტრუმენტებს, ავეჯს და სხვა ნაკეთობებს; ფოთლებს საფურაჟე მასალად იყენებენ მეცხოველეობის ინდუსტრიაში. დადგენილია, რომ ფოთლები შეიცავს ისეთ ნივთიერებებს, რომლებიც სასარგებლოდ მოქმედებს ღვიძლზე, თირკმელებზე, ნაღვლის ბუშტისა და ფილტვების პრობლემებზე. ჩინეთში მისი სამკურნალო თვისებები უძველესი დროიდანაა ცნობილი, ამჟამად კი ფარმაცევტული მრეწველობა ხებუერას ფოთლების საფუძველზე სხვადასხვა წამლებს უშვებს. ევროპაში ბოლო პერიოდში დაიწყო ფოთლების ექსტრაქტების ჩართვა კრემებისა და სუნამოების შემადგენლობაში. იგივეა ყვავილების მიმართ, მათი არომატი განისაზღვრება როგორც “ვანილის, პუდრისა და ნუშის” შეზავებული სურნელის; ხებუერას ყვავილებისაგან მიღებული თაფლი მსუბუქია, გამჭვირვალე, ბაცი და არომატული, მას ადარებენ მხოლოდ აკაციის თაფლს. იყენებენ ბრონქიტის, ფილტვებისა და სასუნთქი სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ, იწვევს ნაღვლის ბუშტის, ღვიძლისა და მთლიანად საკვებმომწელებელი სისტემის ფუნქციის გაუმჯობესებას.

უკუქმედება: არ არის დადგენილი.

**ხეკარდი, ჟასმინისებრი გარდენია - – *Gardenia florida* L.
ოჯ. ენდროსებრნი - *Fam. Rubiaceae***



მორფოლოგია: მარადმწვანე, 2 მ-მდე სიმაღლის ბუჩქია, მაგარი, შიშველი ან სუსტად შებუსული ყლორტებით. ფოთლები წვრილია, რგოლურად განწყობილი, სამკუთხა თანაფოთლებით, სქელი

ტყავისებრი სტრუქტურის, პრიალა, ბაციდან მუქ მწვანემდე. ყვავილები მსხვილია, თეთრი ან მოყვითალო-კრემისფერი, მარტოულადაა განლაგებული ფოთლისეულ უბეებში, იშვიათად ტოტების ბოლოებზე, გამოირჩევა დახვეწილი ძლიერი არომატით, ნაყოფი მჯდომარე, მსხლისებრი ან ცილინდრული, მრავალთესლიანი კოლოფია.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად იზრდება აზიის, აფრიკის, იაპონიისა და ჩინეთის ტროპიკულ რაიონებში.

გარდენია გამოიყენება როგორც ქოთნის კულტურა, ფართოდაა გავრცელებული ბუთხუზა ყვავილებიანი, საოცარი სილამაზის ჯიშები, რომლებიც დეკორატიულობითა და სურნელებით ვარდის ყვავილების ტოლფასია.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სურნელოვანი ყვავილის გვირგვინის ფურცლებს უმატებენ მაღალი ხარისხის ჩაის და მურაბებს. გარდენიის ფესვები და ნაყოფები სხვადასხვა ქვეყნის ხალხურ მედიცინაშია გამოყენებული. მცენარის ყველა ნაწილში აღმოჩენილია კაროტინოიდური გლიკოზიდი კროცინი, რომელიც ნალველმდენი თვისებებისაა. ტრადიციულად ნაყოფების ექსტრაქტს არტერიული წნევის დასაქვეითებლად ხმარობდნენ. ნაყოფებისა და ფესვების ნახარშს იყენებდნენ ანთების საწინააღმდეგოდ, სიცხისდამწვევად, სისხლისშემაჩერებელ საშუალებად, აგრეთვე სიყვითლის, კანის დაავადებების, მასტიტის, სტომატიტის, დიზინტერიის, ჰეპატიტის, ნეფრიტის, ეპიდემიური გრიპის, ციებ-ცხელების, ფილტვების დაავადებების, ცხვირიდან სისხლდენის დროს.

გარეგანად დაქუცმაცებული ნაყოფები საფენების სახით იხმარებოდა ჭრილობების, ტრავმების, დამწვრობის, სიმსივნეების სამკურნალოდ.

ჩინურ ხალხურ მედიცინაში იყენებენ თავის ტკივილების, სასუნთქი გზების დაავადებების, ნალვლის სადინარებისა და კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის ანთების, თირკმელების დაავადებებისას, როგორც შარდმდენი და სიმპტომატური საშუალება უძილობისა და გადაღლილობის დროს.

უკუქმედება: არ არის დადგენილი.

ხვეერცხლა – *Leucadendron argenteum* (L.) R.Br.
ოჯ. პროტეასებრნი - Fam. Proteaceae



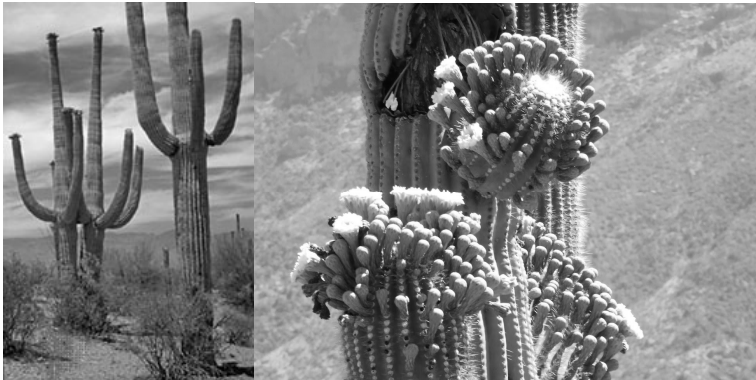
მორფოლოგია: ფოთოლმცვენი ორსახლიანი 5-7 მ (ზოგჯერ 16 მ-მდე) სიმაღლის მცენარეა, ნაცრისფერი ქერქით, ზედა ნაწილში დატოტვილი. ფოთლები მოვერცხლისფრო-ნაცრისფერია, აბრეშუმისებრი, უხვად შებუსული წვრილი ბეწვებით, მორიგეობით, შემჭიდროვებულ რგოლებად განლაგებული; ფოთლის ფირფიტა მარტივია, კიდემთლიანი, ტყავისებრი, ლანცეტიისებრი, მახვილი წვერით. ყვავილი ორსქესიანია, აქტინომორფული, თითო-თითოდ განლაგებული კენწრული ფოთლების უბეებში, შეკრებილია თავაკისებრ ყვავილელებად; ყვავილსაფარი მარტივია, შედგება 4 მეტნაკლებად შეზრდილი ფოთოლაკისაგან. ნაყოფი თვითხსნადი კოლოფია, საკმაოდ სქელი ნაყოფსაფრით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: იშვიათ სახეობათა რიცხვს მიეკუთვნება, სამხრეთ აფრიკის ენდემური სახეობაა, იქვეა კულტივირებული.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ქიმიურად სუსტადაა შესწავლილი, შეიცავს მთრიმლავი ნივთიერებების დიდ რაოდენობას, გამოიყენება ტყავის წარმოებაში. ფოთლებისაგან სხვადასხვა სახის სათამაშოებს, სამკაულებსა და სხვა გასართობ ნივთებს ამზადებენ.

ვერცხლის ხეს ადგილობრივი მოსახლეობა მაგიურ თვისებებს მიაწერს. მისი აურა იმდენად ძლიერია, რომ ძალუძს ირგვლივ არსებული ყოველგვარი სიბინძურის – “flux” ჩაყლაპვა და ჰაერის გასუფთავება, მაგრამ სამწუხაროდ თვითონაც ავადდება, ხის ტანზე თანდათანობით წარმოიქმნება იისფერი წრეები, რომლებიც ერთიანდება და მცენარის განადგურებას იწვევს (ვერ უძლებს დელამიწაზე დაგროვილ ბოროტებას!).

ხეკაქტუსი, ცერეუსი ან “უდაბნოს გოლიათი”
Cereus giganteus Engl.
ოჯ. კაქტუსისებრი - Fam. Cactaceae



მორფოლოგია: გამოირჩევა გრძელი, ხორცოვანი სვეტისებრი ფორმის წიბოიანი ღეროთი, აღწევს 20 მ-მდე სიმაღლეს, ვეგეტაციის ხანგრძლივობა 300 წელია. ღერო-სვეტის სისქე 65 სმ დიამეტრისაა, კაქტუსის ტანი შედგება 12 - 24 ბლაგვი წახნავისაგან; ეკლების სიგრძე 7 სმ აღწევს. ფოთლები ჩვეულებრივ არ გააჩნიათ, აღინიშნება მხოლოდ აღმონაცენებზე წვრილი ქერქლების სახით. ფოთლების რედუქციის გამო, ფოტოსინთეზს აწარმოებს მხოლოდ ღერო, რომელიც ან მთლიანად მწვანეა ან მხოლოდ ზედა ნორჩი ნაწილია მწვანე.

ყვავილობს მაისიდან ივნისამდე, ყვავილი მარტოულია, მსხვილი, თეთრი, მეწამულ-წითელი, იშვიათად ნარინჯისფერი, ყვითელი ან მწვანე, წარმოიქმნება მცენარის ძველ ბალიშებზე და ბორცვაკებზე, მილისებრია, სწორი ფორმის ან ოდნავ ზიგომორფული, იშლება მხოლოდ ღამით. ნაყოფი ხორცოვანი კაშკაშია ფერის კენკრაა, გლუვი ან ბორცვაკებიანი.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: იზრდება არიზონში, სამხრეთ-აღმოსავლეთ კალიფორნიაში და მექსიკაში - სონორანის უდაბნოში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ხეკაქტუსის ნაყოფი ფასდება როგორც სასურსათო პროდუქტის ძირითადი ელემენტი; გემოვნებით ნესვის, ფორთოხლისა და მარწყვის მსგავსია, საკვებად გამოიყენება ნელლი სახით, ამზადებენ მურაბებს, კომპოტებს, მარმელადს, გარნირის სახით უმატებენ ხორციან კერძებს. საჭმელად ეკლებისაგან გასუფთავებული ღეროებიც გამოიყენება. მცენარის წვენი შეიცავს განსაკუთრებულ ფერმენტებს, რის გამოც მზადდება უნიკალური ალკოჰოლური სასმელი, რომელიც ყველა ნაციონალური დღესასწაულის დამამშვენებელია.

კაქტუსების სხვა სახეობების მსგავსად, ცერეუსიც შეიცავს ალკალიიდებსა და ანტიბაქტერიულ ნივთიერებებს, რომლებსაც ძალუბთ მიკრობების განადგურება. მეცნიერულ მედიცინაში ჯერ კიდევ მიმდინარეობს მათი სამკურნალო თვისებების გამოვლინება და შესწავლა, თუმცა სამხრეთ და ცენტრალური ამერიკის მოსახლეობა ხალხურ მედიცინაში ასეული წლების მანძილზე სხვადასხვა დაავადებების სამკურნალოდ იყენებს; კერძოდ: გულ-სისხლძარღვთა და კანის დაავადებების, ნევრალგიისა და სისხლდენების შესაჩერებლად. ნელლი წვენი აძლიერებს ორგანიზმში ნივთიერებათა ცვლას, ხსნის დაღლილობას, იწვევს მატონიზირებელ მოქმედებას.

უკუქმედება: დაუღვენელია.

ხეკოლა, კოლა –
Cola vera K. Schum.[=Cola nitida (Vent.) A.Chev.]
ოჯ. სტერკულიასებრნი – Fam. Sterculiaceae



მორფოლოგია: ტროპიკული, მარადმწვანე 10-20 მ სიმაღლის ფრიად დეკორატიული ხეა. ფოთლები მსხვილია, ყუნწიანი, კიდეშთლიანი, ფართოლანცეტა. ყვავილები მცირე ზომისაა, მოყვითალო, წითლად დაძარღვული, მოკლე საგველა ყვავილებად შეკრებილი. ნასკვი ხუთბუდიანია; ნაყოფი მსხვილია, ვარსკვლავისებრი, ხუთსხვიანი ნაკრები ფოთლურა. თითოეულ ბუდეში 2-6 თესლია, თესლის გული კაშკაშა წითელი ან თეთრი ფერისაა, შედგება ორი მსხვილი ლებნის, ყუნწისა და კვირტისაგან, უნდოსპერმოა.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად იზრდება დას. აფრიკის ნოტიო ტროპიკულ ტყეებში. კულტივირებულია მსგავსი კლიმატის მრავალ ქვეყანაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნედლეულს თესლები წარმოადგენს, შეიცავს 1,2 - 2,4% კოფეინს, 3-ჯერ უფრო მეტს, ვიდრე ყავის მარცვლები, თეობრომინს (1.0 - 2,5%) თეოფილინს, ფენოლოურ შენაერთებს (წითელ პიგმენტს ფლაბაფენს, ეპიკატრინინს, კატეხინს), მთრიმლაგ ნივთიერებებს, გლიკოზიდებს, მცენარეულ ზეთებს, ანთოციანებს, ცელულოზას, პროტეინს და სხვ. ნედლ თესლებში კოფეინი იმყოფება შეკრულ მდგომარეობაში გლიკოზიდ კოლანინის სახით, რომელიც იხლიჩება გლიკოზიდად, კოფეინად და მთრიმლაგ ნივთიერებად.

კოლას კაკალი უნიკალური ენერგეტიკული სტიმულატორია, რაც

გამოწვეულია მასში კოფეინის მაღალი შემცველობით. ის არა მარტო ამხნეებს და ხსნის დაღლილობას, არამედ აყუჩებს შიმშილის გრძობასაც. ჯერ კიდევ XVI ს-ში აფრიკაში მოგზაურები აღნიშნავდნენ, რომ აფრიკელი აბორიგენები ამ კაკალს გამოუდებით ღეჭავენ, რათა არ იგრძნონ დაღლილობა მძიმე შრომის შესრულებისას. მოგვიანებით დამტკიცდა, რომ მისი გამოყენებისას უმჯობესდება ტვინის მოქმედება და მახსოვრობის პროცესი, მაღლდება ყურადღების კონცენტრაცია, რაც მეტად მნიშვნელოვანია ინტელექტუალური შრომით დაკავებულთათვის, აგრეთვე მოსწავლეებისა და სტუდენტებისათვის. რამდენიმე კაკლის მიღება ხელს უწყობს ავადმყოფური მძინარობისა და დაღლილობის მოხსნას, აზრების ნათლად გამოხატვას. გამოიყენება ცენტრალური ნერვული სისტემისა და გულის მოქმედების მატონიზირებელ საშუალებად. იხმარება ექსტრაქტის, ნაყენისა და კოლას კაკლების შოკოლადის სახით.

ცხელი ქვეყნების ხალხური მედიცინა კოლას კაკლებს უძველესი დროიდან იყენებს როგორც აფროდიზიაკს და ანტიდეპრესანტს, აგრეთვე კუჭის აშლილობის, გულის რევის, მიგრენისა და სიმთვრალის დროს. თუმცა სტანდარტული დასავლური მედიცინა ჯერ კიდევ ეჭვითაა განწყობილი კოლას ზოგიერთი სასარგებლო თვისებების მიმართ. მეცნიერების მიერ დამტკიცებულია ამ პროდუქტის დადებითი მოქმედება წნევის დაწევაზე, რევმატიზმის, ჰეპატიტის, გულის მდგრადი უკმარისობის (რაც ხნიერი ადამიანებისთვისაა დამახასიათებელი), კენერიული დაავადებების, გამომყოფი სისტემის ინფექციებისას.

უკუქმედება: ხეკოლას შემადგენლობაში აღინიშნება კანცეროგენული ნივთიერება N – ნიტროზო. აქედან გამომდინარე ნიგერიაში, სადაც კოლას ნაყოფების ღეჭვა რიტუალების ნაწილს წარმოადგენს, დაფიქსირებლია ანომალურად დიდი რიცხვი პირის ღრუსა და კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის კიბოთი დაავადებების. კოლას კაკლის გამოყენება არ არის მართებული უძილობისა და მოუსვენრობის დროს; უკუმაჩვენებელია გულით დაავადებების, ანტიდეპრესანტების მიმღებ პაციენტებისა და ფუნქციური ქალებისათვის.

ხემაგარა, სტერკულია – *Sterculia platanifolia* L. (*Firmiana simplex* (L.) W. Wight.)

ოჯ. სტერკულიასებრნი - Fam. Sterculiaceae



მორფოლოგია: 10-15 მ (ზოგჯერ 30 მ-მდე) სიმაღლისა და 0,7-1 მ-მდე დიამეტრის სწორმდგომი ხეა, მომრგვალო ან ქოლგისებრი ლამაზი ვარჯით და გლუვი, მონაცრისფრო-მწვანე ქერქით. ფოთოლთგანლაგება მორიგეობითია, ფოთოლი 35 სმ-მდე სიგრძისაა, გრძელყუნწა, მარტივი, ღრმად 3-5 ნაკვთად გაყოფილი, ჭადრის ფოთლის მსგავსი. მცენარე ერთბინიანია, ყვავილები ერთსქესიანია, პატარა, მომწვანო-ყვითელი, ტოტების ბოლოებში 25 სმ-მდე სიგრძის საგველა ყვავილელებად შეკრებილი. ნაყოფი ტყავისებრი ხუთწევრიანი ფოთლურაა, 3-10 სმ სიგრძის. თესლი სასიამოვნო გემოსია, სფერული, დანაოჭებული, 1 სმ-მდე დიამეტრის, მონაცრისფრო-ყვითელი, ზეთოვანი, საკვებად გამოსადეგი. ყვ. VI-VII; ნაყ. IX-X.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზია (ჩინეთ-იაპონია). საქართველოში პირველად სოხუმსა და მის შემოგარენში იქნა შეტანილი, საიდანაც გავრცელდა გაგრაში, ოჩამჩირეში, ზუგდიდში, ქობულეთში, ქუთაისში, თბილისში, წინანდალში, როგორც მაღალდეკორატიული მცენარე. ძირითადად კი შავიზღვისპირა რაიონებში გვხვდება, სადაც ბალ-პარკებში საპატო ადგილი უკავია.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალოდ გამოიყენება უყუნწო, გამშრალი ფოთლები (*Folium Sterculiae*).

გროვდება ყვავილობის დაწყებიდან ფოთლების გაყვითლებამდე, ხასიათდება სპეციფიური სუსტი სუნით.

ფოთლები შეიცავს ეთერზეთებს (0,1%), ფისებს (5%), მთრიმლავ ნივთიერებებს, უმთავრესად პიროკატეხინების ჯგუფიდან, ორგანულ მჟავებს (2,5%), გლიკოზიდებს, ალკალოიდებს კვალის სახით. თესლებში აღინიშნება კოფეინი, თეობრომინი, ორგანული მჟავები (6%), ცხიმოვანი ზეთები (26%-მდე), ალკალოიდების კვალი.

ნაყენი გამოიყენება როგორც მასტიმულირებელი და მატონიზირებელი საშუალება ფიზიკური და გონებრივი გადაღლილობის, ასთენიური მდგომარობის, მძიმე დაავადებების გადატანის შემდეგ, ასევე ჰიპოტონიის დროს.

უაუქმედება: დაუდგენელია.

ხემარწყვა – *Arbutus andrachne* L.

ოჯ. მანანასებრი - Fam. Ericaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე 10-12 მ-მდე სიმაღლის ხეა. ფოთლები ტყავისებრია, მარტივი, კიდემთლიანი, მსხვილი, მუქი მწვანე; ყვავილები თეთრია ან ვარდისფერი, წვრილი, შეკრებილია წვეროსეულ საგველა ჩაქინდრულ ყვავილელებად. ნაყოფი გარეგანად მარწყვის მსგავსია, კენკრასებრი, მრავალთესლიანი. თესლი ცხოველებით მრავლდება. ხემარწყვი პლანეტის ულამაზეს ხეების რიცხვს მიეკუთვნება. გლუვი, პერგამენტის მსგავსი ქერქი მუქი მქნაშული შეფერილობისაა. შუა ზაფხულში ქერქის ზედა

ფენა სკდება და ცვივა გრაგნილებისა და თხელი ნაფლეთების სახით, რჩება გაშიშვლებული ნაზი - მწვანე ქსოვილი. შემდეგში ახალი ქერქი განიცდის მთელ რიგ საოცარ გარდაქმნებს და მომავალი წლისათვის კვლავ იძენს მუქ-წითელ ფერს. ქერქი ყოველწლიურად იცვლება.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია დასავლეთ ევროპაში, ხმელთაშუაზღვეთში, ჩრდილო და ცენტრალურ ამერიკაში, დასავლეთ აზიაში. მრავალ ქვეყანაში ამრავლებენ როგორც საბალო-დეკორატიულ მცენარეს.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ნაყოფი საკვებად გამოიყენება, ტკბილია, ამზადებენ მურაბებს, ლიქიორებსა და ღვინოებს. პორტუგალიაში ამზადებენ არომატიულ არაყს - “აგუარდენტე დე მელრონია”.

წარსულში მერქანს მორებად ხმარობდნენ. ფოთლებიდან და ქერქიდან მიღებულ მთრიმლავ ნივთიერებებს ტყავის დასამუშავებლად იყენებდნენ. ფოთლებიდან და ფესვებიდან მიიღება ტანინებით მდიდარი აქტიური ინგრედიენტები, რომლებიც ხასიათდება შემკვრელი და ანტისეპტიკური თვისებებით.

ხეოლო, ხეხენდრო - *Cornus capitata* Wall. ex Roxb.
ოჯ. შინდისებრნი - Fam. Cornaceae



მორფოლოგია: 12 მ-მდე სიმაღლის მარადმწვანე ხეა. ფოთლები ბაცია, ქვედა მხრიდან მონაცრისფრო-მწვანე და უფრო კაშკაშა ზედა მხარეს. ყვავილები თეთრია, შეკრებილია თავაკისებრ ყვავილეებად, ყვავილობს ზაფხულში. ნაყოფები, უფრო სწორად ნაყოფედი სფეროსებრია, ფორმით მარწყვს მოგვაგონებს, წითელი შეფერილობისაა, 2-3 სმ დიამეტრის, წვნიანია, ორიგინალური გემოთი და მარწყვის არომატით, შედგება ტკბილი ლორწოვანი რბილობისაგან, რომელშიც საკმაოდ მსხვილი თესლებია ჩაფლული.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად იზრდება ინდოეთში ჰიმალაის ფერდობებზე და ცენტრალური ჩინეთის სამხრეთ ნაწილში. ინტროდუცირებულია ავსტრალიაში, ახალ ზელანდიაში, კაკასიის შავზღვისპირეთში და ყირიმში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ნაყოფები ხორცოვანია, ტკბილი, წვნიანი, ორიგინალური გემოვნების, მარწყვის არომატით, გამოიყენება საკვებად.

ხემყრალი ან ჩინური იფანი - *Ailanthus altissima* (Mill.) Swingle
ოჯ. ხემყრალისებრნი - Fam. Simarubiaceae



მორფოლოგია: ფოთოლმცვენი 20-30 მ-მდე სიმაღლის უხვად დატოტვილი ხეა, აჭურული ვარჯით და მონაცრისფრო-შურა ფერის ქერქით. ფოთლები კენტფრთხარტულია, 1 მ-მდე სიგრძის; ფოთოლაკები კვერცხისებრ-ლანცეტაა, ძირთან დაკბილული, უსიამოვნო სუნის. ყვავილები ორსქესიანია და მამრობითი, წვრილი, უსახური, მომწვანო-მოყვითალო შეფერილობის, შეკრებილია ფაშარ საგველა ყვავილედად. ნაყოფი ერთთესლიანი რომბული ფრთიანაა, ყვითელი ან წითელი შეფერილობის; მეტად დეკორატიულია ნაყოფმსხმოიარობის პერიოდში.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ჩრდილოეთ ჩინეთია. როგორც დეკორატიული, სწრაფმოზარდი მცენარე კულტივირებულია მრავალ ქვეყანაში: შუა აზიაში, უკრაინაში, რუსეთის სამხრეთ რაიონებში, კავკასიაში, მათ შორის საქართველოშიც, სადაც მრავლდება თვითნათესით და ამონაყრებით, ხშირად ასარევიანებს ბაღებს.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნედლეულია ქერქი, ყვავილები და ნელი ყლორტები. ქერქი შეიცავს აქტიურ ნივთიერება – კვასინს, 12%-მდე მთრიმლავ ნივთიერებებს, საპონინებს, სხვადასხვა ალკალოიდებს, ლაქტონ სიმარუბინს, კუმარინულ ჰეტეროზიდს, მწარე ნივთიერებებს – აილანტინს, სტერინებს.

ოფიცინალურ მედიცინაში არ გამოიყენება. სახალხო მკურნალები ხის ქერქს იყენებენ დიზენტერიის დროს, და როგორც ანტიჰელმინტურ საშუალებას; ეფექტურია ლეიშმანიოზის სამკურნალოდ. წარსულში, ნაყოფების ნაყენი გამოიყენებოდა პრეპარატ ანგინოლის წარმოებისათვის, რომელსაც უნიშნავდნენ ანგინის სამკურნალოდ. ჰომეოპათიაში ყვავილები, ქერქი და ყლორტები ქუნთრუშისა და დიფტერიის, აგრეთვე შარდკენჭოვანი დაავადებებისას იხმარება, ხოლო ნაყოფები ნალველკენჭოვანი დაავადებებისა და კიბოს საწინააღმდეგოდ. ფოთლები ხასიათდება ანტივირუსული და ინსექტიციდური მოქმედებით და გამონატული ანტიმიკრობული და ანთების საწინააღმდეგო თვისებებით.

უაუქმედება: მიუხედავად იმისა, რომ მცენარე ხალხურ მედიცინაში ფართოდ გამოიყენება მისი გამოყენებისას აუცილებელია ექიმთან კონსულტაციის გავლა. ამავდროულად უნდა გაითვალისწინოთ, რომ თესლი შხამიანია!

ხებილბილა - *Vitex agnus-castus* L.
ოჯ. ცოცხნასებრნი - Fam. Verbenaceae



მორფოლოგია: მერქნოვანი ფოთოლმცვენი 2-4 მ-მდე სიმაღლის ბუჩქია. ფესვი მთავარლერძაა, დატოტვილი, მრავალრიცხოვანი გვერდითი ფესვებით. ღერო სწორმდგომაა, ოთხწახნაგოვანი, მურა ფერის. ფოთლები მოპირისპირეა, თათისებრდანაკვთული, მწვანე,

შედგება 5-7 მასვილი ფოთოლაკისაგან, უთანაფოთლოა. ყვავილელი ხშირი საგველაა თავთავისებრი ფორმის, ყვავილები მრავალრიცხოვანია, იასამნისფერი ან ბაცი-იისფერი (ზოგჯერ მკრთალი ვარდისფერი). ნაყოფი ოთხხუდიანი კურკაა სფერული ფორმის, შავი ფერის, 3-4 მმ ზომის. მცენარის ყველა ნაწილი ხასიათდება ძლიერი, მწვავე და სასიამოვნო არომატით. ყვ. VI-VIII; ნაყ. X.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: გავრცელებულია სამხრეთ ევროპაში, აზიის ზომიერ სარტყელში (შუა აზია, სამხრეთ კავკასია) და ჩრდილოეთ აფრიკაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალო ნელლელს მცენარის მიწისზედა ნაწილი (ქერქი, ფოთლები, ტოტები, ყვავილები და ნაყოფები) წარმოადგენს. ფოთლები და ტოტები გროვდება მცენარის მთელ სავეგეტაციოს პერიოდში (სიცოცხლის მესამე წლიდან), ყვავილები – ყვავილობის პერიოდში, ნაყოფები – მომწიფების კვალდაკვალ (სექტემბერი-ოქტომბერი), ქერქი – გაზაფხულზე ან შემოდგომით.

მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ფლავონოიდებს (იზოვიტექსინი, კასტიცინი), ირიდოიდებს (აუკუბინი, აგნოზიდი), მთრიმლავ ნივთიერებებს, ალკალოიდებს, მიკროელემენტებს, ვიტამინებსა და ეთერზეთებს. ფოთლებში აღინიშნება C ვიტამინი (38,9-118,1 მგ%); ნაყოფებში – კუმარინები და ცხიმოვანი ზეთები, რომლის შემადგენლობაშია ჭიანჭველის, ძმრის, პროპიონის, ვალერიანისა და კაპრონის მჟავები. ეთერზეთების ყველაზე მაღალი შემცველობა ფიქსირდება ყვავილობის პერიოდში: ნაყოფებში – 0,47 %, მშრალ ფოთლებში – 55%-მდე. ეთერზეთების შემადგენლობაშია ცინეოლი, პინენი, საბინენი, პალმიტინის მჟავა.

ხეპილპილა ხასიათდება ანთების საწინააღმდეგო, ანტიმიკრობული, ექსტროგენული, ანტიფუნგალური და სედატური მოქმედებით. მისი პრეპარატები დადებითად მოქმედებს ჯირკვლების ფუნქციაზე ჰორმონალური დარღვევებისას, აქტიურებს ყვითელი სხეულის (რკინა, რომელიც არეგულირებს მენსტრუალურ ციკლს) ფუნქციას. ნაყოფები აუმჯობესებს საკვების მონელებას, ხასიათდება მატონიზირებელი და გამაძლიერებელი მოქმედებით.

თესლიდან გამოყოფილი ზეთი შველის ონკოლოგიურ დაავადებებს. ცნობილია, რომ ხეპილპილას პრეპარატები ასტიმულირებს მეტყველების ცენტრს, განსაკუთრებით შველის მეტყველება - განუვითარებელ ბავშვებს, გამოიყენება აგრეთვე შემდეგი დაავადებებისას: დეპრესია, ღვიძლისა და ელენთის ქრონიკული დაავადებები, ციებ-ცხელება, უნაყოფობა, მენტრუალური ციკლის დარღვევები, მასტოპათია, ქალების მიომა, მამაკაცების იმპოტენცია.

ხალხურ მედიცინაში იხმარება ციებ-ცხელების, გონორეისა და გულის ტკივილებისას. ფართოდ გამოიყენება ჰომეოპათიაში - ნელს წვენს იყენებენ დეპრესიის, ნერვული დაავადებებისას. ფოთლებისა და ყვავილების ნაყენები გამოიყენება როგორც ლაქტოგენური საშუალება, ხასიათდება ანტიბაქტერიული მოქმედებით. ნაყოფების ნაყენი ამაღლებს სასქესო ჯირკვლების ფუნქციას, გამოიყენება ქალური დაავადებების (ფიბროზულკისტოზური მასტოპათია, ფიბრომა, მიომა, კისტა, პოლიპები), მამაკაცებში - პროსტატიტის, უნაყოფობისა და ლეიკოზის სამკურნალოდ.

უაუქმედება: არ არის რეკომენდებული ხეპილპილას წვეთების მიღება ალკოჰოლიზმის მკურნალობის შემდეგ; გადაჭარბებულმა ღოზებმა შეიძლება გამოიწვიოს ჰალუცინაციები, ფსიქომოტორული აღზნება ან კანზე ალერგიული რეაქციები.

ხეპამიდორი, ციფომანდრა - *Cyphomandra betacea* Cav.) Send.
ოჯ. ძალღყურბენასებრი - Fam.Solanaceae



მორფოლოგია: 3 მ-მდე სიმაღლის მარადმწვანე ხეა. ფოთლები არომატულია, მსხვილი, მოგრძოკვერცხისებრი, კიდეშლიანი, ქვედა მხრიდან სუსტად შებუსუსული, 17-30 სმ სიგრძისა და 12-19 სმ სიგანის. ყვავილები წვრილია, არომატული, 1,5 სმ დიამეტრის, განლაგებულია ჯგუფებად, გვირგვინი მოვარდისფრო-თეთრია. ნაყოფი კენკრაა, კვერცხისებრი, 5-7 სმ სიგრძის, იწონის 100-მდე გ, კანი პრიალაა, მაგარი და მწარე; ჯიშებიდან გამომდინარე კანის ფერი მერყეობს ყვითლიდან ბორდოსფერამდე; ანალოგიურია რბილობის ფერიც, ხასიათდება მომჟავო-მოტკბო გემოთი, ფისის სუსტი არომატით. ნაყოფები მწიფდება მთელი წლის განმავლობაში, მაგრამ ჩვეულებრივ მოსავალს აგროვებენ აპრილიდან სექტემბრამდე. პლანტაციებზე მცენარის სიცოცხლის ხანგრძლივობა 3-4 წელია.

მსგავსია გრძელნაყოფა პამიდვრის, რის გამოც ესპანელებმა და პორტუგალიელებმა, რომლებიც პირველები მოხვდნენ მის სამშობლოში პამიდვრის ხე უწოდეს.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო პერუა. ანდების უძველესი სახეობაა; მისი ოკულტივირება ზდებოდა ამერიკის აღმოსავლეთ ნაწილში ბევრად ადრე. ამჟამად კულტივირებულია სამხრეთ ევროპის სუბტროპიკულ რაიონებში (უმთავრესად მთიან ოლქებში), ტროპიკულ აზიასა და აშშ-ის თითქმის მთელ ტერიტორიაზე.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ნაყოფები მეტად პოპულარულია ევროპასა და ამერიკაში, ითვლება სასარგებლო დიეტურ პროდუქტად.

უკუქმედება: დაუდგენელია.

ხერკინა ან მეზუა – *Mesua ferrea* L.
ოჯ. კალოფილასებრნი - Fam. Calophyllaceae



მორფოლოგია: 14-25 მ სიმაღლის ფოთოლმცვენი ხეა, მერქანი მოვარდისფერო – ყავისფერია, მძიმე, მკვრივი და მაგარი; ქერქი ნაცრისფერია, ადგილ-ადგილ მოწითალო-მურა, შრეებად ძვრება. ფოთლები მოგრძო-კვერცხისებრია 6-15 სმ სიგრძის, ახალი ფოთლები ყვითელია, ვარდისფერი და მოწითალო. ყვავილები თეთრია, სურნელოვანი. ნაყოფი ხისებრი კოლოფია.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო შრი-ლანკაა (ცვილონი), იზრდება 1500 მ სიმაღლეზე ნოტიო ტყეებში. კულტივირებულია ინდოეთში, ნეპალსა და სხვა აზიურ ქვეყნებში, მალაიზიის ნახევარკუნძულამდე.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ხის ფისი შეიცავს შხამიან ნივთიერებებს. სამკურნალოდ გამოიყენება ნელლი და მშრალი ყვავილები, თესლიდან გამოყოფილი ზეთები.

ხასიათდება ანტისეპტიკური, ანთების საწინააღმდეგო, ანტიბაქტერიული, სასაქმებელი თვისებებით. იხმარება მთელი რიგი

დაავადებების დროს: ასთმა, ხველება, ციებ-ცხელება, გულის რევა და პირღებინება, იმპოტენცია, ღიზენტერია, ბუასილი, კანის დაავადებები, კეთორი, რევმატიზმი და როგორც აფროდიზიაკი.

მისი ანტისეპტიკური და ანტიბაქტერიული თვისებებიდან გამომდინარე გამოიყენება კოსმეტოლოგიაში, სახის კანის ფერის გასაუმჯობესებლად, პიგმენტაციის მოსაშორებლად. ეფექტურად კურნავს კანის დაავადებებს – მუნს, გამონაყრებს, ფერიმჭამელებს; ახდენს ჭრილობების, დამწვრობის, წყლულების მოშუშებას.

უკუქმედება: არ არის დადგენილი.

ხერკინა ან სიდეროქსილონი – Sideroxylon inerme L.
ოჯ. საპოტასებრნი - Fam. Sapotaceae



მორფოლოგია: დიდი ზომის მარადმწვანე სწრაფმზარდი 20 მ-მდე სიმაღლის ხეა ქერცლისებრი მოწითალო ქერქით. მერქანი რკინისებრ მაგარია; ხის გულგული მოყვითალო ფერისაა. ფოთლები კაშკაშა მწვანეა 15 სმ სიგრძისა და 8 სმ სიგანის. ნაყოფი ოვალური ფორმისაა, 2,5 სმ სიგრძის, მომწიფებისას ყვითლდება. ნაყოფი შეიცავს 1-3 თესლს. ყვავილობს და ნაყოფმსხმოიარობს მთელი წლის განმავლობაში.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივი არეალი მოიცავს ფლორიდას, კარიბის ზღვის კუნძულებსა და ცენტრალური ამერიკის ჩრდილოეთ ნაწილს.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ნაყოფი საკვებად ვარგისია, მაგრამ არა პოპულარული. მძიმე მერქანი ადრე სხვადასხვა დანიშნულებისამებრ გამოიყენებოდა, ამჟამად სახეობის პოპულაციების შემცირების გამო თითქმის სრულად შეწყვეტილია მისი ექსპლოატაცია.

**ხეტიტა – *Liriodendron tulipiferum* L.
ოჯ. მაგნოლიასებრნი - Fam. Magnoliaceae**



მორფოლოგია: ფოთოლმცვენი 25-36 მ სიმაღლის ხეა. ასალგაზრდა ეგზემპლარებში ვარჯი პირამიდულია, ხნოვანებასთან ერთად ოვალურ მოხაზულობას იძენს. ქერქი განვითარების ადრეულ პერიოდებში გლუვია, მონაცრისფრო-მომწვანო, შემდგომ ნაოჭდება. ფოთლები მორიგეობითია, მარტივი, თათისებრდაძარღვეული, ფართო, ბაცი მწვანე ან მწვანე. შემოდგომით იძენს ოქროსფერ-ყვითელ შეფერილობას, გრძელყუნწიანია, 7-10 სმ სიგრძის, თანაფოთლები მსხვილია; ყვავილები ტიტას კოკორს მოგვაგონებს (აქედან მისი

სახელწოდება), 6 სმ-მდე სიგრძისაა, ორსქესიანი, ბაცი მწვანე ან ყვითელი (იშვიათად თეთრი) ჯამის ფოთოლაკებითა და ნარინჯისფერი გვირგვინის ფურცლებით, სუსტი სურნელის, იძლევა დიდი რაოდენობის ნექტარს. ყვავილსაფარი სამწვერიანია, მრავალრიცხოვანი მტვრიანებითა და ბოტკოებით; ყვავილები თითო-თითოდ განლაგებულია ტოტების ბოლოებზე. ნაყოფი მოგრძო გირჩისებრი წარმონაქმენია, 5 სმ-მდე სიგრძის, შედგება ძირაკისა და ფრთიანასაგან, რომლებიც მომწიფებისას ცვივა; ცალკეული ფრთიანა 4 სმ სიგრძისაა, ცალფრთიანია და შეიცავს ოთხწახნაგოვან თესლს. ყვ. V-VI. ნაყ. X-XI.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ჩრდილოეთ ამერიკაა. ფართოდაა კულტივირებული სუბტროპიკული კლიმატის ქვერნებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ტიტას ხე სუბტროპიკულ ხე მცენარეებს შორის ყველაზე თაფლოვან მცენარედ ითვლება, ერთი ხე იძლევა 4 კგ ნექტარს, რომლისგანაც მიიღება 1 კგ თაფლი. ფრიად დეკორატიულია, ბალპარკების დამამშვენებელი.

ხასიათდება სამკურნალო თვისებებითაც: ქერქის ნახარში მალარიის სამკურნალოდ იხმარება.

უკუქმედება: არ არის დადგენილი.

ხეტუსტი – *Hibiscus syriacus* L.
ოჯ. ბალბისებრნი - Fam. Malvaceae



მორფოლოგია: ბუჩქი ან მცირე ზომის 5-6 მ-მდე სიმაღლის ხეა, მოყვითალო-მონაცრისფრო დახეთქილი ქერქით, ახალგაზრდა ტოტები ვარსკვლავისებრი ბეწვითაა მოფენილი. ფოთოლი კვერცხისებრი ან კვერცხისებრი-რომბული ფორმისაა, 5-10 სმ სიგრძისა და 4-6 სმ სიგანის. ყვავილები მარტოულია, ხშირად ბუთხუზისებრი, განლაგებულია ფოთლების უბეებში მოკლე, სქლად ვარსკვლავისებრი შებუსვილ საყვავილე ღეროებზე; გვირგვინის ფურცლები 6-10 სმ დიამეტრისაა, ფართოზარისებრი, ვარდისფერ-მეწაბული ან მოწითალო-ლილისფერი, ზოგჯერ თეთრი, ცენტრში მუქი ლაქით. გვირგვინის ფურცლები წაგრძელებულია, უკუკვერცხისებრი, მომრგვალო წვეროებით. ნაყოფი კვერცხისებრი კოლოფია. თესლი თირკმლისებრია, დანაოჭებული, გლუვი, მუქი რუხი. ყვ. V-VIII; ნაყ. IX-X.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია ჩინეთში, ინდოეთში, მცირე აზიაში. ფართოდაა კულტივირებული დეკორატიული მიზნებისათვის.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ენერგეტიკულ მცენარეთა რიცხვს მიეკუთვნება. ნელი ფოთლები გამოიყენება საკვებად, უმატებენ სალათებს; თესლი გემოვნებით შირბახტის მსგავსია, მოხალული და დაჭუცმაცებული იხმარება წვნიანებსა და საკონდიტრო ნაწარმში.

ჯამის ფოთოლაკებისაგან ამზადებენ მეტად სასარგებლო სურნელოვან ჩაის. ნივთიერებები, რომლებიც ჩაის წითელ შეფერილობას იწვევს ანთოციანებია, ხასიათდება მკვეთრად გამოხატული P ვიტამინის აქტივობით, ამაგრებს სისხლძარღვების კედლებს, არეგულირებს მათ გამტარიანობას და სისხლის წნევას; ცხელი ჩაი ამაღლებს წნევას, ცივი - კი აქვეითებს. ხასიათდება სპაზმური და შარდმდენი მოქმედებითაც, აუმჯობესებს ორგანიზმის საერთო მდგომარეობას. ხეტუსტში შემავალი ფლავონოიდები - კვერცეტინი, აძლიერებს ანთოციანების მოქმედებას, ასუფთავებს და ორგანიზმიდან დეენის შლაკებს, ასტიმულირებს ნაღვლის გამოყოფას, აძლიერებს ღვიძლის დაცვის ფუნქციებს მაგნეზემოქმედებისაგან, აუმჯობესებს მეტაბოლიზმს. სპობს ზოგიერთ ტკივილგამომწვევ მიკროორგანიზმებს, გამოიყენება ჭრისმდენ საშუალებადაც.

ჩაის რეგულარული მიღება ჰიპოვიტამინოზის დამცველი საშუალებაა; მასში შემავალი ვიტამინებისა და მიკროელემენტების კომპლექსი კვებას ორგანიზმს სასიცოცხლო ენერჯით, იწვევს მატონიზირებელ მოქმედებას და ზრდის ინფექციური დაავადებებისადმი წინააღმდეგობას.

უაუქმედება: არ გააჩნია.

ხეშროშანა – *Clethra arborea* Aiton
ოჯ. კლეთრასებრნი - Fam. Clethraceae



მორფოლოგია: 3 მ-მდე სიმაღლის მარადმწვანე ხეა; ქერქი

ყავისფერია, ახალგაზრდა ყლორტები და ფოთლები ქვედა მხრიდან ჟანგისებრშებუსულია. ფოთლები მოგრძო ლანცეტა ან მოგრძო-კვერცხისებრი, 8-12 სმ სიგრძის, კიდესერხვილია. ყვავილები თეთრია, შეკრებილია 15 სმ-მდე სიგრძის სშირ მტკვნებად. ყვავილი ხუთწევრიანია, 5-ად გაყოფილი ჯამითა და გვირგვინით, მტკვიანა 10, ბუტკო 1. ნაყოფი კოლოფია. ყვ. VIII-IX.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: მადეირას არქიპელაგის ენდემური სახეობაა, იზრდება ქვეტყეში. ამრავლებენ ორანჟერეაში როგორც დეკორატიულ მცენარეს.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ყვავილების მაღალი სურნელებიდან გამომდინარე გამოიყენება საპარფიუმერო წამოებაში და სურნელოვანი ჩაის დასამზადებლად..

**ხისებრი მსუქანა, კრასულა (“ბედნიერების ხე” ან “ფულის ხე”)
Crassula arborescens Willd.**

ოჯ. მსუქანასებრი - Fam. Crassulaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი სუკულენტია, სამშობლოში 3 მ სიმაღლეს აღწევს, კულტურაში 1,5 მ-ს, ღეროებზე აღინიშნება ჩამოცვენილი ფოთლების ნაჭდევები. ფოთლები ხორცოვანია, პრიალა, მოხრილი, ლევა, კიდებზე და ქვედა მხარეს მოწითალო ელფერით, ღეროზე განლაგებულია მოპირისპირედ, რომლებიც ხშირად ძირში შეზრდილია, ხოლო ფოთლის წყვილები ერთმანეთის მიმართ ჯვარედინად ვითარდება. ყვავილები წვრილია,

ბაცი ვარდისფერი ან თეთრი, ტოტების ბოლოებში თავაკისებრ ყვავილედებადაა განწყობილი, დამახასიათებელი ძლიერი მოტკბო სურნელით. ჩვეულებრივ ყვავილობს სიცოცხლის მე-5 -10 წელს.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო სამხრეთ და სამხრეთ-დასავლეთ აფრიკაა. ბუნებრივად იზრდება ავსტრალიასა და მადაგასკარში.

ფართოდ გავრცელებული მეტად საინტერესო საოთახო კულტურაა. შენიშნულია მცენარის რეაქცია იმ ადამიანების ჯანმრთელობის მდგომარეობის ცვლილებებზე, სადაც კრასულა იზრდება; თუ ვინმე ავადმყოფობს, მაშინ მცენარის მდგომარეობა მკვეთრად იცვლება, იწყებს ფოთლების ჩამოყრას, ჭკნობას, თითქოსდა იწოვს უარყოფით ენერგიას, ხოლო ადამიანის გამოჯანმრთელებისას კრასულაც ხალისდება და ცოცხლდება.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალოდ ფოთლები გამოიყენება. მნიშვნელობითა და სიძლიერით არ ჩამოუვარდება ალოეს. ხასიათდება ანტივირუსული, ანტიბაქტერიული და ანთების საწინააღმდეგო მოქმედებით. გამოიყენება შინაგანად კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის, თირკმელების ანთებითი პროცესების დროს. გარეგანად - კრასულას ფოთლების გამონაწური იხმარება ართრიტის, ჰერპესის, ჭრილობებისა და წყლულების, ჩირქგროვების, მწერების ნაკბენების საწინააღმდეგოდ; ხოლო თბილ წყალში გახსნილი ფოთლების გამონაწურს იყენებენ ანგინისა და ტონზილიტის დროს.

უკუქმედება: მცენარე ღარიშხანს შეიცავს, ამიტომ მისი შინაგანად გამოყენებისას უაღრესად დიდი სიფრთხილეა საჭირო. ღოზის გადამეტებამ შეიძლება გამოიწვიოს გონების დაკარგვა, ფაღარათი და პირღებინება.

ხისებრი ჰორტენზია – *Hydrangea arborescens* L.
ოჯ. ჰორტენზიასებრნი (ფხიჯასებრნი)
Fam. Hydrangeaceae (Saxifragaceae)



მორფოლოგია: 2,5-3 მ-მდე სიმაღლის მომრგვალო, ფოთოლმცვენი ბუჩქია, ვარჯის დიამეტრიც 2 მ-მდეა, ფართოდ გადაშლილი, აჟურული. ფოთლები 8-15 სმ დიამეტრისაა, მომრგვალო, მწვანე. ყვავილები წვრილია, პრიალა, შეკრებილია მსხვილ, 25 სმ-მდე დიამეტრის სფერულ ყვავილედად, გაშლისას მკრთალი მწვანეა, შემდეგ თეთრი შეფერილობის.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო აშშ-ის აღმოსავლეთია. ფართოდაა კულტივირებული ტროპიკული და სუბტროპიკული კლიმატის ქვეყნებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ფესვები შეიცავს ფლავონოიდებს, გლიკოზიდ ჰიდრანგინს, საპონინებს, რუტინს, კუმარინებს, ალკალოიდებს, ეთერზეთებს.

ფესვები უძველესი დროიდანვე გამოიყენებოდა მედიცინაში შარდსადინარი ორგანოების ანთებითი დაავადებებისას. ფესვების ექსტრაქტი ხასიათდება რბილი შარდმდენი და ჭრილობების შემახორცებელი მოქმედებით, იწვევს გამწმენდ მოქმედებას შარდსასქესო სისტემაზე, ხელს უწყობს ორგანიზმიდან მავნე ნივთიერებების გამოდევნას, შეშუპების შემცირებას, შარდმჟავას გამოყოფას; აბრკოლებს შარდსადინარ გზებში ქვიშისა და ქვების დალექვას, ხსნის სპაზმებს ამ ორგანოებში, უზრუნველყოფს გამაუმტკივნებელ ეფექტს. ფესვები, აგრეთვე გამოიყენება

წინამენსტრუალური სინდრომის შესამსუბუქებლად. იწვევს მატონიზირებელ მოქმედებას თირკმელებზე, აუმჯობესებს მის ფუნქციას.

ხისმაგვარი ჰორტენზია გამოიყენება ნალველკენჭოვანი დაავადებების, ქრონიკული პიელონეფრიტის, თირკმელებში კენჭების, ქრონიკული ცისტიტის, სახსრების ტკივილების, ქალის სასქესო სფეროს ქრონიკული ანთების, შეშუპებისა და სიმსუქნის დროს.

უაუქმედება: არ არის დადგენილი.

ჯავზი – *Myristica fragrans* Houtt
ოჯ. ჯავზისებრნი - Fam. Myristicaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე 10-15 მ - მდე სიმაღლის ხეა, პირამიდალური ხშირი ვარჯით, კარგად განვითარებული ფესვთა სისტემით; ფოთლები ოვალური ფორმისაა, 20-30 სმ სიგრძის, მუქი მწვანე. ყავილები ორსქესიანია, მსხვილი, ნარინჯისფერი ან ლეგა-ყვითელი, ბუთხუზა, კონებად შეკრებილი. ნაყოფი 3-4 სმ დიამეტრისაა, მუქი მურა ფერის, მკვრივი გარსით, შეიცავს თესლებს თანათესლეებით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიის კუნძულებია. კულტივირებულია ამავე ქვეყნებში, ინდოეთში, ინდოჩინეთში, სამხრეთ ჩინეთში, შრი-ლანკაზე, სეიშელისა და კარიბის კუნძულებზე, აფრიკის ტროპიკულ ქვეყნებში, ბრაზილიაში.

ისტორიულად ევროპაში პირველად არაბი ვაჭრების მიერ იქნა შეტანილი VII-VIII საუკუნეებში, სადაც სწრაფად მოიპოვა პოპულარობა მთელ რეგიონში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ძვირფასი სანელებელი მცენარეა, ნედლეულს თესლი წარმოადგენს, ხასიათდება დახვეწილი, თბილი, მოტკბო არომატით, სუნელის ოდნავ მწვავე და პიკანტური გემოთი. ფართოდ გამოიყენება კულინარიაში, ხორცის, თევზის, ბოსტნეული კერძების, ძეხვების, ყველის, პაშტეტის, ხაჭოსა და სხვა პროდუქტების შესაკაზმად, ლიქიორის წარმოებაში; განსაკუთრებით ფართოდ - საკონდიტრო მრეწველობაში, მას უმატებენ ნამცხვრებს, კექსებს, ვაფლს, ტორტებს, კრემებს, კანფეტებს ფუნთუშეულს და სხვ.

ძველი ინდოეთისა და ჩინეთის მედიცინა ამ სანელებელს სხვადასხვა სასარგებლო და სამკურნალო თვისებებს მიაწერდა.

შუა საუკუნეების ექიმები კი პანაცეად თვლიდნენ. იყენებდნენ ინფექციური დაავადებების ეპიდემიების, კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის დაავადებებისას; აწერდნენ რიგ ზებუნებრივ თვისებებსაც, აღინიშნებოდა მათი ჰალუცინაციური მოქმედებაც.

თანამედროვე მედიცინა აღნიშნავს სანელებლის სამკურნალო და სასარგებლო თვისებებს. მაგ.: ჯავზი შეიცავს ნივთიერებებს, რომლებიც კეთილისმყოფლად მოქმედებს კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის სეკრეციაზე, აუმჯობესებს მის მუშაობას; ხასიათდება ანთების საწინააღმდეგო, ტკივილგამაყუჩებელი, სისხლძარღვთა გამაფართოებელი, ანალგეტიკური, მატონიზირებელი მოქმედებით, ხსნის სპაზმებს.

სამკურნალოდ გამოიყენება: კეთილთვისებიანი სიმსივნეების, მასტოპათიის, ღვიძლის, ნაღვლის ბუშტის, კუჭ-ნაწლავის ჭვლების, კუჭის დაავადებების, ქრონიკული დიარეის, ქრონიკული დისპეპსიის, მუცლის გაბერვის, კბილის ტკივილის, გულის რევისა და პირღებინების, გაციების, ხველების, რევმატიზმის, სახსრებისა და კუნთების სხვა დაავადებებისას; ახდენს თავის ტვინისა და სისხლის მიმოქცევის სტიმულირებას, ხელს უწყობს ნაღვლის გამოყოფას, ნაღვლის ბუშტში ქვების დაშლას, ვენების ვარიკოზულ გაფართოებას; აფერხებს ავთვისებიანი სიმსივნეების

წარმოქმნას; აძლიერებს იმუნიტეტს; აუმჯობესებს მადას, ამშვიდებს ნერვულ სისტემას, ხსნის დალილილობას; ასუფთავებს ბრონქებს ლორწოსაგან; აუმჯობესებს პირის სუნს. გამოიყენება ფიზიკური გამოფიტვის დროს და სასქესო აქტივობის ასამაღლებლად; არის რეპროდუქციული სისტემის მატონიზირებელი საშუალება, ახდენს ჰორმონ ესტროგენის იმიტაციას და როგორც წესი მენსტრუაციის ნორმალიზებასა და ტკივილების მოხსნას, მშობიარობის დროს საშვილოსნოს დავიწროების სტიმულირებას; არის აფროდიზიაკი და ანალგეტიკი. ხშირად სხვადასხვა დოზით შედის კუჭის წამლების შემადგენლობაში.

თესლებიდან გამოყოფილ ეთერზეთებს ფართოდ იყენებენ საპარფიუმერიო წარმოებაში, კოსმეტოლოგიასა და არომათერაპიაში. ეთერზეთები ხასიათდება ანტისეპტიკური, ანთებისა და სოკოების საწინააღმდეგო, ანალგეტიკური, მატონიზირებელი, კანის გამათბობელი მოქმედებით; ოდნავ აღიზიანებს რა კანს, ხსნის სპაზმებს, ასტიმულირებს სისხლის მიმოქცევას, ახურებს სახსრებსა და კუნთებს, შედის დასაზველი კრემებისა და ზეთების შემადგენლობაში; ზეთი გამოიყენება სპორტულ მედიცინაში, აგრეთვე ართრიტებისა და ოსტეოხონდროზის, რევმატიზმების დროს. ხელს უწყობს საკვების მონელებას, აძლიერებს ნივთიერებათა ცვლას.

უკუქმედება: უკუმაჩვენებელია ფეხმძიმე ქალებისათვის, შესაძლებელია გამოიწვიოს ნაადრევი მშობიარობა. დიდ დოზებში იწვევს ნარკოტიკულ მოქმედებას.

ჰამამელისი – *Hamamelis virginiana* L.
ოჯ. ჰამამელისებრნი - Fam. Hamamelidaceae



მორფოლოგია: ბუჩქი ან მცირე ზომის ხეა ფაშარი ვარჯითა და ზევით აშვერილი გაფარჩხული ტოტებით, მონაცრისფრო-მურა ძველი ქერქითა და ბაცი ნაცრისფერი ახალგაზრდა ყლორტებით. ფოთლები ასიმეტრიულია, მორიგეობითი, ფართოკვერცხისებრი ან ელიფსური (7-15 სმ სიგრძისა და 8 სმ სიგანის), ზედა მხრიდან მწვანეა, ქვედაზე - ბაცი მწვანე, ძარღვებზე შებუსული, შემოდგომით იძენს ოქროსფერ-ყვითელ შეფერილობას, ზოგჯერ მოწითალო ელფერით. სექტემბრის ბოლოს, როდესაც ტოტები ჯერ კიდევ შეფოთლილია, იწყება საყვავილე კვირტების დაბერვა, ფოთლები თანდათანობით ცვივა, ხოლო ყვავილების რაოდენობა იზრდება; ფოთლების უბებში, გვერდითა შემოკლებულ ყლორტებზე იშლება 2-9 ყვავილი, თითოეული მათგანი შედგება ოთხი ხაზური, სხვადასხვა მხარეს დახვეული გვირგვინის ფურცლისაგან (2 სმ სიგრძის); ფოთლების სრული დაცვენის შემდეგ შიშველ ტოტებზე მთელი თვის განმავლობაში ყვავილები გამონასკვეულ ნაყოფებთან ერთად საოცარ სილამაზეს ინარჩუნებენ.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია აღმოსავლეთ აზიაში, ჩრდილოეთ ამერიკის აღმოსავლეთ სანაპიროზე, კავკასიაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ფოთლები მდიდარია ფლავონოიდებით და ტანინებით. ნაყოფები ეთერზეთების დიდ რაოდენობას შეიცავს, ქერქი და ტოტები მთრიმლაკ

ნივთიერებებს, რის გამოც გამოიყენება მედიცინასა და პარფიუმერიაში.

კოსმეტიკური მიზნებისათვის ჰამამელისის ექსტრაქტი სასარგებლოა კანის ანთების, გამონაყრების, ვენების ვარიკოზული გაფართოებისას; ამცირებს თვალქვეშა შესიებულ პარკებს, ავიწროებს კანის ფორებს და ამცირებს ცხიმოვანობას. მის ამ თვისებებს იყენებენ დერმატოკოსმეტოლოგიაში სახის გაფართოებული სისხლძარღვების ბადის კორექციისათვის.

უკუქმედება: არ გააჩნია.

ჰელიხოუმი - *Hedychium gardnerianum* Sheppard ex Ker Gawl.

ოჯ. ჯანჯაფილისებრნი - Fam. Zingiberaceae



მორფოლოგია: მრავალწლოვანი, მარადმწვანე 2 მ-მდე სიმაღლის ბალახოვანი მცენარეა სქელი ტუბერისებრი ფესურით. ფოთოლი გლუვია, მწვანე, ელიფსური, მახვილი წვერით, 45 სმ-მდე სიგრძის. ყვავილი ოქროსფერ-ყვითელია, პეპელას მსგავსი ფორმის, ერთი გრძელი მეწამულ-წითელი მტვრიანით, შეკრებილია ხშირ, მკვირვ თავთავისებრ ყვავილედან; ყვავილობს შუა ზაფხულიდან გვიან შემოდგომამდე. ფესურა და ყვავილები სასიამოვნო არომატით გამოირჩევა.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ნეპალი და აღმ. ჰიმალაია. ფართოდ გავრცელებული ოთახისა და საორანჟერეო კულტურაა.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: გამოირჩევა მაღალდეკორატიულობითა და მეტად სასიამოვნო სურნელით. სამშობლოში არომათერაპიაში გამოიყენება. ხალხურ მედიცინაში სამკურნალოდ ფესურა იხმარება კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის დაავადებებისას, ციებ-ცხელების, გაციების, თირკმელების დაავადებისა (პიელონეფრიტი) და მისი თირკმელების ფუნქციების დარღვევის, დაბალი მჟავიანობის გასტრიტის, სხვადასხვა სახის შეშუპების ეთიოლოგიის დროს; ხელს უწყობს თირკმლის ქსოვილების აღდგენას. ხასიათდება მატონიზირებელი და მასტიმულირებელი მოქმედებით.

უკუქმედება: არ არის დადგენილი.

ჰიდნოკარპუსი ან ჩაულბუგრა
Hydnocarpus kurzii (King) Warb.
ოჯ. ფლაკურტისებრნი - Fam. Flacuortiaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე ორსახლიანი ხეა. ფოთლები მორიგეობითია, ტყავისებრი, ელიფსური, მახვილი წვერით. ყვავილები ფოთლების უბებში ციმოზურ ყვავილეებადაა შეკრებილი, ნარინჯისფერ-ყვითელია. მამრობით ყვავილებში მრავალი მტკრიანაა, მდედრობითში – ერთი ზედა ნასკვია,

ერთბუდიანი. ნაყოფი სფერულია, სქელი რბილი ქერქით (ფორთოხლის მსგავსი), 6-8 სმ დიამეტრის, ნარინჯისფერი; რბილობში 8-12 თესლია განვითარებული.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: ბუნებრივად გავრცელებულია სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიაში, აფრიკაში, დომინიკის რესპუბლიკაში, ბირმაში, ტაილანდში. ფართოდაა კულტივირებული არეალის ფარგლებში. პირველად მისი გამრავლება ცეილონზე დაიწყო XIX ს-ში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ნელეული თესლებია, შეიცავს 38% ცხიმოვან ზეთებს. თესლებიდან ცივი დაპრესვის მეთოდით მიიღება ე.წ. ჩაულმუგრას ზეთი, გამჭვირვალე ყვითელი მასა, რომლის გაღობის ტემპერატურაა 22-26⁰ C, კარგად იხსნება ეთილის სპირტში. შეიცავს გლიცერიდებს, გაუჯერებელ მჟავებს, რომლისგანაც უმთავრესია ჩაულმუგრის, ჰიდნოკარპის, გორლიკის მჟავები და მათი ჰომოლოგები: ალეპრამიკის, ალეპროლიკის, ალეპრესტიცის, ალეპრილიკის მჟავები; ზეთი შეიცავს აგრეთვე ოლეინის, პალმიტინის, სტეარინის თავისუფალ მჟავებს და მათ გლიცერიდებს - ტრიპალმიტინს და სტეარეოდიპალმიტინს.

ჩაულმუგრას ზეთი წარმოადგენს სპეციფიურ საშუალებას მჟავებისადმი მდგრადი კეთრის გამომწვევი ბაქტერიების მიმართ; აფერხებს ტუბერკულოზის მიკობაქტერიების ზრდას; ამ ზეთისადმი მგრძნობიარეა ძაფოვანი პარაზიტული სოკო, რომელიც იწვევს ფრჩხილებისა და ქუსლის დერმატომიკოზებს; არის ანტიისეპტიკი; იწვევს შემახორცებელ და მარეგენირებელ მოქმედებას; ხასიათდება მაღალი ლიპოლიური აქტივობით.

სამედიცინო პრაქტიკაში გამოიყენება შემდეგი დაავადებების სამკურნალოდ: კეთრი (განსაკუთრებით საწყის სტადიაში), ტუბერკულოზი, ტრაქომა, იშიაზი, რევმატიზმი, ფსორიაზი, ფილიაროზი (სპილოს დაავადება), ქუსლების ეპიდერმოფიტია, ფრჩხილების ეპიდერმოფიტია, კანის სხვადასხვა დაავადებები (ეგზემა, მუნი, ლიქენი), ჭრილობები, წყლულები, სიმსუქნის პროფილაქტიკა, თმის ზრდის სტიმულირებისათვის და სხვ. კოსმეტიკაში იხმარება მგრძნობიარე და გაღიზიანებული კანის

მოსავლელად, აგრეთვე ასაკის საწინააღმდეგო საშუალებებში, კანის პიგმენტაციისა და კანის მიკროფლორის ნორმალიზაციისათვის.

ჩაულმუგრას ზეთი და ექსტრაქტი ფართოდ გამოიყენება აიურ-ვედას მედიცინაში. თანახმად აღმოსავლურ-ინდური ლეგენდისა ბენარესის მეფე კეთრით დაავადდა, ხალხს განერიდა და ჯუნგლებს მიაშურა. იქ ბალახებითა და სხვადასხვა ნაყოფებით იკვებებოდა და, განიკურნა ჰიდნოკარპუსის ნაყოფებით. ტროპიკების მრავალ ოლქში ამ მცენარის ზეთი ერთადერთი საშუალებაა კეთრის სამკურნალოდ.

უკუშემდგება: არის მონაცემები ზეთის ტოქსიკურობის შესახებ, ამიტომ რეკომენდებულია მხოლოდ გარეგანი გამოყენებისათვის. შეიძლება გამოიწვიოს კანის გაღიზიანება.

ჰილოცერუსი – *Hylocereus undatus* (Haws.) Britton ex Rose
ოჯ. კაქტუსისებრნი - Fam. Cactaceae



მორფოლოგია: ტყის ეპიფიტური მცოცავი დაბუნჩული კაქტუსია, სამნაკვთიანი ღეროთი. გამოირჩევა ულამაზესი დიდი ზომის, თეთრი შეფერილობის, საუცხოო სურნელის ყვავილებით, რომლებიც ღეროების ბოლოებზე ვითარდება, ყვავილობენ მხოლოდ ღამით. ყვავილობიდან 1-1,5 თვის შემდეგ წარმოებს ნაყოფების გამონასკვა. მეტად უხვმოსავლიანი მცენარეა, ნაყოფმსხმოიარობს თითქმის მთელი წლის განმავლობაში, წელიწადში დაახლოებით

ნ-ჯერ. ნაყოფის წონა მერყეობს 150 გ-დან 600გ-მდე, საშუალოდ 200-250 გ. საოცარი, ოდნავ წაგრძელებული ფორმისაა, სქელი ქერქლით, რომლებიც ბოლოებზე მომწვანო-ყვითელია; ნაყოფი სამი სახისაა – ვარდისფერი ქერქითა და თეთრი რბილობით, ვარდისფერი ქერქით და ბორდოსფერ-ყოლოსფერი რბილობით, აგრეთვე ყვითელქერქიანი და თეთრი რბილობით. ყველაზე ფართოდაა გავრცელებული პირველი სახის ნაყოფების ჯიში, რომელიც ფართოდ იყიდება ტროპიკული ქვეყნების ბაზრებში, ამასთან ყველაზე ტკბილია წითელრბილობიანი ჯიშები. ამ სასარგებლო ნაყოფის ზედაპირი დაფარულია წვეტიანი მსხვილი ქერცლებით, ნაყოფის რბილობი წვნიანია, უამრავი წვრილი თესლით, ისეთივე როგორც კივის ნაყოფში, ჭამის დროს არ იგრძნობა და მათი მოცილება არ არის საჭირო.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ცენტრალური და სამხრეთ ამერიკაა. ამჟამად კულტივირებულია მშრალი ტროპიკული, ნაკლებად წვიმიანი კლიმატის ქვეყნებში: მექსიკაში, ვიეტნამში, ტაილანდში, ფილიპინებზე, იაპონიაში, ჩინეთში, შრი-ლანკაზე, მალაიზიაში, ტაივანზე, იზრაელში, აშშ-ში, ავსტრალიაში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: ნაყოფი ცნობილია პიტახაიას, პიტაიას ან “დრაკონის ხილის” სახელით. საკვებად გამოიყენება ნედლი და წვენების სახით. მდიდარია კალციუმით, ფოსფორით, რკინით, C და B ჯგუფის ვიტამინებით, არ შეიცავს ცილებსა და ცხიმებს, რის გამოც მისი მიღება არ არის შეზღუდული. ცხელ ქვეყნებში ხშირად უნიშნავენ დიეტას მის საფუძველზე. კარგად შეითვისება ორგანიზმის მიერ. ხსნის მუცლის გაბერვას, აწესრიგებს კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის მუშაობას, აქვეითებს მაღალმჟავიანობას, ხსნის კუჭის ტკივილებს, აუმჯობესებს ენდოკრინულ სისტემას, სასარგებლოა მხედველობისათვის და გულ-სისხლძარღვთა დაავადებებისას.

უკუქმედება: არ არის მითითებული.

ჰიმალაური კედარი – Cedrus deodara (Roxb. Ex D.Don) G.Don
ოჯ. ფიჭვისებრნი - Fam. Pinaceae



მორფოლოგია: მარადმწვანე 50 მ-მდე სიმაღლისა და 3 მ - მდე დიამეტრის ხეა, გამოირჩევა ფართო კონუსური ვარჯით. ტოტები ჰორიზონტალურადაა განწყობილი. მერქანი მტკიცეა, ამავე დროს რბილი და არომატული, მერქნის ცილა ბაცი-ყვითელია, მუქი, მოწითალო-ყავისფერი ბირთვით. წიწვები რბილია, წვრილი, ბაცი მონაცრისფრო-მწვანე ლევა ელფერით, შეკრებილია კონებად, თითოეულ მათგანში 30-40- მდე წიწვია, ისინი 3-4 წახნაგოვანია, 5 სმ სიგრძის, ცოცხლობს სამიდან ექვს წლამდე. გირჩი მწიფდება 1,5 წლის განმავლობაში. მომწიფების შემდეგ – მეორე, მესამე წელს ცვივა; ტოტებზე გირჩები ზედა მხარესაა განწყობილი და ზევითკენაა მიმართული. თესლი მოთეთრო ფერისაა, 16-17 მმ, დიდი ბაცი ყავისფერი ფრთით, ფისოვანია, პრაქტიკულად საკვებად უვარგისია. ცოცხლობს 1000-მდე წელს, იდეალურ პირობებში შეუძლიათ მიაღწიონ 3000 წლის ასაკს.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო პაკისტანია. იზრდება აღმოსავლეთ აზიაში, ჰიმალაის ჩრდილო-დასავლეთ ნაწილში, ავღანეთის, პაკისტანის, ინდოეთისა და ნეპალის მთებში, აღის ზღ.დ.-დან 3600 მ სიმაღლემდე, წარმოქმნის ტყეებს ნაძვთან, ფიჭვთან და სოჭთან ერთად. ინდოეთში კედარი წმინდათა წმინდა ხეს წარმოადგენს. სიტყვა დეოდარი – წარმოიქმნა სანსკრიტული დევარადუ-საგან –

“ღმერთების ტყე” (“ღევა”-ღმერთი, “ღარუ”-ტყე). ინდუიზმში-მასზე ლოცულობენ, განსაკუთრებით კამშირისა და ჰენჯაბუს შტატებში.

სამკურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: კედრის არომატული მერქანი ძველი ღროიდანვე გამოიყენებოდა ინდოეთში მოსაწვევი ჩხირების დასამზადებლად. მისი სურნელი აფროთხოვს მწერებს, რის გამოც ახდენდნენ საცხოვრებელი სახლების დახრჩოლებას, მერქნის დისტილირებულ ზეთს უსმევდნენ საქონელს ფეხებზე, რათა მწერებს არ დაეკბინათ. გარდა ამისა მერქანი ხასიათდება ანტისოკოვანი მოქმედებით, მას იყენებდნენ სანელებლების შესანახად.

კედრიდან მიიღება ორი ტიპის ზეთი – ეთერზეთები და მცენარეული. ეთერზეთებს ღებულობენ მერქნიდან, ქერქისა და წიწვებიდან, გამოიყენება არომათერაპიაში, კოსმეტოლოგიაში, პარფიუმერიაში და სამკურნალო მიზნებისათვის. მცენარეული ზეთი მიიღება კედრის კაკლებიდან, იხმარება მედიცინასა და კოსმეტოლოგიაში, როგორც გარეგანი, ისე შინაგანი მოხმარებისათვის. დეოდარას ეთერზეთები შემდეგი მოქმედებით ხასიათდება: ფსიქო-ემოციური – ამშვიდებს, სპობს ეჭვებს, არკვევს რთულ სიტუაციებს, აუმჯობესებს განწყობას; სამკურნალო – ხსნის დაღლილობას და თავის ტკივილებს, ასტიმულირებს და ხელს უწყობს ჯანმრთელობის დაცვას, შველის გაციებებს, ასუფთავებს შენობებს. მაგიური – “სულიერი”-ს სურნელი, ასუფთავებს და ხელს უწყობს სულიერების ამაღლებას. კაკლის მცენარეული ზეთი ხასიათდება უნიკალური სამკურნალო და საკვები თვისებებით, ბუნებაში მისი ანალოგი არ არსებობს, მისი სინთეზი შეუძლებელია. საოცრად მდიდარია ვიტამინებითა და მინერალური ელემენტებით და ფართოდ გამოიყენება კვებით მრეწველობაში, მედიცინაში, კოსმეტოლოგიაში და ყოფაცხოვრებაში. ერთი გირჩი შეიცავს 30-დან 150 კაკალს. 100 გ კედრის კაკალი უზრუნველყოფს ორგანიზმის დღეღამურ მოთხოვნილებას ამინომჟავებით და ისეთი მიკროელემენტებით, როგორცაა სპილენძი, კობალტი, მანგანუმი, თუთია. კაკლის ბირთვი შეიცავს 63,9% ზეთებს, ცილებს, რომლის

შემადგენლობაშია 19 ფაქტიურად შეუცვლელი ამინომჟავა (ტრიპტოფანი, ლიზინი, ლიცინი, სერინი, პროლინი, მეთიონინი, იზოლევცინი, ჰისტიდინი, ცისტინი, ცისტეინი, არგინინი, ტიროზინი, ფენილალანინი, გლიცინი, ტრეონინი, ალანინი, ასპარაგინისა და გლუტამინის მჟავები), ვიტამინები (A, E, B₁, B₂, B₃), ნახშირწყლები (გლუკოზა, ფრუქტოზა, სახაროზა, სახამებელი, უჯრედისი, პენტოზანები, დექსტრინები, შაქარი), ცხიმები, მიკრო და მაკროელემენტები (Ba, Ti, Ar, Al, I, Ko, Na, Mg, Cr, Va, K, P, Ca, Mo, Ni, B, Zn, Fe). ქიმიური შემადგენლობით მეთად მდიდარია კაკლის ნაჭუჭი.

კედრის ზეთები შეიცავს ნახევრად გაჯერებულ ცხიმმჟავებს – ოლენის, ლინოლენის, ლინოლის, ამინომჟავებს, ვიტამინებს (A, B₁, B₂, B₃, D, E, F), ისეთ დეფიციტურ მაკრო და მიკროელემენტებს როგორცაა რკინა, იოდი, მაგნიუმი, კალციუმი, კალიუმი, ფოსფორი, სპილენძი, კრემნიუმი, ბორი, ნიკელი, ნატრიუმი, ტიტანი, ვერცხლი, ალუმინი, მოლიბდენი. კედრის ზეთი გამოირჩევა ანტიოქსიდანტების მაღალი შემცველობით, ანუ იმ ნივთიერებებით რომლებიც არიან ორგანიზმს სიბერეს. E ვიტამინის შემცველობით 5-ჯერ აღემატება ზეთისხილის ზეთს და 3-ჯერ ქოქოსის, ამ ვიტამინის ნაკლებობა ორგანიზმში იწვევს ცხიმოვანი ბალანსის დარღვევას, ვითარდება ათეროსკლეროზი, მეტუბურ დედებში წყვეტს ლაქტაციას. ფოსფორის შემცველობით კედრის კაკალი აღემატება ყველა სხვა არსებულ კაკლებსა და ეთერზეთოვან კულტურებს, მისი შედარება მხოლოს სოიოსთანაა შესაძლებელი. მოთხოვნილება კედრის ზეთისადმი ყოველთვის მაღალი იყო და რა თქმა უნდა ღირებულებაც.

როგორც სამკურნალო ნედლეული დეოდარი ცნობილი იყო რამდენიმე ათასი წლით ადრე ჩვენს ერამდე. ხის ყველა ნაწილი- მერქანი, ნახერხი, ქერქი, წიწვები, ფისი, გირჩები, კვირტები, კაკლის გული და ნაჭუჭი, კედრის ზეთი – ფართოდ გამოიყენება სამედიცინო მიზნებისათვის, როგორც ხალხურ, ასევე ტრადიციულ მედიცინაში. უძველესი დროიდან ამ მცენარეს მნიშვნელოვანი ადგილი უკავია აიურვედას სისტემაშიც.

კედრის ყველა ნაწილი სამკურნალო ძალით გამოირჩევა: წიწვები მდიდარია A, C, ბეტა-კაროტინით, მთრიმლაკი ნივთიერებებით, ტერპენებით, ალკალოიდებით. წიწვების ნახარში უფრო მეტ C ვიტამინს შეიცავს, ვიდრე ლიმონის წვენი; მისი მერქნიდან დამზადებულ ჭურჭელში რძე დიდხანს არ მჟავდება, ხოლო წყალი კვირაობით არ ფუჭდება; მისი ყველა ნაწილი ხასიათდება მაღალი ფიტონციდური აქტივობით, აქვთ ბაქტერიციდული ძალა; უენებელყოფს დაავადებების გამომწვევ მიკრობებს. სხვადასხვა ნაწილიდან ამზადებენ საღებუნებს, მალამოებს, აბაზანებს, ნახარშებს, ნაყენებს, ექსტრაქტებს, ზეთებს – რომლებიც გამოიყენება დაავადებების ფართო სპექტრის სამკურნალოდ. კერძოდ: ხელს უწყობს ფიზიკური და გონებრივი შრომის უნარიანობას, ხსნის სტრესის შედეგებსა და ქრონიკულ დაღლილობას, ამძლავრებს იმუნიტეტსა და ორგანიზმის მდგრადობას, ეწინააღმდეგება მრავალი დაავადების წარმოქმნას, აქედან გამომდინარე უხანგრძლივებს ადამიანს სასიცოცხლო აქტიურ პერიოდს. განსაკუთრებით სასარგებლოა არახელსაყრელ კლიმატურ და ეკოლოგიურ პირობებში მცხოვრებთათვის, მაღალი ფსიქოემოციური დატვირთვებისა და ენერჯის გაზრდილი ხარჯვის ადამიანებისათვის.

კედრის ზეთი ხელს უწყობს ორგანიზმიდან მძიმე მეტალების მარილების გამოდევნას. სასარგებლო და სამკურნალო საშუალებაა ორგანიზმის გაანალგაზრდავებისა და სიბერის პროცესების შესაჩერებლად, სისხლში ქოლესტერინის დონის დასაწევად, მაღალი არტერიული წნევის დასაქვეითებლად, ვენების ვარიკოზული გაფართოების, ნიკრისის ქარების, რევმატიზმის, რადიკულიტის, ართრიტების, რაქიტის, პოლიართრიტის, სისხლისა და ლიმფის დაავადებების, სისხლნაკლებობის, ლარინგიტის, გაციების, გრიპის, ბრონქიტის, ტუბერკულოზის, ანგინის, კუჭ-ნაწლავის დაავადებების (გასტრიტი, ქოლეცისტიტი, პანკრეატიტი, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლული), კანის სხვადასხვა დაავადებების (ეგ ზემა, დერმატოზი, ნეიროდერმატიტები, ჭინჭრის ციება, ფსორიაზი, დიათეზი, კანის სიმშრალე, ტროფიკული წყლულები, ნაწოლები, დამწვრობები),

ალერგიული აშლილობის, ათეროსკლეროზის, თირკმელებისა და თირკმელკენჭოვანი დაავადებების, მიგრენისა და თავის ტკივილების, კბილებიდან სისხლდენისა და ცინგის, კბილის ტკივილების დროს.

ფართოდ გამოიყენება კოსმეტოლოგიაში, ხასიათდება რა ანტიოქსიდანტური მოქმედებით კანს იცავს თავისუფალი რადიკალების მოქმედებისაგან და ანელებს კანის სიბერის პროცესებს, ხასიათდება მკვებავი და დამატენიანებელი, ანტიბაქტერიული და ანტისოკოვანი, შემკვრელი და ჭრილობების შემახორცებელი მოქმედებით, აძლიერებს ლიმფურ დრენაჟს, ანთავისუფლებს ცხიმებისაგან, გამოიყენება გასაზხლომ მასაჟებში, ფრჩხილებისა და თმის ძირების გასამაგრებლად.

შედის სხვადასხვა სახის კრემების, ბალზამების, სუნამოების, საპნებისა და ა.შ. შემადგენლობაში.

უაუქმედება: კედრის კაკალი და ეთერზეთები წარმოადგენენ უსაფრთხო პროდუქტს, არ გააჩნიათ უკუჩვენებები როგორც საკვები, ასევე სამკურნალო-პროფილაქტიკური გამოყენებისას.

ჰორტენზია – *Hydrangea (Hortensis) macrophylla Ser.*
ოჯ. ჰორტენზიასებრნი (ფხიჯასებრნი) - Fam. Hydrangeaceae
(Saxifragaceae)



მორფოლოგია: 1-3 მ-მდე სიმაღლის ფოთოლმცვენი ბუჩქია. ფოთლები ფართო ელიფსურია, ყუნწიანი. ყვავილები შეკრებილია

ღეროს ბოლოებზე მშენიერ ელიფსურ ფარისებრ ყვავილეებად. საყვავილე თავაკები შედგება ორი ტიპის ყვავილებისაგან: წვრილი ნაყოფმსხმოიარე (ფერტილური) ყვავილები შუაშია განლაგებული და მსხვილი უნაყოფო (სტერილური) ყვავილები - კიდეებზე. შეფერილობით თეთრია, ცისფერი, ლურჯი ან ვარდისფერი. ყვავილის ფერი ხშირად დამოკიდებულია ნიადაგში pH-ის დონეზე, მჟავე ნიადაგებში გვირგვინის ფურცლები ცისფერი შეფერილობისაა, ნეიტრალურში – ბაცი კრემისფერი, ტუტე ნიადაგებში - ვარდისფერი ან იასამნისფერი. ჰორტენზია მცენარეთა შორის იმ მცირეთაგანია, რომელსაც შესწევს უნარი დააგროვოს მჟავე ნიადაგებიდან გამოყოფილი ალუმინი. ნაყოფი 2-5 ბუდიანი კოლოფია მრავალრიცხოვანი თესლით.

ისტორია და კულტურის გავრცელება: სამშობლო ჩინეთ-იაპონიაა. 1829 წელს ევროპაში იქნა შეტანილი, 1900-იან წლებში დაიწყო მისი სელექცია. ამჟამად მსოფლიოში ყველაზე გავრცელებული საბალო მცენარეა. კულტივირებულია საქართველოს სუბტროპიკებში.

სამეურნეო მნიშვნელობა და გამოყენება: სამკურნალოდ ფოთლები, ყვავილები და ფესვები გამოიყენება. შეიცავს ალკალიდებს (დიხროინი, A-ჰიდრანგინინი, C – ჰიდრანგინინი), ჰიდრანგინინის გლიკოზიდებს, საპონინებს.

ფოთლები ხასიათდება ბაქტერიციდული მოქმედებით სტაფილოკოკებისა და ნაწლავის ჩხირების მიმართ.

ხალხურ მედიცინაში ყვავილებისა და ფესვების ნახარშს უნიშნავენ მალარიის, გულის ტკივილების, დისპეპსიის, ანგინისა და ტონზილეთების დროს. გარეგანად პარაზიტების საწინააღმდეგოდ იხმარება.

ჰორტენზია “თერაპევტიული” მცენარეა. მის ბრწყინვალე ყვავილებს შესწევს უნარი იმოქმედოს აფორიაქებულ და მოუსვენარ ადამიანებზე, დაეხმაროს მათი მჩქეფარე ენერჯის სწორად და დადებითად წარმართვაში, აზრის მოკრეფაში, დაწყებული საქმეების ბოლომდე მიყვანაში.

უკუქმედება: ჰორტენზიის ყველა სახეობა შეიცავს ციანოგენურ გლიკოზიდებს, რის გამოც გამოყენებისას სიფრთხილვა საჭირო.

სამკურნალო მცენარეების კულტივირება

ბოლო წლების საერთო სტატისტიკური მონაცემებით, მსოფლიოში ველურად მოზარდი მცენარეული ნედლეულის დამზადების მოცულობა შეადგენს არაუმეტეს 50%. ველურად მოზარდი სამკურნალო მცენარეების რესურსების რაციონალურად გამოყენების მიმართ მიღებული ღონისძიებების მიუხედავად, მათი წილი ნედლეულის ბალანსში მნიშვნელოვნად მცირდება, აღინიშნება ტენდენცია სამკურნალო მცენარეების მარაგის შემცირების, რაც მრავალმხრივი მიზეზებითაა გამოწვეული.

ახალი ფიტოპრეპარატების დანერგვა იწყება მხოლოდ იმ შემთხვევაში, თუ მათი წარმოება უზრუნველყოფილია ნედლეულის საჭირო ბაზით. სწავლულები ამას ითვალისწინებენ ობიექტის შერჩევისას, ვინაიდან მიღებული პრეპარატი ნედლეულის ბაზის უქონლობის შემთხვევაში, მაშინაც კი, თუ ის გამოირჩევა ორიგინალობით, მრავალმხრივი სასარგებლო თვისებებით, შეიძლება მრავალი წლის განმავლობაში დარჩეს სამეცნიერო ლაბორატორიის თაროზე.

როგორ უნდა მოხდეს სამკურნალო მცენარეული ნედლეულის მარაგის შევსება? ყველაზე რთულად დგას საკითხი ველურად მოზარდი მცენარეების ნედლეულთან მიმართებაში, ვინაიდან მათი მარაგი, ადრეულ პერიოდებთან შედარებით მეტად მწირია. აქ აუცილებელია უზრუნველყოფილი იქნეს სწორი დამზადება და შეიქმნას ნედლეულის ბაზის დამატებითი რეზერვი იმ მცენარეებისაგან, რომლებიც ფარმაკოლოგიური მოქმედებით ახლოსაა უკვე დამტკიცებულ სახეობებთან, რომელთა მარაგი მკვეთრადაა შემცირებული. პრობლემის გადაწყვეტის ერთ-ერთი გზაა ახალი სამკურნალო სახეობების ძიება ფილოგენეტიკური ნათესაობის პრინციპით და ორიენტაცია ქვეყნის იმ რაიონებზე, სადაც რიგი მცენარეების სამკურნალო თვისებები სუსტადაა შესწავლილი, ხოლო დამზადების მოცულობა შეიძლება მნიშვნელოვანი იყოს.

ასევე მეტად მნიშვნელოვანია მცენარეული ნედლეულის უზრუნველსაყოფად სამკურნალო მცენარეების კულტივირება

საწარმოო მასშტაბებით, რისი განხორციელება ხელეწიფებათ როგორც ბოტანიკური, ასევე აგრონომიული პროფილის სპეციალისტებს.

ნათელია, რომ მომავალში კულტივირებული სამკურნალო მცენარეები გახდება ძირითადი წყარო ჯანდაცვის მოთხოვნების უზრუნველსაყოფად; ამასთან, პირველხარისხოვანი მნიშვნელობა ენიჭება ახალი სამკურნალო მცენარეების კულტურაში დანერგვის პროცესს, მათ შორის ენდემური, რელიქტური, იშვიათი და გადაშენების საფრთხის წინაშე მდგომი სახეობების *ex situ* კონსერვაციასა და კულტივირების შესაბამისი ღონისძიებების შექმნას.

სამკურნალო მცენარეების მოყვანა პლანტაციებზე: მოიცავს ღონისძიებების კომპლექსს, მიმართულს მცენარეთა განვითარების კანონზომიერების შესასწავლად ზრდის ახალ პირობებში და მათი გამოზრდის აგროტექნიკური ღონისძიებების შექმნას. სამკურნალო მცენარეების ახალი სახეობების კულტურაში დანერგვის სამუშაოები მოიცავს 3 ეტაპს:

პირველი ეტაპი - სათესი და სარგავი მასალის შეგროვებაა, რომელიც სამუშაოს ძირითადი ნაწილია, ვინაიდან ველურად მოზარდი სამკურნალო მცენარეების პოპულაციები, მათი არეალის სხვადასხვა ფართობებზე, განსხვავდება ბიოლოგიურად აქტიური ნივთიერებების შემცველობის რაოდენობრივი შემადგენლობით; მით უმეტეს, რომ ეს განსხვავებები გენეტიკურადაა განპირობებული. მოითხოვს დიდი რაოდენობის სათესი და სარგავი მასალის შეგროვებას, რომელიც წარმოადგენს შესასწავლი სახეობის ფორმებისა და ეკოტიპების მაქსიმალურ რიცხვს. პარალელურად მიმდინარეობს ველური სამკურნალო მცენარის ეკოლოგიური პირობებისა და ზრდა-განვითარების თავისებურებების შესწავლა.

მეორე ეტაპზე - დგინდება ველური სახეობის ბიოლოგიური თავისებურებები კულტურის პირობებში და მისი ბიოლოგიური პოტენციალი. შეისწავლება მცენარის სასიცოცხლო ციკლი და გარემოს აუცილებელი გარეგანი პირობები, ზრდა და მოსავლიანობა (პროდუქტიულობა), ნელეულის დამზადების განვითარების ფაზა, მოქმედი (ბიოლოგიურად აქტიური)

ნივთიერებების შემცველობა ნედლეულში და სხვ. მიღებული ინფორმაციის საფუძველზე ხდება ახალი სამკურნალო კულტურის ეკონომიური შეფასება (განსაზღვრავენ ნედლეულის თვითღირებულებას), საზღვრავენ მათი განთავსების ზონებს, ამუშავენ პლანტაციებში მათი გამოზრდის აგროტექნიკურ ღონისძიებებს. ახალი სამკურნალო კულტურების გაშენების შესაბამისი ზონების შერჩევის აუცილებლობა განპირობებულია სამკურნალო ნედლეულის პროდუქტიულობისა და ბიოლოგიურად აქტიური ნივთიერებების შემცველობის გეოგრაფიული ცვალებადობით. მაგალითად, მშრალ სუბტროპიკებში მოზარდ მცენარეებში ალკალოიდების, საპონინების, ეთერზეთებისა და შაქრების შემცველობა მნიშვნელოვნად მაღალია, ვიდრე ჩრდილოეთსა და შუა სარტყელში. ზოგიერთი მცენარის გამოზრდა შესაძლებელია მხოლოდ მათი ბუნებრივი არეალის საზღვრებში, სხვები კარგად იტანენ აკლიმატიზაციას. პარალელურად წარმოებს სამუშაოები სათესი (სარგავი) მასალის დაგროვებისა საცდელ-საწარმოო პლანტაციების (0,5-1,0 ჰა ფართობზე) შესაქმნელად. ამგვარად, მეორე ეტაპი მოიცავს დასკვნებს მოცემული სახეობის კულტივირების შესაძლებლობების შესახებ და მათი გამოზრდის აგროტექნიკის წინასწარ რეკომენდაციებს.

მესამე ეტაპზე - წარმოების პირობებში ისწავლება შემდეგი საკითხები: სამკურნალო მცენარის-მინდვრის კულტურის ადგილი თესლობრუნვაში, თესვისწინა ნიადაგის დამუშავების ხერხები, თესვის (რგვის) ვადები, ნორმა და ხერხები, მცენარეთა მოვლის ღონისძიებები, სასუქების გამოყენება და ა.შ. ეტაპის დამამთავრებელია პლანტაციებზე სამკურნალო მცენარის კონკრეტული სახეობის აგროტექნიკური ღონისძიებების შემუშავება.

სამკურნალო მცენარეების ახალი სახეობების კულტურაში შეტანის სამუშაოები ძლიერ ხანგრძლივი და შრომატევადი პროცესია; ერთწლოვანი სამკურნალო მცენარისათვის 3-4 წელი, მრავალწლოვანი, ვეგეტატიურად გასამრავლებელი მცენარეების - 6-7 წელი, ხოლო თესლით გამრავლებული მრავალწლოვანებისათვის - 10 წლამდეა საჭიროა. პერიოდი

სამკურნალო მცენარის შესწავლის დამთავრებიდან მისი ნედლეულის ბაზის შექმნამდე გრძელდება არაუმცირეს 5 წლისა. ამგვარად, ერთწლოვანი მცენარეებისათვის ახალი პრეპარატის ნედლეულის ბაზის შექმნას ესაჭიროება 8 წელი, მრავალწლოვნებს კი 15-მდე წელი.

კულტურაში შეყავთ ფარმაცევტული მრეწველობისათვის ყველაზე მნიშვნელოვანი სახეობები, რომლებიც აუცილებელია ახალი სამკურნალო პრეპარატების შესაქმნელად. სამკურნალო მცენარეების კულტივირება საშუალებას იძლევა გაფართოვდეს გამოსაყენებელი სახეობების ასორტიმენტი, ასევე უზრუნველყოფს მაღალი ხარისხის ნედლეულს. სადღეისოდ შემუშავებულია სამკურნალო მცენარეების 60-მდე სახეობის აგროტექნიკური ღონისძიებების ძირითადი ხერხები. <http://www.derev-grad.ru/nedrevsnyia-produkciya/kultivirovanie-lekarstvennyh-rast...2010>.

აქვე უნდა აღინიშნოს, რომ სამკურნალო მცენარეების გამოყენებასთან დაკავშირებით ხშირად ისმის კითხვა: რომელია მნიშვნელოვანი ველურად მოზარდი თუ კულტურული სამკურნალო მცენარეები? ამასთან დაკავშირებით არსებობს ორი მოსაზრება. ერთნი თვლიან, რომ ველურად მოზარდ სამკურნალო მცენარეებს ახასიათებთ ბიოლოგიურად აქტიური ნივთიერებების უფრო მეტი შემცველობა, ვიდრე კულტივირებულ სამკურნალო მცენარეებს, მეორენი კი – საწინააღმდეგოს ამტკიცებენ.

როგორც ირკვევა, ამ საკითხის გადაწყვეტისას გათვალისწინებულ უნდა იქნეს შემდეგი გარემოებები: ბუნებრივ პირობებში მოზარდი მცენარეებიდან აგროვებენ იმ სახეობებს:

- რომელთა მოყვანა კულტურის პირობებში ჯერ შეუსწავლელია და რომელთა მარაგი მნიშვნელოვანია. მაგ.: შხამა.
- რომელთა სპეციალიზებულად მოყვანა არაფექტურია მაგალითად, მრავალი სამკურნალო ხე-ბუჩქი: ცაცხვი, შოთხვი, მუხა, ღვია, ხეშავი, ასკილი, ანწლი, მოცვი და სხვ.
- რომლებიც თხოულობენ ზრდის განსაკუთრებულ პირობებს, რის მიღწევაც შეუძლებელია ჩვეულებრივ სასოფლო-სამეურნეო

წარმოების პირობებში. მაგალითად, წყლის ზამბახი, წყლის სამყურა, წყლის იელი, წყლის მრავალძარღვა, კოთხუჯი და სხვ. ხოლო კულტურის პირობებში ის სამკურნალო მცენარეები მოჰყავთ, რომლებიც:

- უძველესი დროიდან ცნობილია, როგორც მინდვრის კულტურები. მაგალითად, ხახვი, ნიორი, ზაფრანა და სხვ.
- სამკურნალო მიზნებისთვის დიდი რაოდენობით გამოყენება და ველურად მოზარდი ნედლეულის დამზადება ვერ უზრუნველყოფს საერთო მოთხოვნილებებს, კერძოდ: შროშანა, სამკურნალო გვირილა, სამკურნალო კატაბალახა და სხვ.
- ბუნებაში განსაზღვრული ოდენობით არიან წარმოდგენილი, იზრდებიან დიფუზურად, არ წარმოქმნიან რაყებს, რის გამოც შეუძლებელია ბუნებრივ პირობებში მათი დამზადება მნიშვნელოვანი რაოდენობით. მაგალითად, შრეში, ზაფრანა, კულმუხო და სხვ.
- ნაკლები შრომის ფასად შესაძლებელია მათი კულტურაში შეყვანა და რომელთა მოყვანა საწარმოო ნაკვეთზე ეკონომიკურად მომგებიანია. მაგალითად, ლურჯი ზამბახი, ქონდარა ზამბახი და სხვ.

განსაკუთრებულ ჯგუფს ნედლეულის მიღებისას წარმოადგენენ სახეობები, რომლებიც ნახევრად კულტურულ პირობებში მზადდება. სხვა სიტყვებით, ადამიანი უშუალო ჩარევით ამრავლებს ამ მცენარეებს მათი გავრცელების ბუნებრივ პირობებში. ძალიან კარგ შედეგს იძლევა ნახევრად კულტურული გამრავლება შემდეგი სახეობებისა: ყენშენი, არალია, ფუტკარა და სხვ.

დადგენილია ასევე, რომ ბუნებრივად მოზარდ და კულტივირებულ სამკურნალო მცენარეებს შორის არ არის განსხვავება ხარისხსა და ბიოლოგიურად აქტიური ნივთიერებების შემცველობას შორის, თუ ნედლეული დამზადებულია შემდეგი პარამეტრებით: 1. თუ ზუსტადაა დაცული ნედლეულის ალების ვადები, როდესაც მცენარეში გროვდება შედარებით მეტი რაოდენობის აქტიური ნივთიერებები; 2. შეგროვილია საღი, ნორმალურად განვითარებული მცენარეები, რომლებიც არ არის დაავადებული ან დაზიანებული მავნებლებით; 3. თუ ზუსტადაა დაცული

ნედლეულის გაშრობისა და შენახვის წესები.

ამავე დროს, აღსანიშნავია, რომ სამკურნალო მცენარეების კულტურაში მოყვანას აქვს მნიშვნელოვანი უპირატესობა:

- გარანტირებულია მოცემული სახეობის კონცენტრაცია შედარებით მცირე ფართობზე, რაც გამოიხატება შემდგომ უპირატესობაში: მაღალი მოსავლიანობის მიღწევა, დაავადებებისა და მავნებლებისაგან თანმიმდევრული დაცვა, მექანიზაციის საშუალებების გამოყენება, სწრაფი შეგროვება ზუსტად განსაზღვრულ ვადებში, ნედლეულის დიდი პარტიების გაშრობის ორგანიზაცია და სხვ.
- გარანტირებულია ერთნაირი ხარისხის ნედლეულის მიღების შესაძლებლობა სასუქების შეტანითა და სხვა აგროტექნიკური ღონისძიებების დაცვით.
- კულტურაში მოყვანილი სამკურნალო მცენარეები იძლევა პრაქტიკულად უფრო სუფთა ნედლეულს, ანუ ყოველგვარი მინარევებისაგან დაცულია.

თუ კულტივირებისას ზოგჯერ უარყოფითი შედეგები მიიღება (რაც აისახება მცენარეთა ქიმიური შემადგენლობის პროცენტულ რაოდენობაზე), ეს, როგორც წესი, გამოწვეულია არასწორი აგროტექნიკური ღონისძიებების ჩატარებით ან არახელსაყრელი კლიმატური პირობების გავლენით. კულტურის ოპტიმალური დარაიონებისას ასეთი შედეგების საფრთხე გამოცდილი მემცენარეებისათვის მინიმუმამდეა დასული.

მცენარეების ქართულ სახელწოდებათა საძიებელი

ნაწილი II

- 1 ლოფოფორა, “პეიოტა” -7
- 2 ლურჯი ზამბახი - 10
- 3 მაგიური ხილი - 13
- 4 მაკლურა - 14
- 5 მანგო - 16
- 6 მანგუსტანი - 19
- 7 მანდარინი - 22
- 8 მანდრაგორა - 24
- 9 მანიოკი, ტაპიოკა - 26
- 10 მარანტა - 27
- 11 მარჯნის ხე - 29
- 12 მაჰონია - 30
- 13 მზესუმზირა - 33
- 14 მირტი - 35
- 15 მიხაკის ხე - 37
- 16 მიწავაშლა - 39
- 17 მონსტერა - 41
- 18 მორინდა, ნონი - 43
- 19 მსხვილყვავილა ყასმინი - 45
- 20 მსხვილნაყოფა შტომი - 47
- 21 მურაია - 50
- 22 ნესვის ხე, პაპაია - 51
- 23 ნიანგის ხე - 53
- 24 ოდალაჯი, ბაკაუტის ხე - 54
- 25 ოთახის ფიკუსი, კაუჩუკის ფიკუსი - 55
- 26 ოლეანდრე - 57
- 27 ოპუნცია - 59
- 28 პამიდორი - 62
- 29 პაპირუსი - 64
- 30 პარაგვაული ჩაი, მატე - 67
- 31 პარფიუმერიის ხე, ფაგრეა - 69
- 32 პეკანი - 70

- 33 პერუს ბალზამი - 71
- 34 პერუს ონტკოფა - 73
- 35 პიმენტა, სურნელოვანი წიწკა - 74
- 36 პირშუმხას ხე, მორინგა - 76
- 37 პომელო - 78
- 38 პურის ხე - 80
- 39 ჟენშენი - 82
- 40 რამბუტანი - 84
- 41 რაუვოლფია - 86
- 42 როდიოლა, ოქროს ფესვი - 88
- 43 როზმარინი - 90
- 44 რძიანა - 93
- 45 რძის ან ძროხის ხე - 94
- 46 საგოვანა - 96
- 47 საგოს პალმა - 97
- 48 საკმლის ხე - 99
- 49 საკპინაჭი, ასაფეტიდა - 101
- 50 სამკურნალო სალბი - 103
- 51 საპნის ხე - 106
- 52 საპოტა, საპოდილოა, მანილკარა - 107
- 53 სეკურინგა - 109
- 54 სეკვოია - 111
- 55 სეკვოიადენდრონი გიგანტური - 113
- 56 სიმინდი - 114
- 57 სინამაქის ხე - 117
- 58 სკოპოლია - 119
- 59 სტევია, თაფლოვანი ბალახი - 121
- 60 სტელეზოკარპუსი, კეპელის ხე - 124
- 61 სტეფანია გლუვი - 126
- 62 სტირაქსი - 127
- 63 სტროფანტი - 129
- 64 სურნელოვანი დრაკაენა - 131
- 65 სურნელოვანი გერანი - 132
- 66 სურნელოვანი ზეთის ხე, ოსმანთუსი - 135

- 67 ტაბელა, პტერისი - 136
- 68 ტარო, კოლოკაზია - 137
- 69 ტეტრაკლინისი, სანდარაკის ხე - 139
- 70 ტეჟის ხე - 140
- 71 ტრადესკანცია, ზებრინე - 141
- 72 ტუნგოს ხე ჩინური - 142
- 73 უნაბი - 143
- 74 ფაცია - 145
- 75 ფეიხოა - 147
- 76 ფეხფოთოლა - 148
- 77 ფიზოსტიგმა - 150
- 78 ფილანტუსი, ინდური სურტკემელა - 151
- 79 ფილოკარპუსი - 154
- 80 ფინიკის პალმა - 155
- 81 ფორთოხალი - 158
- 82 ფსტა - 160
- 83 ფუნთუშა, მსუქანა - 162
- 84 ფუფალა - 163
- 85 ქაფურის ხე - 165
- 86 ქენდირი - 168
- 87 ქინაქინის ხე - 169
- 88 ქონის ხე - 172
- 89 ქოქოსის პალმა - 173
- 90 ქუბაბა, ქუბაბას წიწაკა - 176
- 91 ქუჩულა - 178
- 92 ყავის ხე - 179
- 93 ყვითელი კოჭა - 181
- 94 ყვითელი ფიჭვი - 183
- 95 ყუნწმაქარა, “კანფეტის ხე” - 185
- 96 შავი პილპილი - 187
- 97 შამბალილა, უღბო - 189
- 98 შაქრის ლერწამი - 191
- 99 შაქრის პალმა - 193
- 100 შირბახტი, ქუნჯუტი - 194

- 101 ჩვეულებრივი ბამბუკი - 196
- 102 ჩვეულებრივი ბეგქონდარა - 199
- 103 ჩვეულებრივი მანანა - 201
- 104 ჩვეულებრივი ნუში - 202
- 105 ჩვეულებრივი წიწაკა - 204
- 106 ჩინური ღვია - 207
- 107 ჩინური ჩაის ბუჩქი - 208
- 108 ჩინური ჰიბისკუსი - 211
- 109 ჩუფა ან მიწის ნუში - 212
- 110 ცვილის სურო - 214
- 111 ცილინდრული ლუფა - 215
- 112 ციტრონი - 217
- 113 ძალღყურძენა - 218
- 114 ძაფოვანი იუკა - 220
- 115 ძირყვითელა - 222
- 116 ძმრის ხე - 224
- 117 წყავი - 225
- 118 ჭიანჭველის ხე - 226
- 119 ჭიაფერა - 229
- 120 ხაშხაში - 231
- 121 ხებურა - 233
- 122 ხევარდი, ჟასმინისებრი გარდენია - 234
- 123 ხევერცხლა - 236
- 124 ხეკაკტუსი, ცერეუსი - 237
- 125 ხეკოლა - 239
- 126 ხემაგარა, სტერკულია - 241
- 127 ხემარწყვა - 242
- 128 ხეჟოლო - 244
- 129 ხემყრალი, ჩინური იფანი - 245
- 130 ხეპილპილა - 246
- 131 ხეპამიდორი, ციფომანდრა - 249
- 132 ხერკინა, მეზუა - 250
- 133 ხერკინა, სიდეროქსილონი - 251
- 134 ხეტიტა - 252

- 135 სეტუსტი - 254
- 136 სემროშანა - 255
- 137 ხისებრი მსუქანა, კრასულა - 256
- 138 ხისებრი ჰორტენზია - 258
- 139 ჯავზი - 259
- 140 ჰამამელისი - 262
- 141 ჰელიხიუმი - 263
- 142 პიდნოკარპუსი ან ჩაულმუგრა - 264
- 143 პილოცერეუსი ან პიტახაია - 266
- 144 პიმალაური კედარი - 268
- 145 ჰორტენზია - 272

მცენარეების ლათინურ სახელწოდებათა საძიებელი

ნაწილი II

1. *Ailanthus altissima* - 245
2. *Aleurites fordii* - 142
3. *Amygdalus communis* - 202
4. *Apocynum cannabinum* - 168
5. *Arbutus andrachne* - 242
6. *Areca catechu* - 163
7. *Arenga sacharifera* - 193
8. *Artocarpus altilis* - 80
9. *Bambusa vulgaris* - 196
10. *Boswellia serrata* - 99
11. *Brosimum galactodendron* - 94
12. *Calluna vulgaris* - 201
13. *Capsicum annuum* - 204
14. *Carica papaya* - 51
15. *Carya pecan* - 70
16. *Cassia acutifolia* - 117
17. *Cedrus deodara* - 268
18. *Cereus giganteus* – 237
19. *Cinchona officinalis* - 169
20. *Cinnamomum camphora* - 165
21. *Citrus maxima* - 78
22. *Citrus medica* - 217
23. *Citrus nobilis* - 22
24. *Citrus sinensis* - 158
25. *Clethra arborea* - 255
26. *Cocos nucifera* - 173
27. *Coffea arabica* – 179
28. *Cola vera* - 239
29. *Colocasia esculenta* – 137

30. *Cornus capitata* - 244
31. *Crassula arborescens* - 256
32. *Curcuma longa* - 181
33. *Cycas revoluta* - 96
34. *Cyperus esculentus* - 212
35. *Cyperus papyrus* – 64
36. *Cyphomandra betacea* - 249
37. *Dracaena fragrans* - 131
38. *Erythrina corallodendron* - 29
39. *Euphorbia fischeriana* - 93
40. *Fagraea berteriana* - 69
41. *Fatsia japonica* - 145
42. *Feijoa sellowiana* - 147
43. *Ferula assa-foetida* - 101
44. *Ficus elastica* - 55
45. *Garcinia mangostana* - 19
46. *Gardenia florida* - 234
47. *Guaiacum officinale* - 54
48. *Hamamelis virginiana* - 262
49. *Hedychium gardnerianum* - 263
50. *Helianthus annuus* - 33
51. *Helianthus tuberosus* - 37
52. *Hibiscus rosa-sinensis* - 211
53. *Hibiscus syriacus* - 254
54. *Hovenia dulcis* - 185
55. *Hoya carnosa* - 214
56. *Hydnocarpus kurzii* - 264
57. *Hydrangea arborescens* - 258
58. *Hydrangea macrophylla* - 272
59. *Hydrastis canadensis* - 222
60. *Hylocereus undatus* - 266
61. *Ilex paraguariensis* – 67

62. *Iris germanica* - 10
63. *Jasminum grandiflorum* - 45
64. *Juniperus chinensis* - 207
65. *Laurocerasus officinalis* - 225
66. *Leucadendron argenteum* - 236
67. *Liriodendron tulipiferum* - 252
68. *Lophophora williamsi* - 7
69. *Luffa cylindrica* - 215
70. *Lycopersicum esculentum* - 62
71. *Maclura pomifera* - 14
72. *Mahonia aquifolium* - 30
73. *Mandragora officinarum* - 24
74. *Mangifera indica* - 16
75. *Manihot esculenta* - 26
76. *Manilcara zapota* - 106
77. *Maranta arundinaceae* - 27
78. *Mesua ferrea* - 250
79. *Metroxylon sagu* - 97
80. *Monstera deliciosa* - 41
81. *Morinda citrifolia* - 43
82. *Moringa oleifera* - 76
83. *Murraya exotica* - 50
84. *Myristica fragrans* - 259
85. *Myroxilon balsamum* - 71
86. *Myrtus communis* - 35
87. *Nephelium lappaceum* - 84
88. *Nerium oleander* - 57
89. *Opuntia vulgaris* - 59
90. *Osmanthus fragrans* - 135
91. *Panax ginseng* - 82
92. *Papaver somniferum* - 231
93. *Paulownia tomentosa* - 233

94. *Pelargonium graveolens* - 132
95. *Phoenix dactylifera* - 155
96. *Phyllanthus emblica* - 151
97. *Physalis peruviana* - 73
98. *Physostigma venenosum* - 150
99. *Phytolacca americana* - 229
100. *Pilocarpus pinnatifolius* - 154
101. *Pimenta dioica* - 74
102. *Pinus ponderosa* - 183
103. *Piper cubeba* - 176
104. *Piper nigrum* - 187
105. *Pistacia vera* - 160
106. *Podophyllum peltatum* - 148
107. *Pteris cretica* - 136
108. *Quillaja saponaria* - 106
109. *Rauwolfia serpentina* - 86
110. *Rhodiola rosea* - 88
111. *Rhus typhina* - 224
112. *Rosmarinus officinalis* - 90
113. *Saccharum officinarum* - 191
114. *Salvia officinalis* - 103
115. *Sapium sebiferum* - 172
116. *Scopolia carniolica* - 119
117. *Securinega suffruticosa* - 109
118. *Sedum sieboldii* - 162
119. *Sequoia sempervirens* - 111
120. *Sequoiadendron giganteum* - 113
121. *Sesamum indicum* - 194
122. *Sideroxylon inerme* - 251
123. *Solanum laciniatum* - 218
124. *Stelechocarpus burahol* - 124
125. *Stephania glabra* - 126

126. *Sterculia platanifolia* - 241
127. *Stevia rebaudiana* - 121
128. *Stirax officinalis* - 127
129. *Strophanthus combe* - 129
130. *Strychnos nux – vomica* - 178
131. *Synsepalum dulcificum* - 13
132. *Syzygium aromaticum* - 37
133. *Tabebuia impetiginosa* - 226
134. *Tectona grandis* - 140
135. *Tetraclinis articulata* - 139
136. *Thea sinensis* - 208
137. *Thymus vulgaris* - 199
138. *Tradescantia zebrina* - 141
139. *Trigonella foenum-graecum* - 189
140. *Vaccinium macrocarpon* - 47
141. *Vitex agnus – castus* L. - 246
142. *Yucca filamentosa* - 220
143. *Zanthoxylum rhesta* - 53
144. *Zea mays* - 114
145. *Ziziphus jujuba* - 143

გამოყენებული ლიტერატურა

- აპოლონიოს როდოსელი. არგონავტიკა. თბილისი, 1975.
- არნოლდ ვილანოველი სალერნოს ჯანმრთელობის კოდექსი (თარგმანი, ნარკვევი, შენიშვნები აკაკი გელოვანის). თბილისი, 1989.
- ბიძინაშვილი რ., ცხადაძე ნ., ხაიკაშვილი ხ. თბილისის მიდამოების სამკურნალო მცენარეები. თბილისი, 2010.
- ბიძინაშვილი რ. სამკურნალო მცენარეები (წარსული, აწმყო და მომავალი). თბილისი, 2011.
- ბიძინაშვილი რ. საკვები და ხილ-კენკროვანი კულტურების სამკურნალო მნიშვნელობა. თბილისი, 2013.
- დავით ბაგრატიონი იადიგარ დაუდი. თბილისი, 1985.
- იაკობაშვილი ნ. ეთეროვანი ზეთების წარმოების ტექნოლოგია. თბილისი, 1959.
- იოანე ბაგრატიონი საბუნებისმეტყველო განმარტებითი ლექსიკონი. თბილისი, 1986.
- კერესელიძე ჯ. ამერიკული მსხვილნაყოფა შტომის (*Oxycoccus macrocarpus* Pers.) ინტროდუქცია და მისი კულტივირების შესაძლებლობები კოლხეთის დაბლობზე. თბილისი, 2001.
- კომარნიცკი ნ., კულდრიაშოვი ლ., ურანოვი ა. მცენარეთა სისტემატიკა. მთარგმნელები ა. მიქელაძე, ი. მიქელაძე. თბილისი, 1973.
- მაყაშვილი ა. ბოტანიკური ლექსიკონი. თბილისი, 1961.
- მაყაშვილი ზ. მცენარეთა სახელდება. თბილისი, 1996.
- ოდიშარია თ., საბახტარიშვილი შ. საქართველოს სამკურნალო მცენარეები და ფიტოთერაპიული რეცეპტურა. თბილისი, 1993.
- ორფიკული არგონავტიკა. ძველბერძნულიდან თარგმნა და გამოკვლევა დაურთო ნათელა ძელაშვილმა. თბილისი, 1977.
- პაპუნძი ვ. კივი (*Actinidia*). ბათუმი, 1998.
- სალუქვაძე ს. წამალთმცოდნეობა ძველ საქართველოში და მისი შემდგომი განვითარების გზები უძველესი დროიდან XX საუკუნემდე. თბილისი, 1987.
- საქართველოს მცენარეების სარკვევი, ტ. I-II, თბილისი, 1964-1969.

- სურმანიძე რ. მცირე კარაბადინი, II ნაწ., “აჭარა”, ბათუმი, 1991.
ფანასკერტელი-ციციშვილი ზ. სამკურნალო წიგნი “კარაბადინი”.
თბილისი, 1978.
- შენგელია ზ. სამკურნალო მცენარეთა კულტურა საქართველოში.
თბილისი, 1983.
- შენგელია მ. უძველესი კოლხურ-იბერიული მედიცინა. თბილისი,
1979.
- ჩხაიძე გ. სუბტროპიკული კულტურები, ნაწ. მესამე. თბილისი,
1996.
- წუწუნავა ნ. საქართველოს სამკურნალო მცენარეები, II გამოც.
თბილისი, 1966.
- ზარებავა მ. სუბტროპიკული რაიონები და სუბტროპიკული
კულტურები სსრ კავშირში. თბილისი, 1951.
- ზიდაშელი შ., პაპუნძიძე ვ. საქართველოს ტყის სამკურნალო
მცენარეები. ბათუმი, 1985.
- ჯაფარიძე ა. ტექნიკური კულტურები. თბილისი, 1979.
- ჯიჯვიშვილი ზ. მასალები ქართული მედიცინის ისტორიისათვის
1819- 1860. თბილისი, 1974.
- Алешкина Я.А., Бурмистров Ф.Л., Кирьянов А.П. Кендырь
коноплевый. М., 1953.
- Атлас ареалов и ресурсов лекарственных растений СССР, М.,
1976.
- Бережной И.М., Капцинель М.А., Нестеренко Г.А.
Субтропические культуры. М., 1951.
- Буюкли М. Лаванда и ее культура в СССР. Кишинев, 1969.
- Вехов В.Н., Губанов И.А., Лебедева Е.Ф. Культурные растения
СССР. М., 1978.
- Возделывание лекарственных растений. М., 1954.
- Вульф Е.В., Малеева О.Ф. Мировые ресурсы полезных растений.
Л., 1969.
- Гаммерман А.Ф., Г.Н.Кадаев, М.Д. Щупинская, А.А. Яценко-
Хмелевский. Лекарственные растения (растения целители).
М., 1976.
- Гаммерман А.Ф., Юркевич И.Д. Лекарственные растения.
Минск, 1965.

- Герасименко И.И., Либизов Н.И., Никольская Б.С., Сацыперов Ф.А. Дурман индейский. М., 1953.
- Гранникова Т.А. Краткое руководство по гомеотерапии. Л., 1956.
- Дарабан В. Готовые лекарственные средства. Киев, 1976.
- Долгова А.А., Ладыгина Е.Я. Руководство к практическим занятиям по фармакогнозии. М., 1977.
- Землинский С.Е. Лекарственные растения СССР. М., 1951.
- Ибрагимов Ф. И., Ибрагимова В.С. Основные лекарственные средства Китайской медицины. М., 1960.
- Игнатъев А.Н. Овощные растения земного шара. Минск, 1966.
- Йорданов Д., Николов П., Бойчинов А. Фитотерапия. София, 1970.
- Йирасек В., Стары Ф. Лекарственные растения. Артия, Прага, 1982.
- Карпович В.Н., Беспалова Е.И. Фармакогнозия. М., 1977.
- Кибальчич П.Н. Камелия эвгенольная. М., 1954.
- Ковалева И.Г. Лечение растениями. М., 1972.
- Кортиков В.Н., Кортиков А. В. Энциклопедия. Лекарственные растения. М., 1998.
- Кошечев А.К. Дикорастущие съедобные растения в нашем питании. М., 1981.
- Ладынина Е.А, Морозова Р.С. Фитотерапия. Л., 1987.
- Липин Л., Белов А. Глиняные книги. Л., 1956.
- Мазнев Н. Энциклопедия лекарственных растений. М., 2003.
- Машковский М.Д. Лекарственные средства. М., 1967.
- Муравьева Д.А., Гаммерман А.Ф. Тропические и субтропические лекарственные растения. М., 1974.
- Муравьева Д.А. Фармакогнозия. М., 1978.
- Полная энциклопедия народной медицины. Т. I-III. М., 2001.
- Пряноароматические растения в быту. Минск, 1976.
- Растительные ресурсы СССР. Цветковые растения, их химический состав, использование. Т. 1-6. Л. 1985 – 1990.
- Роллов А.Х. Дикорастущие растения Кавказа, их распространение, свойства и применения. Тифлиси, 1908.

- Салернский Кодекс Здоровья. Написанный в четырнадцатом столетии философом и врачом Арнольдом из Вилановы. М., 1970.
- Сало В.М. Зеленые друзья человека. М., 1975.
- Священник Александр Жуков. Божий лекарь. М., 2008.
- Современная фитотерапия. София, 1988.
- Справочник по лекарственным растениям. М., 1990.
- Струевъ К.А. Схема распределения лекарственных растений въ порядке естественно-ботанической системы. М., 1912.
- Токин Б. П. Губители микробов – Фитонциды. М., 1960.
- Токин Б. П. Целебные яды растений. Повесть о фитонцидах. Л., 1974.
- Тропические и субтропические растения. Краткие итоги интродукции в оранжерее Главного ботанического сада. Ответственный редактор Н. В. Цицин. М., 1961.
- Турова А.Д. Лекарственные растения СССР и их применение. М., 1967.
- Турова А.Д. , Сапожникова Э.Н. Лекарственные растения СССР и их применение. II Изд. М., 1982.
- Удалова Р.А., Вьюгина Н. Г. В мире кактусов. М., 1983.
- Шестаев А. К., Лиренко Ы.Г. Женшень и другие лекарственные растения. Минск, 1977.
- Шретер А.И. Муравьева Д.А., Поскалн Д.А., Ефимова Ф.В. Лекарственная флора Кавказа. М., 1979.
- Цкитишвили Г. Субтропические технические культуры. Тбилиси, 1956.
- Энциклопедический словарь лекарственных, эфиромасличных и ядовитых растений. М., 1951.
- Эристави К. Д., Гелбахиани П. Г., Саакашвили М. Г., Гелашвили А.П. Медицина Грузии. Книга 1. Тбилиси, 1967.
- Эфиромасличные культуры. Под редакцией к.т.н. А.М. Смолякова и к.с-х. н. А.Т. Ксендза. М., 1976.
- Яшвили А.О. Народная медицина въ Закавказскомъ краѣ. Тифлисъ, 1904.
- med-otzyv.ru/travnik/;
hnb.com.ua/articles/;
yourlifestyle.ru/polza/;

Ast 752.ru /poleznii-sovet.php;
ru.wikipedia.org /wiki/ ;
hnb.com.ua;
onwomen.rumissfit.ru/food/soy;
www.medicinalplants.ru;
healt.wild-mistress.ru;
www.bestgardener.ru; vk.com;
hnb.com.ua/articles/s-zdorovie;
nelechim.ru /index.php;
www.rastenia-lecarstvennie. ru;
www.gippokrat.by;
woman.delfi. ua; svoistva,ru;
www.likfoods.ru;
mir-yagod.ru;
rabotex.ru;
kaplaninternational.com;
inflora.ru;
http://www.travoved.ru;
hnb. Com. ua. Refferat. Az.
Wikipedia.org.medn.ru.
Wikipedia.com.
Academia.ru.
Vazon.com. forum.aromati,ru.
Aurdorov.ru. Pantopedia.ru.
Globinmed.com.
http://greens-avenue.ru/encyclopedia/.
www /indianspices.ru/.
http://www.exotic.plts.de/Semena/Shrubs/.
http://herbalogia.ru/library

შინაარსი

ნაწილი II

წინათქმა	3
მონაცემები ტროპიკულ და სუბტროპიკულ მცენარეებზე, “ელ-დან ჰაე-მდე”.	7
სამკურნალო მცენარეების კულტივირება	274
მცენარეების ქართულ სახელწოდებათა საძიებელი.....	280
მცენარეების ლათინურ სახელწოდებათა საძიებელი	285
გამოყენებული ლიტერატურა	290

როზა ბიძინაშვილი

ტროპიკული და სუბტროპიკული მცენარეების
სამკურნალო მნიშვნელობა

Roza Bidzinashvili

**Medical Importance of Tropical
and Subtropical Plants**