

ნათელა ვარშანიძე, მაია ვანიძე, ინდირა ჯაფარიძე

აჭარის სასარგებლო მცენარეები

2009

წიგნი წარმოადგენს მოკლე აღწერას აჭარაში გავრცელებული სასარგებლო მცენარეების. მასში წარმოდგენილია 162 მცენარის მორფოლოგიური დახასიათება, გავრცელების არეალი, ნედლეული, ქიმიური შემცველობა და მათი გამოყენება. ის დააინტერესებს ყველა იმ ადამიანს, რომელიც გატაცებულია მცენარეებით, აგრეთვე საბუნებისმეტყველო მიმართულების ბაკალავრებს, მაგისტრებს და დოქტორანტებს.

რედაქტორი: ბიოლოგიის მეცნიერებათა დოქტორი

ალეკო კალანდია

ბიოლოგიის მეცნიერებათა დოქტორი

ზურაბ მანველიძე

რეცენზენტი: ფარმაცევტულ მეცნიერებათა კანდიდატი

ემა იაროში

ISBN 978-9941-0-1541-0

სარჩევი

1.	აბზინდა – <i>Artemizia absinthium</i> L.	8
2.	აღისფერი სათითურა – <i>Digitalis purporea</i> .	9
3.	ალოე ხისებრი – <i>Aloe orborescens</i> Mill.	11
4.	აღუბალი- <i>Cerasus vulgaris</i> Milli.	13
5.	ამი კბილის. <i>Ammi visnagal</i> .	14
6.	ანწლი – <i>Sambucus edulus</i> L.	15
7.	არეი – <i>Betula Litwinpowii</i> A. Doluch.	16
8.	ასკილი- <i>Rosa canina</i> .	17
9.	აღმოსავლეთის ნაძვი- <i>Picea abies</i> L	19
10.	აჭარის ყოჩივარდა – <i>Cyclamen adzharicum</i> Pobed.	21
11.	ბარამბო – <i>Melissa officinalis</i> L.	22
12.	ბაბუაწვერა - <i>Taraxacum officinale</i> Wigg.	24
13.	ბოლოკი – <i>Raphanus sativus</i> L.	26
14.	ბოსტნის წაღიკა <i>Polygonum persicaria</i> L.	27
15.	ბროწეული. – <i>Punica granatum</i> .	29
16.	გველის სურთ – <i>Vinca minor</i> L.	32
17.	გვირილა – <i>Marticoria chamonilla</i> var.	34
18.	გულყვითელა <i>Calendula officinalis</i> L	35
19.	გრძელფოთოლა პიტნა – <i>Mentha longifolia</i> Y. Huds.	37
20.	დათვის კანაფი <i>Datisca cannabina</i> Y.	39
21.	დედოფლისთითა – <i>Veronica officinalis</i> L.	40
22.	დიღბულა – <i>Sambucus nigra</i> L.	42
23.	დიდი მრავალძარღვა – <i>Piantago major</i> L.	43
24.	ღვალურა <i>Jolygonam carneum</i> C. Kach.	45
25.	ეკალიპტი მრგვალფოთოლა- <i>Eucalyptus globulus</i> Labill.	47
26.	ეწრის გვიმრა <i>Pteridium tauricum</i> (presl) U. Krecz.	49
27.	ვარდისფერი კატარანთუსი <i>Catharunthus roseus</i> (Y) G. Don.	51
28.	ვარდკაჭაჭა – <i>Cichorium intybus</i> L.	52
29.	ვირისტერვა – <i>Tussilago farfara</i> L.	54
30.	თავშავა - <i>Origanum vulgare</i> L.	56

31.	თეთრყვავილა ვორონოვი <i>Galanthus Woronowii</i> .	58
32.	თირკმლის ჩაი – <i>Orthosiphon stamineus Benth.</i>	59
33.	თუთუბო- <i>Rhus coriaria Y.</i>	62
34.	იაპონური მუშმულა <i>Eriobotria jaoinica L.</i>	63
35.	კავკასიური ბელადონა <i>Atropa balladona Kreyar.</i>	64
36.	კავკასიური სოჭი <i>Abies nordmaniana (Stev.) Spach.</i>	65
37.	კავკასიური შროშანა – <i>Corvallaria majalis ssp transcaucasica L.</i>	66
38.	კავკასიური ცაცხვი <i>Tilia caucasica Mill .</i>	67
39.	კავკასიური ხარისძირა – <i>Helleborus caucasicus A. Br.</i>	69
40.	კაკლის ხე (კაკალი) – <i>Juglans regia L.</i>	70
41.	კალანძოე- <i>Calanchoe pinnata.</i>	72
42.	კამა – <i>Foeniculum vulgare Mill.</i>	74
43.	კანაფი ჩვეულებრივი <i>Cannabis sativa Y.</i>	76
44.	კარტოფილი - <i>Solanum tuberosum L.</i>	77
45.	კატაბაღასა – <i>Valeriana officinalis L.</i>	79
46.	კეთილშობილი დაფნა <i>Laurus nobilis L.</i>	81
47.	კივი <i>Actinidia deliciosa.</i>	83
48.	კიტრი- <i>Cucumis sativus L.</i>	84
49.	კლდის დუმა <i>Cedum caucasicum L.</i>	86
50.	კოთხოჯი – <i>Acorus calamus.</i>	87
51.	კოლხური სურთ – <i>Hedera colchica L.</i>	88
52.	კომბოსტო – <i>Brassica oleracea L.</i>	90
53.	კომში – <i>Cydonia oblonga M. ll.</i>	91
54.	კოწახური – <i>Berberis vulgaris L.</i>	93
55.	კრაზანა – <i>Hypericum perforatum L.</i>	95
56.	კულმუხო – <i>Inula helenium L.</i>	97
57.	ლანცეტაფოთოლა მრავალპარღვა – <i>Plantago lanceolata L.</i>	98
58.	ლემა- <i>Datura stramonium.</i>	100
59.	ლენცოფა- <i>Hyosciamus niger L.</i>	101
60.	ლედვი - <i>Ficus carica L</i>	102
61.	ლიკოპოდიუმი <i>Yycopodium sclavatumgo Y</i>	103
62.	ლიმონი - <i>Citrus limona osb</i>	105
63.	ლობიო- <i>Phaseobus unlgauus</i>	107

64.	მაგნოლია დიდყვავილა- <i>Magnolia grandiflora</i> L.	108
65.	მაშალო - <i>Malus orientalis</i> (Uglitz.) Iuz.	110
66.	მამულა – <i>Artemissia vulgaris</i> .	110
67.	მარმუჭი - <i>Alchemilla oxysepala</i> Iuz.	112
68.	მაჯადვეერი - <i>Daphne mezereum</i> Y.	113
69.	მდგნალი - <i>Salix caprea</i> F.	114
70.	მთის პიტნა – <i>Calamintha grandiflora</i> (L.) Moench.	115
71.	მთის ჩადუნა (გვიმრა) – <i>Dryopteris filix mass.</i>	117
72.	მინდვრის ია – <i>Viola arvensis</i> L.	118
73.	მურყანი – <i>Alnus barbata</i> C. .Mey. <i>A.glutinosa</i> L.	119
74.	მუზარადა - <i>Scutallaria galericata</i> Y.	121
75.	მწვავე ფუნთუშა - <i>Sedum acre</i> M.B.	122
76.	მხოხავი ჭანგა – <i>Agropyrum repens</i> (L.) Pal.	124
77.	ნიახური – <i>Apium graveolens</i> L.	125
78.	ნიგეზისძირა _ <i>Geum urbanum</i> L.	127
79.	ნიორი – <i>Allium sativum</i> L.	129
80.	ორკბილა <i>Bidens tripartita</i> L.	131
81.	ოროვანდი <i>Arctium lappa</i> L.	133
82.	ოქროწვეპლა – <i>Solidago virgaurea</i> L.	134
83.	ოშოშა – <i>Glechoma hederaceae</i> .	136
84.	ოხრახუში (მაკიდო) _ <i>Petroselinum sativum</i> Hoffm.	138
85.	პასიფლორა – <i>Passiflora incarnata</i> L.	139
86.	პირშუშა <i>Armoracia rusticana</i> (Lam.) Gaernt.	141
87.	პონტური შქერი – <i>Phododendron ponticum</i> L.	142
88.	ჟანგისფერი სათითურა – <i>Digitalis ferruginea</i> L.	144
89.	ჟოლო – <i>Rubus saxalitis</i> .	145
90.	სალბი- <i>Salvia glutinosa</i> .	147
91.	სამკურნალო სატაცური - <i>Asparagus officinalis</i> .	148
92.	სამკურნალო ტუხტი – <i>Althea officinalis</i> L.A.	150
93.	საპონა – <i>Saponaria officinalis</i> L.	152
94.	სელიჭა - <i>Yinaria vulgaris</i> MiLL.	153
95.	სიმინდი – <i>Zea mays</i> L.	155
96.	სოკო „ჩაბა “ - <i>Iponotus obilquus</i> (pers.) piel.	156

97.	სოსნოვსკის ფიჭვი – <i>Pinus Sosnovskii</i> L.	157
98.	სტაფილო - <i>Daucus carota</i> .	159
99.	ტაბელა - <i>Pteris cretica</i> .	161
100.	ტყის დედაფუტკარა - <i>Stachys sylvatica</i> Y.	162
101.	ტყის მალვა, მოლოქა - <i>Malva silvestis</i> Y.	164
102.	ტყის მარწყვი - <i>Fragaria vesca</i> L.	164
103.	ტყის ფურისულა - <i>Primula Sibthorpii</i> Hoffm.	167
104.	ტყის ჩიტისთვალა - <i>Asperula odorata</i> Y.	168
105.	უკვდავა (ნეგო) – <i>Helichrysum graveolens</i> (Bieb.) Sweet.	169
106.	უცუნა ლამაზი - <i>Colchicum speciosum</i> Stev.	170
107.	ფარსმანდუკი – <i>Achillea millefolium</i> L.	172
108.	ფითრი – <i>Viscum album</i> L.	173
109.	ფშანის ეკალი - <i>Ononis arvensis</i> .	175
110.	ქაფუნა- <i>Herniaria glabra</i> L.	176
111.	ქაცვი - <i>Hippophae rhamnoides</i> .	178
112.	ქერიფქლა, ბამბიქულა – <i>Verbascum thapsus</i> L.	179
113.	ქინძი – <i>Coriandrum sativum</i> L.	181
114.	ქრიზანთემა – <i>Crysanthem sinense</i> Sab.	182
115.	ქრისტესბეჭედა - <i>Sanicula europea</i> Y.	184
116.	ქრისტესისხლა - <i>Chelidonium majus</i> L.	185
117.	ღვედკეცი – <i>Periploca graeca</i> L.	187
118.	ყურძენი – <i>Vitis vinifera</i> .	188
119.	შავბალახა – <i>Leonurus quinquelobatus</i> Gilib.	190
120.	შავი კუნელი – <i>Crataegus microphylla</i> C. Koch.	192
121.	შავი მოცხარი - <i>Rubus nigrum</i> .	193
122.	შავი ძაღლყურძენი <i>Solanum nigrum</i> L.	194
123.	შვიტა - <i>Equisetum arvense</i> L.	196
124.	შინდი – <i>Cornus mas</i> .	197
125.	შხამა <i>Veratrum lobelianum</i> Bernh.	199
126.	ჩვეულებრივი ასისთავა – <i>Centaurium erythraea</i> Rafn.	200
127.	ჩვეულებრივი გლედიჩია-- <i>Gledichia triacanthos</i>	202
128.	ჩვეულებრივი გოგრა – <i>Cucurbita pepo</i> L.	204
129.	ჩვეულებრივი კვლიავი - <i>Carum carvi</i> .	206

130. ჩვეულებრივი მათიტელა - <i>Polygonum aviculare</i> L.S.I.	207
131. ჩვეულებრივი მაყვალი - <i>Rubus caesius</i> L.	209
132. ჩვეულებრივი მოცვი - <i>Vaccinium myrtillus</i> L.	211
133. ჩვეულებრივი სვია – <i>humulus lupulus</i> L.	214
134. ჩვეულებრივი ღოღო (ღვალო) – <i>Rumex crispus</i> L.	215
135. ჩინური ჩაი – <i>Thea chinensis</i> L.	217
136. ცირცელი - <i>Sorbus boissieri</i> S.	219
137. ცხენისკბილა - <i>Leucosium astivum</i> L.	221
138. ცხენისწაბლი - <i>Aesculus hippocastanum</i> Y.	223
139. ძახველი ჩვეულებრივი - <i>Viburnum opulus</i> L.	224
140. ძირტკბილა – <i>Glycyrrhiza glabra</i> L.	226
141. წამალწვერილი - <i>Cyperus badius</i> Desf.	228
142. წითელი კუნელი- <i>Crataegus kyrtyla</i> Fing.	229
143. წითელი მოცვი - <i>Rhodococcum (Vaccinium) vitis idaeae</i> L.	231
144. წითელი სამყურა- <i>Trifolium pratense</i> Y.	232
145. წიწაკა - <i>Capsicum annuum</i> L.	233
146. წიწმატურა – <i>Capsella bursa-pastoris</i> vL. Medik.	235
147. წყავი - <i>Laurocerasus officinalis</i> L.	236
148. წყლის მათიტელა - <i>Polygonum hydropiper</i> L.	238
149. წყლის სამყურა – <i>Menyanthes trifoliata</i> L.	240
150. ჭარხალი - <i>Beta vulgaris</i> .	241
151. ჭილი - <i>Iuncus effusus</i> Y.	243
152. ჭინჭარი - <i>Urtica dioica</i> L.	244
153. ჭინჭრის დედა - <i>Lamiuim album</i> L.	247
154. ჭოროხის მუხა, ჰართვისის მუხა <i>Quercus Dchoroxiensis</i> L.; <i>Quercus Harthvisiana</i> L.	248
155. ხარისშუბლა - <i>Senecio platyphylloides</i> somm. et. Lev	249
156. ხახვი – <i>Allium cepa</i> L.	250
157. ხბოშუბლა- <i>Calega officinalis</i> L.	252
158. ხეშავი - <i>Ramnus cathartica</i> L.	253
159. ხეჭრელი - <i>Frangula alnus</i> Mill.	254
160. ჯადდვარი – <i>Orchis masculata</i> L.	256
161. ლიტერატურა	259

აბზინდა

Artemisia absinthium L

Палынь горкая

1 მ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან. ხასიათდება ძლიერი არომატული სუნით, უხვი თეთრი ბუსუსებით, რის გამოც მცენარეს აქვს ვერცხლისფერ-თეთრი ფერი. დატოტვილი ღეროს ფუძესთან განლაგებულია გრძელყუნწიანი სამნაკვთიანი ფოთლები, ღეროს შუა ნაწილში ფოთლები მოკლესუნწიანი და ორნაკვთიანია, კენწრული ფოთლები კი უყუნწოა. ყვითელი, წვრილი, მილისებრი ყვავილები შეკრებილია 30 მმ. დიამეტრის კალათებად, რომლებიც თავის მხრივ შეკრებილია ერთ მხარეს მიმართულ მტევნებად. ნაყოფი წვრილი თესლურაა. ყვავილობს ივლის-აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-ოქტომბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებში. იზრდება ბაღების ნაპირებზე, პლანტაციებში, გზების გასწვრივ, ტორფიანი ჭაობის მისადგომებთან: ქობულეთი, ჩაქვი.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი, რომელსაც აგროვებენ კოკრობისა და ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში, შენახვის ვადა 2 წელია.

ქიმიური შემცველობა: ბალახი შეიცავს 20% ეთერზეთებს, რომლის შედგენილობაში შედის პინენი, ლაქტონები, გლიკოზიდები, ფლავონოიდი არტემიზინი, ორგანული მჟავები, K და P ვიტამინები, მთრიმლავი ნივთიერებები, ფისები.

გამოყენება: აბზინდა ძველთაგანვე მიჩნეულია მადის აღმძვრელ ერთ-ერთ საუკეთესო საშუალებად. ამ მიზნით ფარმაცევტულ ქარხნებში მზადდება დამახასიათებელი სუნის მქონე სქელი ექსტრაქტი. ოჯახის პირობებში კი ამ მიზნით ამზადებენ ნაყენს, რისთვისაც 1 ს.კ. დაქუცმაცებულ მშრალ ბალახს უნდა დაასხათ 2 ჩ.ჭ. ადუღებული წყალი, დადგათ 20 წუთი, გაწუროთ და მიიღოთ თითო სუფრის კოვზი 3-ჯერ დღეში ჭამის წინ.

აბზინდას როგორც სამკურნალო საშუალებას იყენებდა ქანანელი, ფანასკერტელი და დავიტ ბატონიშვილი.



აბზინდა- *Artemisia absinthium* L.

ალისფერი სათითურა

Digitalis purpurea

Наперстянка пурпуровая

1,5 მ სიმაღლის მაგარ, დაუტოტავ ღეროიანი ორწლიანი ბალახოვანი მცენარეა შავწამალასებრთა (*Scrophulariaceae*) ოჯახიდან. სიცოცხლის პირველ წელს მცენარე ივითარებს ფესვის ყელთან როზეტად შეკრებილ შებუსულ მოგრძო ფოთლებს, ხოლო მეორე წელს ღეროს, რომელზეც ვითარდება ერთ მხარეს მიმართული, წითელი, ზარისებრი ყვავილები. ნაყოფი კვერცხისებრი კოლოფია მრავალი წვრილი თესლით. ყვავილობს ივნის-ივლისში, ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელებულია ცენტრალური და დასავლეთი ევროპაში. აჭარაში დიდი ხანია გავრცელებულია, იზრდება ზღვისპირა დაბლობებზე და ფერდობებზე. გავრცელებულია ბოტანიკურ ბაღში, ჩაქვში, ციხისძირში, ქობულეთში.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები, რომლებსაც აშრობენ შეგროვებისთანავე მზისგან დაცულ ადგილას, ან საშრობებში 60-70⁰C-ზე .

ქიმიური შემცველობა: ფოთლები შეიცავს საგულე გლიკოზიდებს, კერძოდ კარდენოლიდებს: პურპურეაგლიკოზიდ A-ს, პურპურეაგლიკოზიდ B-ს და გლუკოგიტალოქსინს.

გამოყენება. ფოთლებისაგან მიღებული პრეპარატები მედიცინაში გამოიყენებიან, როგორც გულის კუნთისა და სისხლძარღვების მოქმედების მარეგულირებელი საშუალებები არითმიისა და სისხლის მიმოქცევის დარღვევის დროს. კერძოდ, აძლიერებს სისტოლას და აღრმავებს დიასტოლას. ანელებს გულის კუნთის მუშაობას, მაგრამ გლიკოზიდის ხანგრძლივი მიღება არ შეიძლება, რადგან ისინი გროვდებიან ორგანიზმში და იწვევენ მოწამვლას, ამიტომ საჭიროა პრეპარატის შეცვლა მორიგეობით სხვა პრეპარატებით, რომლებიც ნაკლებ ტოქსიკურია. მცენარისაგან მზადდება პრეპარატები: მშრალი ექსტრაქტი, დიგიტოქსინ გიტალენი, დიგიპურენი და კორდიგიტი.

ოჯახურ პირობებში შეიძლება მოვამზადოთ ნაყენი, რისთვისაც 1 გრ. გამშრალ და დაქუცმაცებულ ფოთლებს უნდა დაასხათ 1 ჩ.ჭ. მდულარე წყალი და გააჩეროთ 3 საათის განმავლობაში, გაწუროთ და მიიღოთ თითო ჩაის კოვზი 3-ჯერ დღეში.



აღისფერი სათითურა – *Digitalis purpurea*

ალოე ხისებრი

Aloe orborescens Mill.

Алоэ древовидное

ალოე ხისებრი მარადმწვანე მცენარეა შროსანასებრთა (Liliaceae) ოჯახიდან. მცენარეს გააჩნია 4 მეტრამდე სიმაღლის სწორმდგომი, დატოტვილი და ხშირფოთლოვანი ღერო. ფოთლები მორიგეობითი, წვნიანი, ხორციანი და ხმლისებურია, კიდებზე ეკლებით. ღეროს ზედა ნაწილში ფოთლები დაახლოებულია ერთმანეთთან როზეტის მსგავსად. ფოთლების სიგრძე 20-65 სმ,

სიგანე 3-6 სმ. სისქე 1,2-1,5 სმ. ყვავილები მსხვილი 4 სმ-მდე სიგრძის, ნარინჯისფერი, წვრილყუნწიანი და თავდახრილია. შეკრებილია მრვალყვავილა ცილინდრულ მტევნად. ნაყოფი მრავალრიცხოვანი თესლიანი კოლოფია. ოთახის პირობებში ყვავის თებერვალ-მარტში, მაგრამ ნაყოფი არ მწიფდება. მინდვრის პირობებში მცენარე მოჰყავთ აპრილის ბოლოდან ნოემბრის ჩათვლით. ამ დროის განმავლობაში მცენარისაგან 2-4 წლის ასაკში აგროვებენ ფოთლებსა და ყლორტებს სამკურნალო პრეპარატების მისაღებად.

გავრცელებულია სამხრეთ აფრიკაში, სადაც იგი ხედ იზრდება. თუმცა მთელს მსოფლიოში ოთახის კულტურადაა გავრცელებული და ცნობილია როგორც ასწლოვანი მცენარე. როგორც სამკურნალო საშუალება ალოე ხისებრი შეტანილია კულტურაში და საქართველოს შავიზღვისპირეთში ათეულობით ჰექტარზე მოჰყავთ.

სამკურნალო ნედლეულია 2 - 4 წლოვანი მცენარისაგან შეგროვილი ფოთლები და ყლორტები.

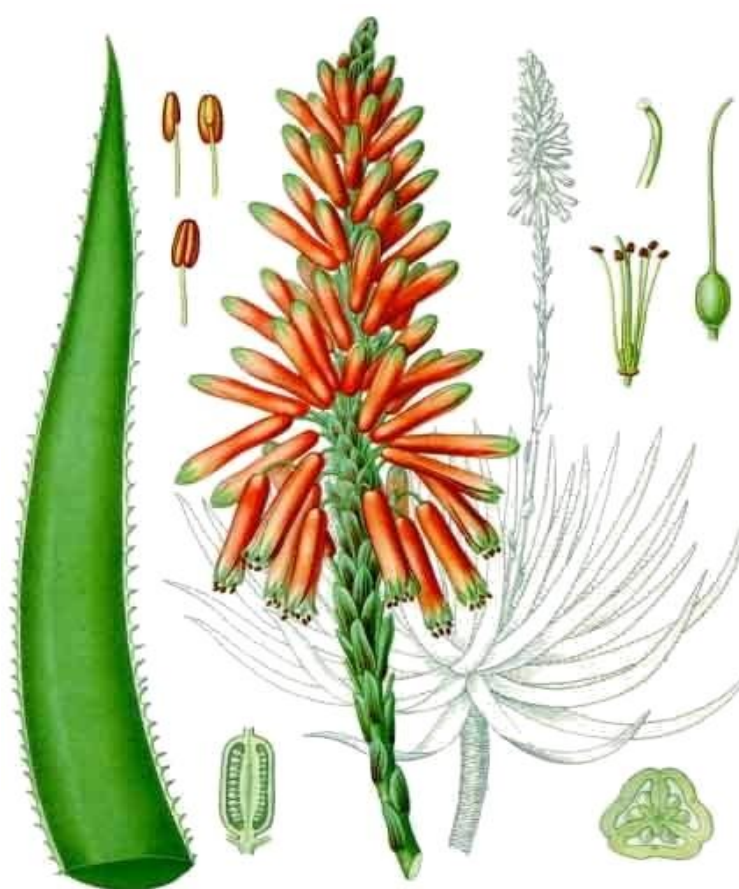
ქიმიური შემცველობა: მცენარეში მწარე გემოს რთული გლიკოზიდური შენაერთებია - ანტრაგლიკოზიდები, რომელთა შენაერთებსაც ალიონებს უწოდებენ. მცენარის წვენი ბევრი ფერმენტი და ვიტამინია.

გამოყენება: ხისებრი ალოეს პრეპარატებს მრავალმხრივი გამოყენება აქვს მედიცინაში. ალოეს თხევადი ექსტრაქტი გამოიყენება ინექციისათვის ქრონიკული გასტრიტის, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულოვანი დაავადების, გინეკოლოგიური დაავადებისა და სხვათა დროს. იგი მომაკვდინებელ გავლენას ახდენს დაავადების წარმომქმნელ ბევრ მიკრობზე: სტაფილოკოკი, სტრეპტოკოკი, ნაწლავის, დიზენტერიისა და მუცლის ტიფის ჩხირზე.

ხალხურ მედიცინაში გავრცელებულია ალოეს წვენის დამზადება შემდეგი რეცეპტით: 150 გრ. დაქუცმაცებულ ნედლ ალოეს ფოთლები უნდა შეურიოთ 250 გრ. თაფლში და გააჩეროთ 4-6 დღე სიბნელეში. ასეთ ნაყენს დღეში 3-ჯერ სვამენ თითო სუფრის კოვზით ჭამამდე მადის მომგვრელად და საჭმლის მონელების გასაუმჯობესებლად, გადატანილი დაავადებებით გამოწვეული გამოფიტვისა და ზოგიერთი სხვა ავადმყოფური მდგომარეობის გამო.

გვერდითი ყლორტები გამოიყენება ალოეს წვენისა და სიროფის მისაღებად, მისგან ამზადებენ რკინის შემცველ ალოეს სიროფს. პრეპარატი გამოიყენება

სისხლნაკლულობის სამკურნალოდ. წვენი და სიროფი გამოიყენება ყაზობის, კუჭის შეკრულობის დროს როგორც სასაქმებელი საშუალება. ნორჩი ფოთლები სამკურნალო პრეპარატების მიღებამდე განიცდიან ბიოსტიმულირებას ე.ი. ფოთლებს შეგროვების შემდეგ მათ ათავსებენ სიბნელეში 4-8 °C ტემპერატურაზე 12 დღე-ღამის განმავლობაში. ამ დროს ქსოვილებში წარმოიქმნებიან ნივთიერებები, ე.წ. ბიოლოგიური სტიმულატორები. ორგანიზმში მათი შეყვანა იწვევს მასტიმულირებელ ზეგავლენას და აჩქარებს რეგენერაციის პროცესს. ნედლი “ბიოსტიმულატორული” ალოეს ფოთლებისაგან ამზადებენ რიგ პრეპარატებს.



ალოე ხისებრი – *Aloe orborescens* Mill.

ალუბალი

Cerasus vulgaris Milli

ВИШНЯ ОБЫКНОВЕННАЯ

2 მ-მდე სიმაღლის დატოტვილი ხეა ვარდისებრთა (ღოსაცეაე) ოჯახიდან. ფოთლები ელიფსური, ყუნწიანი და ხერხებილაა. თეთრი ყვავილები შეკრებილია ქოლგისებრ ყვავილედებად. ნაყოფი მუქი წითელია, კურკიანი. ყვავილობს აპრილ-მაისში, ნაყოფი მწიფდება ივნის-ივლისში. კულტივირებული ჰიბრიდული მცენარეა.

სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფი, რომელიც იკრიფება სრული სიმწიფის პერიოდში.

ქიმიური შემცველობა. ნაყოფი შეიცავს 17,5% შაქრებს, 11% პექტინს, 2,7% ორგანულ მჟავებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფლავონოიდებს, 26%-მდე სახამებელს, ვიტამინებს, რკინას, მაგნიუმს, მინერალურ მარილებს.

გამოყენება. ალუბლის ნაყოფი აუმჯობესებს მადას, რკინის შემცველობის გამო მას უნიშნავენ სისხლდენის დროს. ალუბლის ნაყენი აქრობს წყურვილის შეგრძნებას, რბილობს აქვს ანტისეპტიკური მოქმედება.

ხალხურ მედიცინაში რძიან ალუბალს იყენებენ სახსრების ანთების დროს, წვენი კი მიჩნეულია ნახველის ამოსაღებ კარგ საშუალებად. დადგენილია, რომ ალუბლის ყუნწები ძლიერი შარდმდენია და აგრეთვე გამოიყენება ფალარათის საწინააღმდეგოდ. ყუნწებისაგან ამზადებენ ნახარშს 1 ჭ წყლისა და 10 გრ ნედლეულის შერევით.

ამი კბილის.

Ammi visnagal

Ами зубная

მიეკუთვნება ქოლგოსანთა ოჯახს (*Umbelliferae*). ორწლიანი სწორმდგომი ბალახოვანი მცენარეა 35-80სმ. სიმაღლის. ფოთლები მორიგეობითი, ფრთისებრ დანაკვთული. ყვავილები წვრილი, თეთრი ფერის, არასასიამოვნო სუნის, შეკრებილია წვეროში 10 სმ. დიამეტრის რთულ ქოლგად. ნაყოფი მოგრძო-კვერცხისებრი მუქი მწვანე, ორთესლიანი, თესლის სიგრძე 2მმ. ყვავის ივნის-აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელებულია კანარის კუნძულებიდან ირანამდე, წარმოშობით ხმელთაშუა ზღვის მცენარეა, კულტივირებულია დასავლეთ და ცენტრალური ევროპის ქვეყნებში, ამერიკაში, უკრაინაში, კავკასიაში, მოლდავეთში.

ქიმიური შემცველობა: შეიცავს შემდეგ ნივთიერებებს: კელინი, ვისნაგინი, ვისნადინი, ფლავონოიდები, ეთერზეთები.

სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფი, რომლის მთავარი მოქმედი ნივთიერებაა კელინი, ის გამოიყენება ბრონქიალური ასთმის, გულ-სისხლძარღვთა უკმარისობის,

ყივანახველის, კუჭ-ნაწალვის სპაზმის და თირკმლის კოლიკის დროს. კელინი შედის პრეპარატების “კელლატრენის” და “ვიკალინის” შემადგენლობაში. გარდა ამისა გვხვდება პრეპარატ “მარელინის” შემადგენლობაშიც, რომელიც გამოიყენება შარდგამომყოფი გზებისა და თირკმლების დაავადების დროს. ნაყოფი შეიცავს ასევე ფუროკუმარინს, ფლავონს, 0,2% ეთერზეთებსა და 20% ცხიმს. ნაყოფისაგან დამზადებული პრეპარატი “ავისანი” გამოიყენება როგორც სპაზმოლიტიკური საშუალება შარდგამომყოფი გზებისა და თირკმლების დაავადებათა დროს.

ანწლი

Sambucus ebulus L.

Бузинтравянистая

1,5 მეტრამდე სიმაღლის მრავალწლიანი, ფესურიანი, ბალახოვანი მცენარეა ცხრატყავასებრთა (Caprifoliaceae) ოჯახიდან. ღერო ღრუიანია და დაღარული, სწორმდგომი. მოპირდაპირედ განლაგებული ფოთლები რთულია და კიდედაკბილული. თეთრი ყვავილები შეკრებილია ქოლგა ყვავილედებად, ნაყოფი შავი კენკრაა. მცენარე ყვავილობს მაის-ივლისში, ნაყოფი მწიფდება ივლის-აგვისტოში.

გავრცელებულია ნესტიან ადგილებში დაბლობებიდან სუბალპურ სარტყლამდე. იზრდება ლობის ძირას, ტყის პირას, გზის პირას, რუდელარულ ადგილებში.

სამკურნალო ნედლეულია ფესვები, ფოთლები და ნაყოფები. ნაყოფს აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში.

ქიმიური შემცველობა: ნაყოფი შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს, ეთერზეთებსა და სხვა.

გამოყენება: აჭარის ხალხურ მედიცინაში ნაყოფების შაქრიანი ნაყენი წარმოადგენს კუჭის შემკვრელ უებარ საშუალებას, ხოლო ფესვებისა და ფოთლების წვენი გამოიყენება ყურის ტკივილის დროს ანთების საწინააღმდეგოდ. მტკივან ყურში იწვეთებენ 2-2 წვეთ თბილ ფესვის ან ფოთლის წვენს.



ანწლი-Sambucus ebulus L.

არეო

Betula Litwinowii A. Doluch.

Береза литвинова Литвинова

16-18 მ. სიმაღლის თეთრქერქიანი ხე მცენარეა არეისებრთა (Betulaceae) ოჯახიდან. დახრილი ერთწლიანი ყლორტები ვეგეტაციის პირველ მესამედში დაფარულია ბუსუსებით, შემდეგ კი შიშველია, იგივე ითქმის ფოთლებზედაც. ფოთლები კვერცხისებრია, ორმაგხერხვილია. ყვავილები ცალსქესიანია, ისინი ერთი და იმავე მცენარეზე ვითარდებიან. მდედრობითი და მამრობითი ყვავილები შეკრებილია გრძელ მჭადებად. ნაყოფი ფრთიანი კაკალია. ყვავილობს დეკემბერ-თებერვალში, ნაყოფი მწიფდება ივნის-ივლისში.

გავრცელებულია ტყის ზედა და სუბალპურ სარტყელში. იზრდება ტყეებში, ბუჩქნარებში.

სამკურნალო ნედლეულია საფოთლე კვირტები, რომელთაც ამზადებენ ადრე გაზაფხულზე, კვირტების გაბერვის პერიოდში, ამრობენ ჰაერზე, რადგან ჩრდილში კვირტები იხსნებიან.

ქიმიური შემცველობა: კვირტები შეიცავენ 5-8% ეთეროვან ზეთებსა და მთრიმლავ ნივთიერებებს. ფოთლები შეიცავენ 0,05% ეთეროვან ზეთებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ასკორბინის მჟავას, საპონინებს, ფლავანოიდებს.

გამოყენება: კვირტი და ფოთოლი გამოიყენება, როგორც შარდმდენი და ნაღველმდენი საშუალება ქოლეცისტიტის დროს. ამზადებენ წყლიან ნაყენს შეფარდებით 1 : 10.



არგი-Betula Litwinowii A. Doluch.

ასკილი.

Rosa canina

Шиповник

ასკილი ანუ ველური ვარდი ძლიერ დატოტვილი ბუჩქია ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან, 2 მ-მდე სიმაღლის. ტოტები წვრილი, დაფარულია მოყავისფრო-წითელი ქერქით. ფოთლები განლაგებულია მორიგეობით, კვერცხისებური, ქვედა მხრიდან მორუხო-მომწვანო ფერის. ყვავილი შედგება 5 გვირგვინის ფურცლისაგან, ვარდისფერი ან თეთრი შეფერილობისაა. ნაყოფი მოყავისფრო-წითელი ელიფსური, 5მ-მდე სიგრძის. ყვავილობს მაის-ივლისში, ნაყოფი ცრუა მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

ასკილი მდიდარია ვიტამინ C -თი. ნაყოფი იკრიფება სრული სიმწიფის პერიოდში, ხასიათდება მომჟაო-მოტკბო გემოთი. ვიტამინ C-ს (ასკორბინის მჟავა) შემცველობა 4-6% - მდეა, ზოგიერთ სახეობაში კი 18%-მდე აღწევს. გარდა ამისა ასკილის ნაყოფი შეიცავს ვიტამინ P (რუტინი), B₁, B, K, A – კაროტინი. თესლებში არის ვიტამინი E. ნაყოფი შეიცავს ასევე ფლავონურ გლიკოზიდებს – კემპფეროლს და კვერცეტინს, შაქარს 18%-მდე, მთრიმლავ ნივთიერებებს 45%-მდე, პექტინებს 3,7%, ორგანულ მჟავებს: ვაშლის-1,8%, ლიმონის-2%. ასევე გვხვდება ლიკოპენი, რუბიქსანტინი, ეთერზეთები, კალიუმის მარილები, რკინა, მარგანეცი, ფოსფორი, კალციუმი, მაგნიუმი. ასკილის ნაყოფი ხასიათდება ფიტონციდური და ბაქტერიოციდული თვისებებით. გარდა ამისა არის ნალველმდენი, ანთების საწინააღმდეგო, საჭმლის მომნელებელი ტრაქტის მარეგულირებელი და შარდმდენი საშუალება.

ვიტამინი C – ასკორბინის მჟავა მინაწილეობს ორგანიზმში მიმდინარე ჟანგვა-აღდგენით პროცესებში, დადგენილია, რომ ის ხელს უშლის ათეროსკლეროზის განვითარებას, ამცირებს სისხლში ქოლესტერინის შემცველობას. ვიტამინი P – რუტინი, ხელს უწყობს კაპილარების სიმციფესა და შეღწევადობის შემცირებას, აუმჯობესებს ორგანიზმის მიერ ასკორბინის მჟავის გამოყენებას. ვიტამინი A – კაროტინი, ამაღლებს ორგანიზმის საერთო წინააღმდეგობის უნარს. ვიტამინები მონაწილეობენ ყვითელი ფერმენტის სინთეზში, ხელს უწყობენ მხედველობითი პურპურის სინთეზს, მოქმედებენ სისხლმზად ორგანოებზე. ვიტამინი – მონაწილეობს პროთრომბინის წარმოქმნაში.

ასკილის ნაყოფი სამკურნალო მიზნით გამოიყენება ნაყენის, სიროფის, ექსტრაქტისა და ფხვნილის სახით. კერძოდ, ვიტამინი C –ს იყენებენ სისხლნაკლებობის, ორგანიზმის დაუძლურების, ათეროსკლეროზის დროს. გამოიყენება ასევე როგორც ორგანიზმის წინააღმდეგობის უნარიანობის გაზრდის საშუალება ინფექციური და ინტოქსიკაციური პროცესებისას (ქუნთრუშა, დიფტერია, პნევმონია, ყივანახველა და სხვა). ხელს უწყობს მოტეხილობის დროს ძვლების შეზრდის პროცესის დაჩქარებას, გამოიყენება აგრეთვე საშვილოსნოდან სისხლდენის დროს, თირკმლის კენჭოვანი დაავადებისა და ღვიძლის დაქვეითებული სეკრეციის დროს, ზემოქმედებს ძვლის ტვინის ფუნქციასა და ორგანიზმში ნივთიერებათა ცვლაზე.

ხალხურ მედიცინაში ასკილის ნაყოფების ნახარში ფართოდ გამოიყენება თითქმის ყველა მძიმე დაავადების დროს. კერძოდ, კენჭოვანი დაავადების, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის, გასტრიტის, კოლიტის, სისხლნაკლებობის, მალარიის, ქალის სასქესო ორგანოების დაავადებათა დროს.

ნაყენის მომზადება: 200 გრ. ნაყოფს უნდა დაასხათ 500 მლ. ადუღებული წყალი და მიიღოთ 100 მლ. ჭამამდე 30წთ. ადრე დღეში 2 ჯერ.



ასკილი-*Rosa canina*

აღმოსავლური ნაძვი

Picea abies L.

Ель восточный

30-50 მ. სიმაღლის მარადმწვანე წიწვოვანი ხეა ფიჭვისებრთა (Pinaceae) ოჯახიდან, აქვს სწორმდგომი 1მ-მდე დიამეტრის ღერო და კონუსისებური ვარჯი. ფოთლები (წიწვები) ნემსისებური, ოთხწახნაგოვანი. მცენარე ერთსახლიანია. მამრობითი გირჩი განლაგებულია წიწვების უბებში ყლორტების ქვედა ნაწილში, მდედრობითი – ყლორტების ზედა ნაწილში ვითარდება. დამტვერვა ხდება მაის-ივნისში, ნორჩი გირჩი წითელია ან მწვანე, მომწიფებული–რუხი ფერის, წაგრძელებულ-ცილინდრულია, 15 სმ-მდე სიგრძის. ფრთიანი თესლი ზამთრის მეორე ნახევარში ცვივა და ქარს მიაქვს.

გავრცელებულია შერეულ და წიწვოვან ტყეებში.

სამკურნალო ნედლეულია წიწვები, ყლორტები და გირჩები, რომელთაც აგროვებენ ზაფხულში.

ქიმიური შემცველობა: ნაძვის წიწვები, წიწვოვანი ყლორტები და ნორჩი გირჩები შეიცავენ ეთერზეთებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფისებს, ვიტამინ C-ს (წიწვში 4--% მგ-მდე), რკინის, ქრომის, მანგანუმის, სპილენძის, ალუმინის მარილებს.

გამოყენება: მცენარისაგან დამზადებული პრეპარატები გამოიყენება სასუნთქი გზების დაავადებათა სამკურნალოდ, კერძოდ, ანგინის, ტრაქეიტის, ბრონქიტის, ბრონქიალური ასთმის დროს. ასევე ნაძვის ახალგაზრდა ტოტებსა და გირჩებს იყენებენ სურავანდის სამკურნალოდ. ორგანიზმში ვიტამინ C-ს უკმარისობისას ან პროფილაქტიკური მიზნით სვამენ მის ნაყენს, რომლის დასამზადებლად 40 გ. წიწვს უნდა დაასხათ 1 ჩაის ჭიქა ადუღებული წყალი, ადუღეთ 20 წუთი და გააჩერეთ. მიღებული ნაყენი უნდა მიიღოთ 2-3-ჯერ დღის განმავლობაში.

ნაძვის გირჩების ნახარშს ხმარობენ ანგინის, ტონზილიტის, ლარინგიტის, ტრაქეიტის, ჰაიმორიტის და რინიტის მკურნალობისას. ამისათვის 40გ. დაქუცმაცებულ გირჩებს უნდა დაასხათ 200 მლ. წყალი და ადუღოთ 30 წუთის განმავლობაში, ნახარში უნდა გამოივლოთ ყელში დღეში 5-6-ჯერ ან ჩაიწვეთოთ 4-5 წვეთი თითოეულ ნესტოში.

კანის გარეგანი დაზიანების სამკურნალოდ ამზადებენ მალამოს ნაძვის ფისების, ცვილისა და კარაქის თანაბარი რაოდენობის შერევით, ამ მალამოს იყენებენ ფურუნკულების, ჩირქგროვების, წყლულების, ჭრილობების და დაჟეჟილობის სამკურნალოდ.



აღმოსავლური ნაძვი – *Picea abies* L.

აჭარის ყოჩივარდა

Cyclamen adzharicum Pobed.

Цикламен аджариский

10-20 სმ. სიმაღლის მრავალწლიანი ტუბერიანი ბალახოვანი მცენარეა ფურისულასებრთა (Primulaceae) ოჯახიდან. გრძელყუნწიანი ფოთლები თავმოყრილია ფესვის ყელთან, ფოთლის ფირფიტა ფართე თირკმლისებრია, კიდემთლიანი, ზედა მხრიდან მოთეთრო-მწვანე ლაქებით, ქვედა მხრიდან კი წითელი. ყვავილები ვარდისფერია, გრძელყუნწიანი, თავდახრილი. გვირგვინის ფურცლებს უვითარდება მუქი იისფერი და თეთრი ფერის წერტილები. აქვს მოკლე მილი და 5 ნაკვთიანი გადანაღუნი. ნაყოფი სფერული კოლოფია მრავალი თესლით.

გავრცელებულია ფერდობებზე, ტყის ხეობებში, ბუჩქნარებში, გაჩეხილ ადგილებსა და სხვა. გავრცელებულია წიფლნარ, მუხნარ, წაბლნარ ტყეებში, მდინარეთა ხეობებში. მცენარე დეკორატიულია.

სამკურნალო ნედლეულია ტუბერი, რომელსაც აგროვებენ გვიან შემოდგომაზე ან ზამთარში, ვეგეტაციის დაწყებამდე. მცენარე ტოქსიკურია.

ქიმიური შემცველობა: ტუბერი შეიცავს საპონინ ციკლამინს, ალკალოიდებს.

გამოყენება: ტუბერის წვენი გამოიყენება ხანგრძლივი თავის ტკივილის დროს, რომელიც გამოწვეულია ჰაიმორიტითა და ფრონტიტით. წვენის მისაღებად ტუბერს ხეხავენ და წურავენ დოლბანდში, იწვეთებენ თითოეულ ცხვირის ნესტოში 1 წვეთს დილით და საღამოთი.



აჭარის ყოჩივარდა – *Cyclamen adzharicum* Pobed.

ბ ა რ ა მ ბ ო

Melissa officinalis L.

Мелиса лекарственная

30-80 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ტუჩოსანთა (Lamiaceae) ოჯახიდან. სწორმდგომ ღეროზე მოპირდაპირედ განლაგებულია კვერცხისებრი, კიდედაკბილული შებუსული ფოთლები; ყვავილები თეთრი ფერის ორტუჩაა, შედგება სამნაკვთიანი ზედა ტუჩისაგან და გაბერილი ორნაკვთიანი ქვედა

ტუჩისაგან, ისინი ქმნიან ფარისებრ ყვავილედს. ნაყოფი კაკლუჭაა. მცენარეს აქვს სუსტი ლიმონის სურნელი. ყვავილობს ივლის-აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გავრცელებულია აღმოსავლეთი აზიაში. ჩვენში შემოტანილი იქნა არაბების და ბერძნების მიერ, თავდაპირველად მოჰყავდათ ბოსტნებში, ამჟამად აჭარაში ფართოდ არის გავრცელებული. იგი გვხვდება ტენიან ტყეებში მთის შუა სარტყლამდე, ხშირად იზრდება ბერძნული კაკლის ძირას. გვხვდება ჩაქვისთავში, ქედისა და შუახევის მიდამოებში.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის მიწისზედა ნაწილი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ 40-50⁰C-ზე საშრობში ან ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქიმიური შემცველობა: მიწისზედა ნაწილები შეიცავს 0,2% ეთეროვან ზეთებს, რომლის ძირითადი კომპონენტებია ცინეოლი, პერანიოლი, ციტრალი, ასევე გვხვდება მთრიმლავი ნივთიერებები, ლორწო, ფისები, ვიტამინი C, კაროტინი და სხვა.

გამოყენება: მცენარის პრეპარატები გამოიყენება ნევრალგიის, ისტერიის, აგზნებადობის, კრუნჩხვების დროს, როგორც დამამშვიდებელი საშუალება. ჯერ კიდევ იბნ-სინა (ავიცენა) აქებდა ბარამბოს, როგორც ცხოვრებისუნარიანობის ამამაღლებელ და დეპრესიის საწინააღმდეგო საშუალებას.

ოჯახურ პირობებში შეიძლება მოვამზადოთ ნაყენი ან ნახარში შეფარდებით 1:10, როგორც დამამაშვიდებელი საშუალება, მიიღეთ თითო ს.კ. 3-4-ჯერ დღეში.

მცენარისაგან მზადდება პრეპარატი – მელისალი.



ბ ა რ ა მ ბ ო - *Melissa officinalis* L.

ბაბუაწვერა

***Taraxacum officinale* Wigg.**

Одуванчик

მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა როტულყვავილოვანთა (*Asteraceae*) ოჯახიდან. გვხვდება ზღვის სანაპიროდან ტყის ზოლის ზედა საზღვრამდე, მდელოებში, ბაღებში, გზისპირებში.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის ფესვი. მას თხრიან გვიან შემოდგომაზე, როცა მცენარის მიწისზედა ნაწილი ხმება. შემდგომ მას ამორებენ ფოთლებს,

რეცხავენ გამდინარე წყლით და აშრობენ ჰაერზე მანამ, სანამ არ შეწყდება რძის წვენის გამოყოფა (რძის წვენი გამოიყენება კოჟრებისა და მეჭეჭების მოსაცილებლად). შემდეგ აწყობენ ერთ ფენად და აშრობენ თბილ კარგად განიავებულ შენობაში ან ღუმელში. ზოგჯერ ფესვებს თხრიან გაზაფხულზე მცენარის ყვავილობამდე.

ქიმიური შემცველობა: ყვავილეთი და ფოთოლი შეიცავს კაროტინოიდებს ტარაქსანტინებს – $C_{40}H_{56}O_4$, ფლავოქსანტინებს – $C_{40}H_{56}O_3$, ლუტეინს – $C_{40}H_{56}O_2$, ტრიტერპენულ სპირტებს. ძირითადი სამკურნალო გამოყენება აქვს ბაბუაწვერას ფესვს, იგი შეიცავს ინულინს 40%-მდე, შაქრებს 20%-მდე, ვაშლის მჟავას 0,25%-მდე, კაუჩუკს 2,3%-მდე, გლიკოზიდ ტარაქსაცინს, ფისებს, ცხიმოვან ზეთს, ნაკლებად შესწავლილ ტრიტერპენულ შენაერთებს, სპირტებს, სტერინებს

გამოყენება: საქართველოში ბაბუაწვერა გამოიყენება როგორც შარდმდენი, ნაღველმდენი საშუალება, მას იყენებენ შეკრულობის (ყაზობის) დროს. ბაბუაწვერა უძველესი სამკურნალო საშუალებაა. ჯერ კიდევ თეოფრასტე იყენებდა მას ჭორფლებისა და ღვიძლის დაავადებით გამოწვეული პიგმენტური ხალების მოსაცილებლად. XVI საუკუნეში გერმანიაში ბაბუაწვერას იყენებდნენ როგორც ძილის მომგვრელ და დამამშვიდებელ საშუალებას

ნაყენის მომზადება: 1 ჩაის ჭიქა ადუღებულ წყალში უნდა ჩაყაროთ 1 სუფრის კოვზი წვრილად დაქუცმაცებული ფესვები და დააყენოთ როგორც ჩაი, გააჩეროთ 20 წუთი და მიიღოთ ჭიქის მეოთხედი ნაწილი დღეში 3-ჯერ ჭამამდე 30 წთ. ადრე.



ბაბუაწვერა-Taraxacum officinale Wigg.

ბოლოკი

Raphanus sativus L.

Редька посевная

ერთწლიანი საბოსტნე ბალახია ჯვაროსანთა (Cruciferae) ოჯახიდან. ნიადაგში ივითარებს სფერულ ან მოგრძო ძირხვენებს. ყუნწიანი მოგრძო-ელიფსური ხერხკბილა ფოთლები შეკრებილია ფესვის ყელთან. ყვავილები თეთრია ან ვარდისფერი, შედგება 4 წევრიანი წრეებისაგან. ნაყოფი ჭოტია მრავალი თესლით. ყვავილობს აპრილ-მაისში, ნაყოფი მწიფდება მაის-ივნისში, კულტივირებული მცენარეა. სამკურნალო ნედლეულია ძირხვენა.

ქიმიური შემცველობა: ბოლოკის ძირხვენები შეიცავენ შემდეგ ბიოლოგიურად აქტიურ ნივთიერებებს: ეთერზეთებს, გლიკოზიდებს, შაქრებს, უჯრედისს, ცხიმებს, ფერმენტებს, C და B ვიტამინებს.

გამოყენება. ბოლოკის ფესვი ასტიმულირებს ნაღვლის გამოყოფას, მედიცინაში მის წვენს იყენებენ ქოლევცისტიტის, ღვიძლის ცეროზის დროს. ხალხურ მედიცინაში იყენებენ ნახველის ამოსაღებს საშუალებად, რისთვისაც ერთმანეთში

თანაბარი რაოდენობით ურევენ ბოლოკის წვეწვსა და თაფლს. ბოლოკი ხასიათდება ანტიმიკრობული მოქმედებითაც.



ბოლოკი-Raphanus sativus L.

ბოსტნის წალიკა

Polygonum persicaria L.

Пречишник почечуйный

30-80 სმ. სიმაღლის ერთწლიანი ბალახოვანი მცენარეა მათიტელასებრთა (Polygonaceae) ოჯახიდან. ფოთლები ლანცეტაა, უყუნწო, 10 სმ-მდე სიგრძის, ზედა მხრიდან მუქი ლაქებით. ყვავილები ვარდისფერია, შედგება ხუთწევრიანი წევრებისაგან და შეკრებილია ღეროსა და ტოტების წვერში თავთავ ყვავილედად.

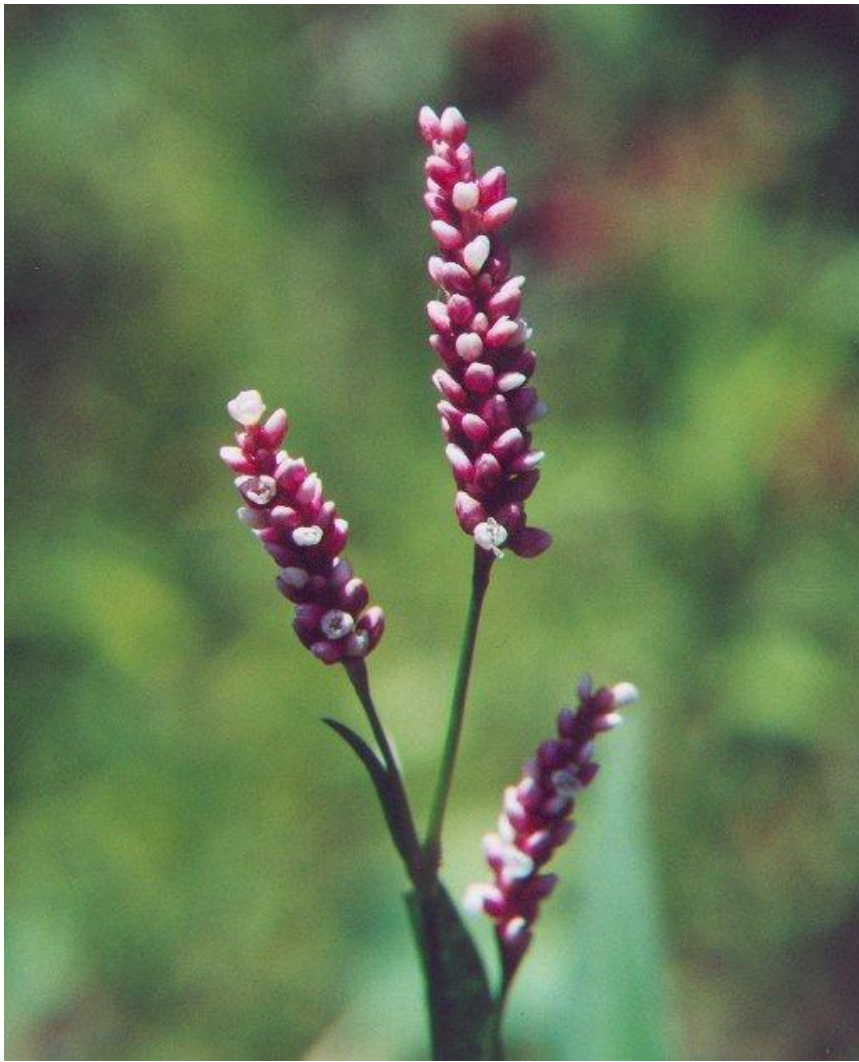
ნაყოფი კვერცხისებრი, მზინავი შავი კაკალია, ყვავილობს ივლის-სექტემბერში, ნაყოფი მწიფდება ივლის-ოქტომბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის შუა სარტყლამდე, გვხვდება ნესტიან ადგილებში, მდინარეების, ტბებისა და გუბურების ნაპირებზე, სარწყავ არხებსა და თხრილებში, სარწყავ მიწებზე, ბოსტნებში, ბაღებსა და ვენახებში, გზის პირას, ხრამებში.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა ნაწილი, რომელსაც ამზადებენ კოკრობისა და ყვავილობის პერიოდში. ამრობენ ჰაერზე, ჩრდილში, კარგად განიავებულ შენობებში. ნედლეულის შენახვის ვადა 2 წელია.

ქიმიური შედგენილობა: ბალახი შეიცავს ფლავონოიდებს (ჰიპეროზიდი, ავიკულარინი, კვერცეტინი, რუტინი), ეთერზეთებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, პექტინს, ლორწოს, ფიტოსტერინებს, ცვილს, ორგანულ მჟავებს.

გამოყენება: ბოსტნის წალიკას პრეპარატებს - ექსტრაქტს, ნაყენს, ნახარშს აქვს გამოკვეთილი სისხლდენის შემაჩერებელი მოქმედება და გამოიყენება ჰემაროისა და საშვილოსნოდან სისხლდენის დროს. ისინი ავიწროებენ სისხლძარღვებსა და კუმშავენ საშვილოსნოს. ნაყენი და ნახარში მზადდება შეფარდებით 1 : 10. იღებენ თითო სუფრის კოვზს დღეში 3-4-ჯერ.



ბოსტნის წალიკა-*Polygonum persicaria* L.

ბროწეული.

Punica granatum

Гранат

6 მეტრამდე სიმაღლის ბუჩქია ბროწეულისებრთა (Punicaceae) ოჯახიდან. ყვავილები წითელი აქვს, მომრგვალო, ნაყოფი მსხვილია, ტყავისებური ნაყოფგარსით. მარცვალი წითელი ფერისაა, დაფარულია მაგარი კანით. ნაყოფის შუაგულში ბევრი თესლია 400-დან 700-მდე. ნაყოფი დაყოფილია ბუდეებად, თითოეულ ბუდეში თესლები მოთავსებულია ორ რიგად, რბილობი მომჟაო-მოტკბო, მუქი წითელი ფერისაა.

გავრცელება: ბროწეულის სამშობლოა ჩრდილოეთი აფრიკა, შუა აზია. მის კულტივირებას ახდენენ ყველა სუბტროპიკულ ქვეყანაში, კერძოდ ის მოჰყავთ

ყირიმში, აზერბაიჯანში, საქართველოში, ირანში, ხმელთაშუა ზღვის ქვეყნებში. ველური ფორმით გვხვდება კავკასიაში და შუა აზიაში.

ქიმიური შემცველობა: ნაყოფი შეიცავს: ვიტამინებს, მინერალურ ნივთიერებებს, მიკროელემენტებს: კალიუმს, კალციუმს, მაგნიუმს, ნატრიუმს. ნაყოფი იძლევა 60%-მდე წვეს ანტოციანების მაღალი შემცველობით. წვენი შეიცავს ასევე 8-20% შაქარს (გლუკოზა და ფრუქტოზა), 10%-მდე ლიმონის, ვაშლის და სხვა ორგანულ მჟავებს, ფიტონციდებს, ტანინებს, აზოტის შემცველ ნივთიერებებს, მარილებს. ნაყოფის გარსში და ფესვებში არის 32%-მდე მთრიმლავი ნივთიერებები. ბროწეულის ყვავილისაგან, რომელიც შეიცავს მკვეთრი წითელი ფერის პიგმენტ – ანტოციან-პუნჯინს, აწარმოებენ საღებავებს, რომლითაც ღებავენ აბრეშუმის, ბამბისა და შალის ქსოვილებს.

სამკურნალო ნედლეულია ბროწეულის წვენი, კერძოდ ცინგის, ათეროსკლეროზის, ჰიპერტონიის დროს. ასევე ის აუმჯობესებს საჭმლის მონელების პროცესს. ბროწეულის კანის შემადგენლობაში არსებული პოლიფენოლი ზემოქმედებს დიზენტერიულ ჩხირებზე.

გამოყენება: ნაყოფისაგან დამზადებული ჩაი ამშვიდებს ნერვულ სისტემას და ხსნის ალგუნებულობას. სისხლნასკლულობის დროს გამოიყენება ბროწეულის წვენი, 1 ჩაის ჭიქა დღეში 3 ჯერ ჭამამდე 30 წთ.ადრე. მკურნალობის კურსი 2 - 4 თვე. ნაყოფის კანისაგან ღებულობენ მოყვითალო-წითელ ფხვნილს - ექსტრაქტს, რომელსაც იყენებენ ენტეროკოლიტის სამკურნალოდ, მას ღებულობენ 0,75გრ. დღეში 3 ჯერ.

ბროწეულს იყენებენ გაცივების, ხველის, ბრონქიალური ასთმის, ანგინას და მალარიის დროს. ჰორმონალური დარღვევის დროს თესლის შემადგენლობაში შემავალი ცხიმი აღადგენს ორგანიზმში ჰორმონალურ ბალანსს. ხსნის თავის ტკივილს, ამცირებს წნევას და გაღიზიანებას კლიმაქსის პერიოდში.

ანთებითი პროცესებისა და ჭრილობის შესახორცებლად გამოიყენება ნაყოფის კანის ნახარში, რომელსაც ამზადებენ შემდეგნაირად: 5 გრამ დაფქველ ნაყოფის კანს უნდა დაასხათ 100 გრ. წყალი და ადუღოთ, გაწუოთ და მიიღოთ 1-2 ჩაის კოვზი 3 ჯერ დღეში ჭამამდე. ნაყოფის კანის ნახარშით მკურნალობენ თირკმლების, ღვიძლის, პირის ღრუს, ყურისა და თვალის ანთებით პროცესებს.

ნახარშის მომზადება: 2 ჩაის კოვზ დაფქველ ქერქს უნდა დაასხათ 1 ჩაის ჭიქა ცხელი წყალი და ადუღოთ წყლის აბაზანაზე 30წთ. შემდეგ გაწუროთ და მიიღოთ ჭამამდე 50 გრ. დღეში 2-3 ჯერ. ბროწეულის წვენიტა და ნაყოფის კანისაგან დამზადებული ფხვნილით მკურნალობენ დამწვრობასაც.

ბროწეულის ქერქი და ფესვები შეიცავენ ალკალოიდ პელტერინს, იზოპელტერინს, მეთილიზოპელტერინს და სხვა, რომლებიც ხასიათდებიან ჭიის საწინააღმდეგო ძლიერი მოქმედებით. ლენტისებური ჭიების წინააღმდეგ გამოიყენება 40-50გრ. ქერქი, მას აჩერებენ 6სთ. 400გრ. ცივ წყალში, შემდეგ ადუღებენ ნელ ცეცხლზე, მანამ სანამ არ აორთქლდება სითხის ნახევარი. ნახარშს წურავენ, აცივებენ და ღებულობენ 1 საათის განმავლობაში თანაბარი რაოდენობით, შემდეგ კი აყოლებენ მარილიან გამხსნელს. ლენტისებური ჭიების წინააღმდეგ გამოიყენება ასევე მშრალი მარცვლები. 7-9 ნაყოფის თესლი უნდა გააშროთ მზეზე ან თბილ ოთახში 6-8 სთ. მანძილზე, შემდეგ დაფქვათ და მიიღოთ ჭამის წინ დღეში 3 – 4 ჯერ 1 სუფრის კოვზი 1 ჩაის ჭიქა ანანასის წვენიტან ერთად შაქრის გარეშე.



ბროწეული – Punica granatum

გველის სურო

Vinca minor L.

Барвинок малый

15-40 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ქენდირისებრთა (Aporcynaceae) ოჯახიდან. მცენარის ვეგეტატიური ყლორტები ნიადაგზეა გართხმული, რომელზეც საპირისპიროდ არის განლაგებული ელიფსური, პრიალა, ტყავისებრი ფოთლები, ხოლო საყვავილე ყლორტები სწორმდგომია. ყვავილები ლურჯი ფერისაა, ბორბლისებრი ხუთნაკვთიანი. ნაყოფი ფოთლურაა, 2 თესლით. ყვავილობს აპრილ-ივნისში, ნაყოფები მწიფდება მაის-სექტემბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა ტყეებში, ფერდობებზე და ხეობებში, მთის შუა სარტყლამდე.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა ნაწილი, რომელსაც აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ბალახი შეიცავს 20 სახის ალკალოიდს, რომლებიც ახლოს დგანან რეზერპინთან. მათ შორის აღსანიშნავია ვინკამინი, იზოვინკამინი, ვინკამინორპინი, ვინინი და სხვა.

გამოყენება: იგი შედის ანტიისტრესული პრეპარატის „ნესის“ შედგენილობაში. ოფიციალურად მედიცინა დიდი ხნიდან იყენებს მცენარის პრეპარატებს ჰიპერტონიის სამკურნალოდ. კერძოდ, პრეპარატ დევინკანს აბებში და ამპულებში.

ოჯახურ პირობებში მზადდება ნაყენი: 1 ჩ.კ. გამშრალ ბალახს უნდა დაასხათ 1 ჩ.ჭ. მდულარე წყალი და გააჩეროთ 8 სთ-ის განმავლობაში და მიიღოთ ყავის ჭიქით 3-ჯერ დღეში.



ბველის სურ(ო) - *Vinca minor* L.

გვირილა

***Marticoria chamonilla* var.**

Рамашка аптечная

ერთწლიანი ბალახოვანი მცენარეა რთულყვავილოვანთა- (Compositae) ოჯახიდან. 20-40 სმ სიგრძის დატოტვილი, თითქმის შიშველი ღერო, ხშირად მოწითალო შეფერილობისაა. აქვს ვიწრო, ხაზურა, ორმაგ ფრთად განკვეთილი მჯდომარე ფოთლები. ყვავილები შეკრებილია 5-8 მმ. დიამეტრის მქონე კალათა ყვავილედებად, რომელშიც ორი სახის ყვავილია: გვერდითი-თეთრი ენაკისებური და შუა ყვითელი მილისებური. ნაყოფი მორუხო-მომწვანო თესლია. ყვავის თითქმის მთელ ზაფხულის განმავლობაში, ნაყოფი მწიფდება ივნის-ოქტომბერში.

გავრცელებულია: ზღვისპირა ტერასებზე, გზისპირას. აჭარაში გავრცელებულია ქობულეთსა და ბათუმში.

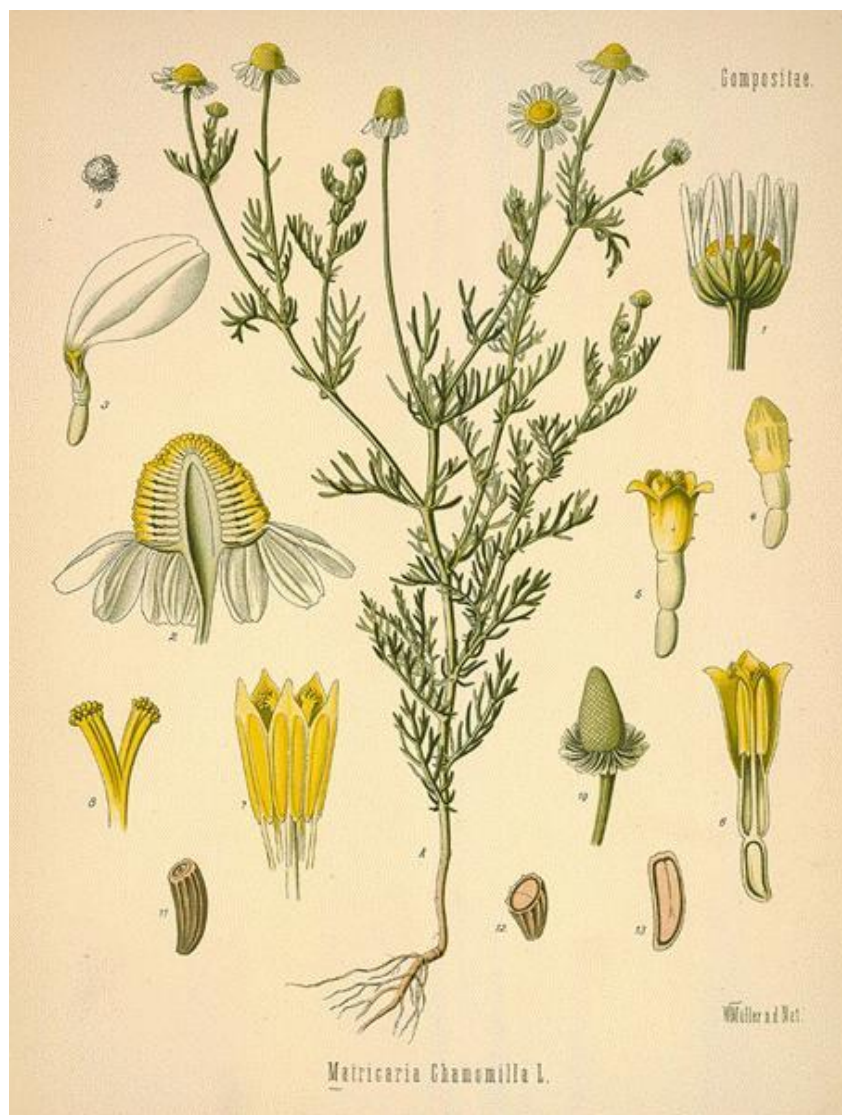
სამკურნალო ნედლეულია მცენარის ყვავილები. ყვავილების შეგროვება ხდება ყვავილობის დასაწყისში, მშრალ მზიან ამინდში. ყვავილებს წყვეტენ ხელით

ყუნწთან ერთად, არა უმეტეს 3 სმ-ზე მეტ სიგრძეზე. შეგროვილი ნედლეული მაშინვე უნდა გაიგზავნოს გასაშრობად, რადგან სწრაფად იწყებს გამუქებას და კარგავს თავის თვისებებს. გაშრობა ხდება საშრობში 35-40⁰ც-ზე ტემპერატურაზე ან სხვენზე, კარგი ვენტილაციის პირობებში ათავსებენ 2-3 სმ. სიმაღლის თხელ ფენად და პერიოდულად აბრუნებენ. არ არის სასურველი ნედლეულის ძალიან გამოშრობა, რადგანაც ამ შემთხვევაში კალათა იწყებს დანაწევრებას.

ქიმიური შემცველობა: ყვავილების შემადგენლობაში შედის ეთერზეთები 0,8%-მდე, რომლის შემადგენლობაში შედის ქამაზულენი, სხვადასხვა ტერპენები და სასკვიტერპენები. გარდა ამისა, კალათაში ნაპოვნია აპინი, აპიგენინი, პროხამაზულენი, მატრიცინი, ლაქტონი, მატრიკარინი, უმბელფერონი, ორგანული მჟავები, ფისები, ფლავონოიდები, პოლისაქარიდები, კაროტინოიდები, ასკორბინის მჟავა და სხვა.

გამოყენება: გვირილის ყვავილების ნახარშით იკეთებენ აბაზანებს პელაგრისა და რევმატიზმით გამოწვეული ტკივილების დროს. ნახარშის დასამზადებლად უნდა აიღოთ 20 გრ. ნედლეული და 1ლ. წყალი. გვირილას ნახარში გამოიყენება აგრეთვე ჩირქოვანი ჭრილობების, ჩირქოვანი მუწუკების მოსაცილებლად. აგრეთვე თვალის ტკივილის დროს საფენების სახით.

ქართულ ხალხურ მედიცინაში მას იყენებდნენ კრუნჩხვების, ჭვალების, რევმატიზმის, კუჭ-ნაწლავის დაავადების, ლიმფური ჯირკვლების, შესივების დროს. აგრეთვე როგორც მადის მომგვრელ საშუალებას. აჭარის ხალხურ მედიცინაში მცენარის ფოთოლი გამოიყენებოდა თმის ცვენის საწინააღმდეგოდ და სხვა.



გვირილა - *Matricaria chamomilla* var.

გულყვითელა

***Calendula officinalis* L.**

Ноготки лекарственная

დეკორატიული ერთწლიანი ბალახოვანი მცენარეა 60 სმ სიმაღლის ღეროთი, რთულყვავილოვანთა (Compositae) ოჯახიდან. ფოთლები წაგრძელებული კვერცხისებური. ყვავილები ყვითელ-ოქროსფერი ან წარინჯისფერი, შეკრებილი ღეროს წვეროზე კალათად, კალათი მსხვილი, 4-5 სმ დიამეტრით. კიდურა ყვავილები ენისებურია მდედრობითია, ხოლო ცენტრში მილისებრი ორსქესიანი, მაგრამ უნაყოფო. ნაყოფი მოხრილი თესლურა განლაგებულია 2-3 რიგად. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტოში.

ქიმიური შემცველობა: ყვავილის კალათები შეიცავენ კაროტინოიდებს, მცენარის ნორჩ ნაწილებში აღმოჩენილია მწარე ნივთიერება კალენდულა 19%, რომელიც თავისი ბუნებით უჯერია, ყვავილების სუნი განპირობებულია ეთერზეთების შემცველობით. აგრეთვე თანაყვავილედ შეიცავს ფისებს (3,44%), ლორწოს (2,5%), აზოტშემცველ ლორწოს (1,5%), ვაშლმჟავას (6-8%) და სილიციუმმჟავას კვალს, კალათა შეიცავს შეუსწავლელ ალკალოიდს. ფესვებში ნაპოვანია ინულინი. მიწისზედა ნაწილი შეიცავს საპონინს. მისი ჰიდროლოზისას მიიღება ოლეინისა და გლუკურონის მჟავა. თესლში არის ცხიმოვანი მჟავები და უცნობი ალკალოიდები.

სამკურნალო ნედლეულია ყვავილები. ნედლეულს იღებენ ენისებრი ყვავილის ჰორიზონტალურად განლაგებისას, ზაფხულის განმავლობაში ახერხებენ 10-დან 20-მდე მოსავლის აღებას. ჭრიან კალათებს მას აცლიან ენისებურ ყვავილებს და აშრობენ 4საათის განმავლობაში ჩრდილში.

გამოყენება: სამედიცინო პრაქტიკაში გულყვითელას პრეპარატები გამოიყენება, როგორც ანთების საწინააღმდეგო, დამწვრობის, ჭრილობის, პარეზის, ნაღრძობის, მოყინვის, ფურუნკულოზის დროს. აგრეთვე გინეკოლოგიური დაავადებებისას, პირის ღრუსა და ყელის, გინგივიტების საწინააღმდეგოდ. საჭმლის მომნელებელი სისტემის დაავადების, კერძოდ გასტრიტის, კოლიტის, ენტეროკოლიტის დროს. აძლიერებს მადას. ის გამოიყენება ღვიძლის, გულისისხლძარღვთა სისტემის დაავადების დროს. ასევე გამოიყენება, როგორც დამამშვიდებელი საშუალება, ის გზვდება აფთიაქებში ტაბლეტებისა (0,25 გ გულყვითელას ფხვნილი და 0,1 გ ნიკოტინმჟავა) და აგრეთვე სპირტიანი ნაყენის სახით. ნაყენი შეიძლება მოვამზადოთ ოჯახის პირობებში - 20 გ ყვავილის ნედლეული მოვათავსოთ მომინანქრებულ ჭურჭელში, დავასხათ 200 მლ მდუღარე წყალი, რომელიც ვადულოთ 15 წუთის განმავლობაში, 45 წუთის განმავლობაში გავაცივოთ და მიღებული ნაყენი მივიყვანოთ საწყის მოცულობამდე. ნაყენი ინახება მშრალ ადგილას არა უმეტეს 2 დღე-ღამისა. მიიღება თბილი 1-2 სუფრის კოვზი 2-3 ჯერ დღეში კუჭნაწლავის დაავადების დროს. პირის ღრუსა და ყელში გამოსავლებად 1 სუფრის კოვზს უმატებენ 1 ჭიქა მდუღარე წყალს.



Рис. 28. КАЛЕНДУЛА.

გულყვითელა-*Calendula officinalis* L.

გრძელფოთოლა პიტნა

***Mentha longifolia* Y. Huds.**

Мята длиннолистая

1მ-მდე სიმაღლის მრავალწლოვანი მცოცავფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა, ტუჩოსანთა (*Lamiaceae*) ოჯახიდან. 6-10 სმ სიგრძის მოგრძო ლანცეტა ფოთლები საპირისპიროდ არიან განლაგებული, ქვემოთა მხარეს თეთრადაა შებუსული. ვარდისფერი, წვრილი ყვავილები განლაგებულია ღეროსა და ტოტების წვერში და ქმნის ცილინდრულ ყვავილედს, ყვავილის ჯამი მილისებრია, ხოლო გვირგვინი

მაბრისებრი, ნაყოფი კაკლუჭაა. მცენარის ყველა ნაწილს აქვს არომატული სუნი. ყვავილობს ივნის-სექტემბერში, ნაყოფები მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში.

გავრცელებულია მთელი ტყის სარტყელში, გვხვდება მინდვრებში, მდინარეებისა და ნაკადულების ნაპირებთან, ტყის პირებზე.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის მიწისზედა ნაწილი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში. შეგროვილი ნედლეულის შრობა ხდება 25-40°C-ზე საშრობში ან ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ფოთლები შეიცავს 2,5%, ხოლო ყვავილები 4-6%-ს ეთეროვან ზეთებს. ეთეროვანი ზეთების ძირითადი კომპონენტებია: მენტოლი (40-70%), ორგანული მჟავები, კაროტინოიდები და ჰესპერიდინი.

გამოყენება: მცენარისაგან მიღებული მენტოლი შედის კომპლექსური გულ-სისხლძარღვოვანი პრეპარატების – ვალიდოლის, ზელენინის წვეთებისა და სხვათა შემადგენლობაში.

ოჯახურ პირობებში შეიძლება მოვამზადოთ ნაყენი დოზით: 20 გრ ნედლეულს (1 სუფრის კოვზი) უნდა დაასხათ 1 ჭიქა მდულარე წყალი და გააჩეროთ 3 საათი. გაცივების შემდეგ გაწუროთ და მიიღოთ ყავის ჭიქით დღეში 3-ჯერ.



ბრძელფოთოლა პიტნა – *Mentha longifolia* Y. Huds.

ღაბვის კანაფი

***Datisca cannabina* Y**

Датиска Коноплевая

1-1,5 მ-მდე სიმაღლის დატოტვილი მარადმწვანე მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა დათვისკანაფისებრთა (იტისცაცეაე) ოჯახიდან. ფოთლები კენტფრთულია 13სმ სიგრძის, კიდედაკბილული. წვრილი ცალსქესიანი ყვავილები შეკრულია მტევან ყვავილედებად. ყვავილობს ივნის-ივლისში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელებულია მთის შუა სარტყელში, კერძოდ აჭარისწყლის, კინტრიშის, ჩაქვისწყლის ხეობებში. იზრდება ბუჩქნარებში, მდინარეთა ნაპირებზე, ტყეებში.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა ნაწილი, რომელსაც აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ბალახი შეიცავს გლიკოზიდს, ალკალოიდებს, ვიტამინ ჩ-ს, ფლავონოიდებს.

გამოყენება: მცენარის ბალახისაგან მზადდება პრეპარატი დატისკანი, რომელსაც იყენებენ ღვიძლის დაავადებების, კერძოდ ჰეპატიტის დროს.



ღაბივის კანაზი-Datisca cannabina Y

დედოფლისთითა

Veronica officinalis L.

Вероника лекарственная

10-30 სმ-ის სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა შავწამალასებრთა – (Scrophyllariaceae) ოჯახიდან. ფოთლები მოკლემყუნწიანია, ელიფსური ან ფართოკვერცხისებრი, საყვავილე ყუნწები სწორმდგომია. ყვავილები ცისფერია, შედგება 4 ჯამის ფოთოლაკისაგან, 4 გვირგვინის ფურცლისაგან, 2 მტვრიანასა და 1 ბუტკოსაგან. ნაყოფი ორბუდიანი მრავალთესლიანი კოლოფია. მცენარე ყვავილობს გაზაფხულის მეორე ნახევარსა და ზაფხულის დასაწყისში.

გავრცელებულია მთელ ტყის სარტყელში სუბალპებამდე, სადაც იზრდება ტყეებში, ბუჩქნარებში, მდელოებსა და გზების გასწვრივ.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის მიწისზედა ნაწილი.

ქიმიური შემცველობა: გლიკოზიდი აუკუბინი, მწარე ნივთიერებები, ტანინები.

გამოყენება: მცენარე გამოიყენება როგორც შარდმდენი, თირკმლებისა და შარდის ბუშტის კენჭოვანი დაავადებებისა და სილის არსებობის დროს სამკურნალოდ, ნახარში მზადდება შეფარდებით 1 : 10.



დედოფლისთითა-*Veronica officinalis* L.

ღ ი ღ ბ უ ლ ა

Sambucus nigra L.

Бузина черная

10 მ-მდე სიმაღლის ბუჩქი ან დაბალი ხეა (Caprifoliaceae) ოჯახიდან. ღერო – დატოტვილი, მოყვითალო იისფერი ქერქით. ფოთლები მორიგეობითი, კენტფრთართული, შეკრებილია ქოლგა ყვავილედად. ნაყოფი 5-8 მმ დიამეტრის შავი წვნიანი კენკრაა. მცენარე ყვავილობს მაის-ივნისში, ნაყოფი მწიფდება ივნის-აგვისტოში.

გავრცელებულია ტყეებში, ხეობებში, ტყეების ნაპირებზე, გზების გასწვრივ.

სამკურნალო ნედლეულია ყვავილენი და მწიფე ნაყოფები, რომლებიც უნდა გაშრეს 30-35°C-ზე საშრობში, ჩრდილში ან სხვენში.

ქიმიური შემცველობა: დიდგულას ყვავილები და ნაყოფი შეიცავს გლიკოზიდ **სამბუცინს**, (სამბუცინიგრინი) ეთერზეთებს, მთრიმლავ და ლორწოვან ნივთიერებებს, ასკორბინის, ვალერიანის, ძმრის, ვაშლისა და სხვა მჟავებს.

გამოყენება: მედიცინაში დიდგულას პრეპარატები გამოიყენება საინჰალაციოდ, სასუნთქი გზების დაავადების დროს.

მომზადება. 1 ს.კ. გამომშრალ ყვავილებს და ნაყოფებს დაასხით 1 ჭიქა მდულარე წყალი, გააჩერეთ 4 საათი და მიიღეთ ყავის ჭიქით 3-4-ჯერ დღეში ჭამამდე 15 წუთით ადრე.



ღ ო ღ ბ შ ლ ა - *Sambucus nigra L.*

დიდი მრავალპარღვა

Piantago major L.

Подорожник

ორწლიანი ბალახოვანი მცენარეა მრავალპარღვასებრთა (*Piantaginaceae*) ოჯახიდან 50 სმ-მდე სიმაღლის. ფესვთანური ფოთლები ფართო კვერცხისებური, გრძელყუნწიანია, სიგრძით 4-12 სმ. სიგანით 5-10 სმ. რუხი ფერის ყვავილები შეკრებილია მჭიდრო, გრძელთავთავისებურ ყვავილედებად. გვირგვინის ფურცლები გამჭვირვალეა და შეიცავს მურა ფერის პიგმენტს. ნაყოფი კოლოფია 6-8 ან მეტი თესლით, რომელიც იხსნება სახურავით. ყვავილობს მაისიდან აგვისტომდე.

გავრცელებულია მთელ საქართველოში, გვხვდება მდელოებში, მინდვრებზე, გზისპირას, ბაღებში, დანაგვიანებულ ადგილებში, საცხოვრებელი სახლების ახლოს, ტყის ზონაში სუბალპებამდე.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის ფოთოლი, ძირი და მარცვალი. მწვანე ფოთლებს ყუნწის ნაწილთან ერთად აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში. რეცხავენ წყლით, აშრობენ და ათავსებენ თხელ ფენად სუფთა საფენზე მზის პირდაპირი სხივებისაგან დაცულ თბილ შენობაში ან საშრობში. გაშრობის შემდეგ გამუქებულ ფოთლებს აცლიან, ხოლო ვარგის ნედლეულს ინახავენ 2 წლის განმავლობაში.

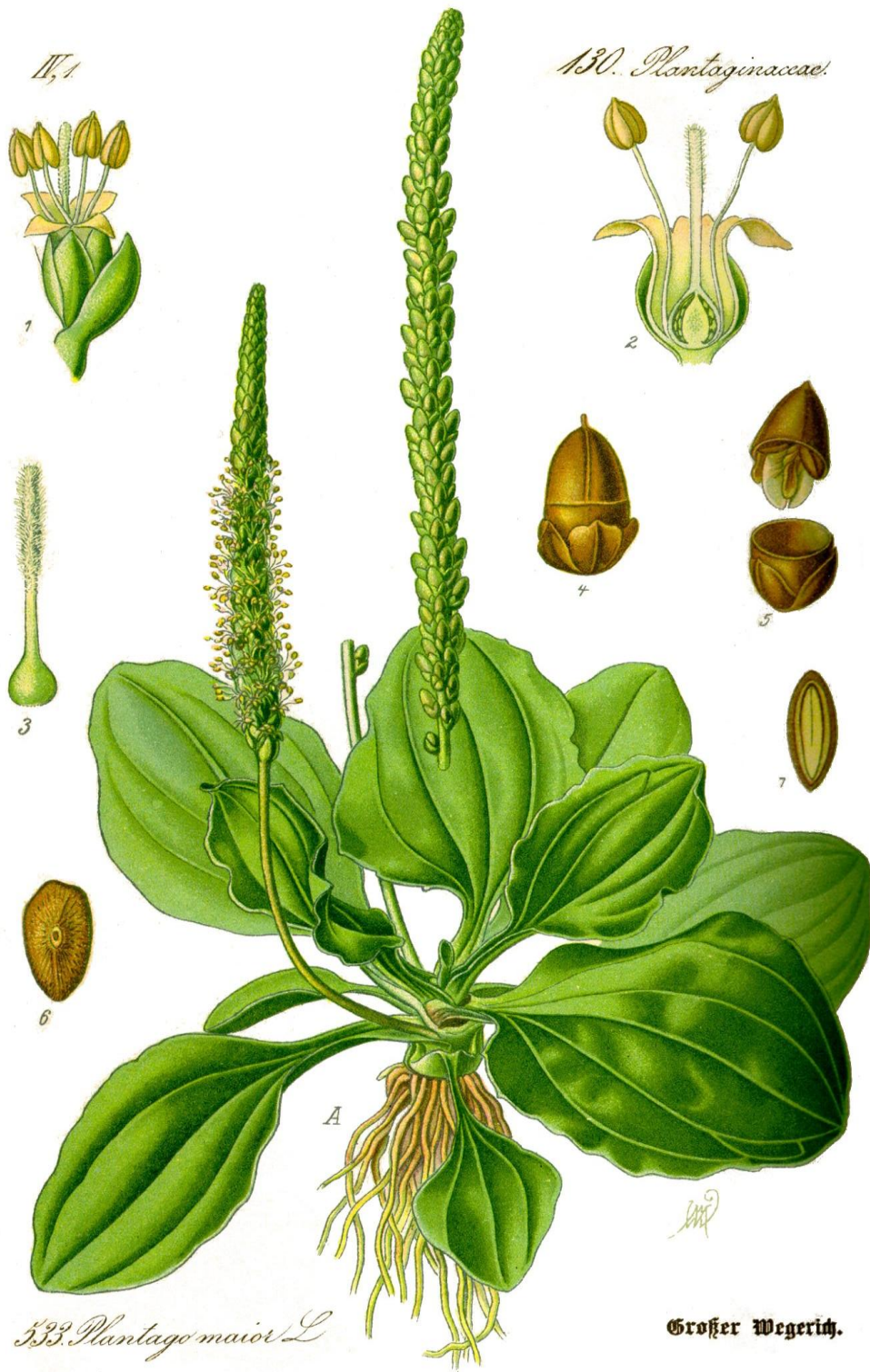
ქიმიური შემცველობა: ფოთოლი შეიცავს პოლისაქარიდებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ორგანულ მჟავებს, ლორწოს, მინერალურ ნივთიერებებს და სხვა.

გამოყენება: ფოთოლს სამეგრელოში, გურიაში, იმერეთში იყენებენ ჩირქგროვის დასამწიფებლად და გამოსადენად, ადებენ ჭრილობებზე შეხორცების დასაჩქარებლად. ქართლში იყენებენ ყურის დაავადების დროს. აჭარაში მრავალპარღვას მარცვალს იყენებენ ხველისა და ბუასილის სამკურნალოდ, ძირს – თიაქარისა და სიცხიანობის დროს. ფოთოლს აშრობენ, ფშვნიან, ატარებენ საცერში და ხარშავენ, ნახარშს იყენებენ კუჭის აშლილობის სამკურნალოდ. ფოთლებით მკურნალობენ წყლულებსა და მუწუკებს. ციების საწინააღმდეგოდ ფოთოლს ნაყავდნენ, ხსნიდნენ 1 ჩაის ჭიქა წყალში და ცოტ-ცოტას ასმევდნენ ავადმყოფს.

ყურის ტკივილის დროს კი კარგად გარეცხილ ფოთოლს ადებდნენ ყურზე და უხვევდნენ თბილი სახვევით.

მეცნიერულ მედიცინაში მრავალძარღვას ფოთლებს იყენებენ ნახველის ამოსაღებად ბრონქიტის, ყივანახველას, ასთმისა და სასუნთქი ორგანოების სხვა დაავადებების დროს, ამ მიზნით გამოიყენება ნაყენი, რომელიც მზადდება შემდეგნაირად: 1 სუფრის კოვზ ფოთოლს დაასხით 1 ჩაის ჭიქა ადუღებული წყალი, გააჩერეთ 15 წუთი და მიიღეთ თითო სუფრის კოვზი 3-4-ჯერ დღეში.

ასეთივე დოზის ნაყენს იყენებენ კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის სხვადასხვა დაავადებების დროს. განსაკუთრებით კარგი ეფექტი აღინიშნება კუჭის წვენის დაბალი მჟავიანობით გამოწვეული დაავადებების, გასტრიტისა და ქრონიკული კოლიტის მკურნალობისას.



დიდი მრავალბარღვა – *Plantago major* L.

დვალურა

Jolygonam carneum C. Kach

Гречишник темно-красный

30-80 სმ-მდე სიმაღლის ფესურიანი, სწორმდგომი, ღეროიანი, ბალახოვანი მცენარეა მატიტელასებრთა (ოლფგოპაცაე) ოჯახიდან. ფოთლები მოგრძო-კვერცხისებურია, ქვემოთა მხრიდან ღია ფერისაა 6-12 სმ სიგრძისა და 2-7 სმ სიგანის. ვარდისფერი წვრილი ყვავილები შეკრებილია თავთავ ყვავილედად. ყვავილობს მაის-აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-ოქტომბერში.

გავრცელებულია უხვად სუბალპურ მდელოებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურა ფესვებით და ფოთლები. ფესურებს ამზადებენ შემოდგომაზე, რეცხავენ, ჭრიან პატარა ნაჭრებად, ხოლო ფოთლებს მთელი ვეგეტაციის პერიოდში.

ქიმიური შემცველობა. ფესურები შეიცავენ 25% მთრიმლავ ნივთიერებებს, 26%-მდე სახამებელს, ვიტამინ ჩ-ს, ფლავონოიდებს.

გამოყენება. ფესურისაგან დამზადებულ პრეპარატებს იყენებენ ნაწლავების მწვავე და ქრონიკული დაავადებების დროს. კერძოდ, კუჭაშლილობისა და კოლიტის სამკურნალოდ. ასევე გამოიყენება საშვილოსნოდან და სხვა შინაგანი ორგანოებიდან სისხლდენის შესაჩერებლად, ღრძილების ანთების დროს, ჩირქოვან მუწუკებზე დასაფენად. ფოთლებს იყენებენ საკვებადაც.

ოჯახურ პირობებში შეიძლება მომზადდეს ფესურებისაგან ნახარში. ნაყენის მოსამზადებლად 1 ს.კ. დაქუცმაცებულ ნედლეულს უნდა დაასხათ 1 ჩ.ჭ. მდუღარე წყალი, ადუღოთ 15 წუთი, გაწუროთ, გააციოთ და მიიღოთ ყავის ჭიქით 3-ჯერ დღეში.



დვალურა-Jolygonam carneum C. Kach

ევკალიპტი

Eucalyptus globulus Labill - მრგვალფოთოლა ევკალიპტი-Эвкалипт широколистный

E. cinerea F Muell – ცისფერი ევკალიპტი- Эвкалипт пепльный

E. viminalis Labill – მანანის ევკალიპტი Эвкалипт прцтовилный

50 მ-მდე სიმაღლის მარადმწვანე ხეა მირტისებრთა (Myrtaceae) ოჯახიდან, გლუვი ღია ნარინჯისფერი ქერქით, რომელიც მერქანს სცილდება ზოლებად. მცენარეს ახასიათებს ნაირფოთლიანობა ანუ ჰეტეროფილია. ახალგაზრდა ტოტებზე ფოთლები პირისპირ არის განლაგებული, ისინი რბილია და ყუნწიანი, ხოლო ხნიერ ტოტებზე ფოთოლთგანლაგება მორიგეობითია, ისინი წაგრძელებული, ყუნწიანი და უხეშია. ყვავილები ერთეულია და მჯდომარე ლამბაქისებრი ჯამით და მრავალრიცხოვანი მტვრიანით. ნაყოფი კოლოფია. მცენარე ყვავილობს ოქტომბერ-ნოემბერში, ნაყოფი მწიფდება 1 წლის შემდეგ.

გავრცელებულია მცენარის სამშობლოა ავსტრალია, საქართველოში შემოტანილია 1867 წელს. იგი სწრაფმზარდი ხეა, აორთქლებს დიდი რაოდენობით წყალს (დღე-ღამეში 10 ლ-ს) ამიტომ იყენებენ ჭაობიან ადგილების ამოსაშრობად.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები, რომელიც შეიძლება შეგროვდეს წლის ნებისმიერ დროს, სასურველია შემოდგომა-ზამთარში. ფოთოლს აქვს არომატული სუნი და მწარე გემო. ისინი უნდა გაშრეს დაბალ ტემპერატურაზე, არა უმეტეს 30°C-ზე ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ევკალიპტის ფოთლები შეიცავს ეთერზეთების 2,5%-ს, რომლის ძირითადი კომპონენტია ცინეოლი – 60%.

გამოყენება: ევკალიპტისაგან მიღებული ეთეროვანი ზეთები გამოიყენება როგორც ბაქტერიციდული საშუალება სასუნთქი გზების დაავადების დროს – კერძოდ, ხველების, ბრონქიტის და ფილტვის განგრენის დროს. ასევე ღრძილების ანთების და ანგინის დროს.

ფოთლებისაგან მზადდება ნახარში – 1 ს.კ. დაქუცმაცებულ ფოთოლს უნდა დაასხათ 1 ჩ.ჭ. მდულარე წყალი, ადუღეთ 10-15 წუთი, გააცივოთ და მიიღოთ 1 ს.კ. 4-5-ჯერ დღეში ხახის ინჰალაციისათვის და გამოსავლებად ნაყენი განაზავეთ წყლით 1 ს.კ. – 1 ჭიქა წყალთან.



ევკალიპტი

Eucalyptus globulus Labill - მრგვალფოთოლა ევკალიპტი

E. cinerea F Muell – ცისფერი ევკალიპტი

E. viminalis Labill – მანანის ევკალიპტი

ეწრის გვიძრა

Pteridium tauricum (presl) U. Krecz.

Орляк

50 – 150 სმ. სიმაღლის მხოხავფესურიანი მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა კილამურასებრთა Polypodiaceae ოჯახიდან. ფესურიდან ვითარდება გრძელყუნწიანი, ორჯერ ან სამჯერ ფრთისებრთული ფოთლები, რომელთა ქვედა მხარეს ვითარდება სპორანგიუმები.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. იზრდება ტყის ნაპირას, ტყეკაფებზე, ტყეებში, მინდვრებში, ჩაის პლანტაციებში, ციტრუსოვანთა ბაღებში და სხვა.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურები და ფესვები, რომელთაც აგროვებენ ადრე გაზაფხულზე, რეცხავენ, ჭრიან 2-3 მმ. ზომის ნაჭრებად და აშრობენ ჯერ ჰაერზე, შემდეგ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ფესურები და ფესვები შეიცავენ ეთეროვან ზეთებს, ნახშირწყლებს, მწარე ნივთიერებებს, საპონინებს.

გამოყენება. მედიცინაში იყენებენ ჩირქოვანი მუწუკებისა და ეგზემური წყლულების სამკურნალოდ. ამზადებენ მალამოს სხვა მცენარეებთან შერევით.

ოჯახურ პირობებში მალამოს მოსამზადებლად ფესვ-ფესურებს ფხვნიან, ავლებენ ადუღებულ წყალს, ხარშავენ რძეში და ურევენ ღორის ქონს, მიიღება ჟანგისფერი ბლანტი სითხე.

ფესვებსა და ფესურებს იყენებენ ორგანიზმიდან სოლიტერის გამოსადევნადაც, მაგრამ მისი ემედიოუნარიანობა შედარებით სუსტია, ვიდრე სხვა პრეპარატებისა.



ეწრის გვიმრა-*Pteridium tauricum* (presl) U. Krecz.

ვარდისფერი კატარანთუსი

***Catharunthus roseus* (Y) G. Don.**

Катаракту с розовый

30-60 სმ სიმაღლის სწორმდგომი ან გართხმული მრავალწლიანი მარადმწვანე ნახევრადბუჩქაა, ქენდირისებრთა (პოცყნაცეაე) ოჯახიდან. მისი სამშობლო ინდონეზია და კუნძული იავაა. აჭარის სამკურნალო მცენარეთა საკვლევ სადგურში მოჰყავთ როგორც ერთწლიანი კულტურა. მისი ღერო ცილინდრულია, შიშველი, ფოთლები ბრწყინავია, მოკლევუნწიანი, მოპირისპირედ განლაგებული 8სმ სიგრძის და 3,5 სმ სიგანის. ყვავილები თეთრი ან ვარდისფერია. ნაყოფი მუქი

ყავისფერი ფოთლურაა, ფოთლები შავი ფერისაა და მოგრძო. ყვავილობს მაის-ივნისში, ნაყოფი მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი, რომელსაც აგროვებენ მთელ ვეგეტაციის განმავლობაში, ამრობენ ჩრდილში 40-60⁰ –ზე.

ქიმიური შემცველობა. მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ალკალოიდებს.

გამოყენება. ვარდისფერი კატრანთუსის ბალახი გამოიყენება ავთვისებიანი დაავადების სამკურნალოდ.



ვარდისფერი კატრანთუსი – *Catharanthus roseus* (Y) G. Don

ვარდკაჭაჭა

Cichorium intybus L.

Цикирий интибский

ორწლიანი და მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა რთულყვავილოვანთა (Compositae) ოჯახიდან, რომელიც ყველა ვეგეტატიურ ორგანოში შეიცავს რძიან წვენს, აქვს ღერძულა ფესვი და 1,5 მ. სიმაღლის დატოტვილი სწორმდგომი ღერო

კენწეროში რამდენადმე გამსხვილებული ტოტებით, ფესვთანა ფოთლები იშვიათადაა მთლიანი, გვერდებდაკბილული და ფუძესთან დავიწროებულია. ღეროზე აქვს პატარა ზომის ლანცეტური, მჯდომარე ფოთლები. ყვავილები შეკრებილია 3-4 სმ. დიამეტრის მრავალრიცხოვან კალათებად, რომელიც განლაგებულია ზედა და შუა ფოთლების უბეებში. ყველა ყვავილი ენიანია, ე.ი. ფურცლები მასში ხუთკბილა ფირფიტად არის შეზრდილი, ცისფრად შეფერილი, ორსქესიანი, ნაყოფი 2-3 მმ. სიგრძის, პატარა ქოჩრიანი წაგრძელებული თესლებია. ყვავილობს და ნაყოფიერებს ივნისიდან გვიან შემოდგომამდე. ხარობს მდელოებზე, მდინარის ველებზე, დასახლებულ პუნქტებში, გზის პირას.

ქიმიური შემცველობა: ვარდკაჭკაჭა ძალზე მდიდარია ინულინით (60%-მდე), შეიცავს ასევე გლიკოზიდ ინტიბინს, პექტინს, ქოლინს, ცილებს, ცხიმებს, ფისებს. რძის წვენი აღმოჩენილია მწარე ნივთიერება ლაქტუცინი, ყვავილებში – გლიკოზიდი ციკორინი.

სამკურნალო ნედლეულია ვარდკაჭკაჭას ფესვები და მიწის ზედა ნაწილი (ბალახი), ბალახს ამზადებენ ივნის-აგვისტოში და იქვე ამრობენ მზეზე, ფესვებს ამზადებენ სექტემბერ-ოქტომბერში ან ადრე გაზაფხულზე, ამრობენ საშრობში ან ღუმელში. ფესვებიდან შეიძლება მივიღოთ ფრუქტოზა და სპირტი, ამისათვის ნაჭრებად დაჭრილ ფესვებს ხალავენ და შემდეგ ფხვნილად ფქვავენ, მოხალვისას ინულინი და ფრუქტოზა კარამელიზდება და სასმელის მუქ შეფერილობას განაპირობებს. ნაზი და გემრიელი მწვანლის მისაღებად სპეციალურად მოჰყავთ ვარდკაჭკაჭას სასალათე ჯიშები., რომელთაც მსუბუქი ჰიპოგლიკემიური მოქმედება აქვთ და ამიტომ იყენებენ დიაბეტით დაავადებულთა საკვებად.

გამოყენება: ვარდკაჭკაჭას პრეპარატებს იყენებენ მადის აღსამკვრელად, კუჭნაწლავის მოქმედების გასაუმჯობესებლად, განსაკუთრებით გასტრიტის, კოლიტის, ენტერიტის დროს. ნაყენს ამზადებენ 2 ჩაის კოვზი დაქუცმაცებული ფესვებისა და 1 ჩაის ჭიქა ადუღებული წყლისაგან, აციებენ და ღებულობენ 1/3-1/2 ჭიქას ჭამის წინ. ნახარშის მისაღებად 1 ჩაის კოვზ ფესვს უნდა დაასხათ 1 ჭიქა ადუღებული წყალი და ადუღოთ 30 წუთი, გაწუროთ და მიიღოთ ისევე, როგორც ნაყენი. რამდენადაც ნაყენსა და ნახარშს აქვს ნალველმდენი და შარდმდენი მოქმედება, მას იყენებენ ღვიძლის, ნალვლის ბუშტისა და თირკმლების დაავადების დროს.

ვარდკაჭკაჭას მიიჩნევენ “სისხლგამწმენდ” და ნივთიერებათა ცვლის გამაუმჯობესებელ საშუალებად, ამიტომ ნაყენს უნიშნავენ კანის დაავადებების, კანის გამონაყარის, ფერიმჭამელებისა და ფურუნკულოზის დროს. უფრო ძლიერ ნაყენს ან ნახარშს იყენებენ გარეგანად, ჩამოსაბანად და საფენების სახით ჩირქოვანი ჭრილობების, წყლულების, ეგზემის სამკურნალოდ. კავკასიაში ჭრილობის შემახორცებლად ზოგჯერ იყენებენ ფისისმაგვარ მასას, რომელსაც ღებულობენ ღეროების გაცხელებით.



ვარდკაჭკაჭა-Cichorium intybus L.

ჰირისტერვა

Tussilago farfara L.

Мать – и – мачеха

მრავალწლიანი, მცოცავ ფესურიანი, ბალახოვანი მცენარეა 15 სმ-მდე სიმაღლის რთულყვავილოვანთა (Asteraceae) ოჯახიდან. ფოთლები მომრგვალო-

თირკმლისებრია, გრძელყუნწიანი, შეკრებილია ფესვის ყელთან. ისინი ზემოთა მხრიდან შეუბუსავია, ქვემოდან კი ქერისებრი ბუსუსების არსებობის გამო თეთრი ფერისაა. საყვავილე ღერო სწორმდგომია, პატარა ქერქლისებრი ფოთლებით. ყვავილები ყვითელია, შეკრებილია კალათა ყვავილედად. კალათის ცენტრში მოთავსებულია მილისებრი ყვავილები, განაპირას კი ენისებრი. ნაყოფი თესლურაა, საფრენი აპარატით. მცენარე ყვავილობს ადრე გაზაფხულზე თებერვალ-მარტში ფოთლების განვითარებამდე, ნაყოფები მწიფდება აპრილ-მაისში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. გვხვდება ღორღიან ადგილებზე, მდინარეებთან, გზის პირების ნაშალზე, ფერდობებზე ხშირად ქმნის რაყებს.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა ნაწილი. ყვავილებს აგროვებენ მარტში საყვავილე ღეროსთან ერთად. ფოთლებს მაის-ივნისში, შეგროვება ხდება მშრალ ამინდში. შეგროვებული ნედლეული შრება 50-60°C t-ზე საშრობში ან ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ფოთლები და ყვავილები შეიცავს 7-8% ლორწოვან ნივთიერებებს, მწარე გლიკოზიდებს, ინულინს, საპონინებს, კუმარინს, ეთერზეთებს და სხვას.

გამოყენება: ვირისტერფა უძველესი სამკურნალო საშუალებაა. ჯერ კიდევ პლინიუსი და ჰიპოკრატე იყენებდნენ მას ფილტვების დაავადების დროს ამოსახველებელ საშუალებად. დღეისათვის მცენარე წარმოადგენს ამოსახველებელ, დამარბილებელ და ანთების საწინააღმდეგო საშუალებას ბრონქიტის, ლარინგიტის და ფილტვის აბსცესის დროს. იყენებენ ფოთლის ნაყენს, რომელიც მზადდება შემდეგი დოზით: 1 ს.კ. გამხმარ და დაქუცმაცებულ მცენარეს უნდა დაასხათ 1 ჩ.ჭ ადუღებული წყალი, გააჩეროთ 4 საათი და მიიღოთ დღეში 3-ჯერ.



ჰორისტიმრზა - Tussilago farfara L.

თ ა ვ შ ა ვ ა

Origanum vulgare L.

Душица обыкновенная

30-80 სმ სიმაღლის ჰორიზონტალურფესურიანი მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა ტუჩოსანთა (Lamiaceae) ოჯახიდან. ღერო მოწითალოა, ძირიდანვე დატოტვილი, მასზე განლაგებულია მოგრძო კვერცხისებრი ყუნწიანი ფოთლები. ღეროც და ფოთლებიც სუსტად არის შებუსული. ყვავილები ღია ვარდისფერი ან წითელია და ქმნიან თავთავ ყვავილედს, რომლებიც თავის მხრივ შეკრებილია მრავალყვავილიან ფარისებრ ყვავილედად. ყვავილში 5 ჯამის ფოთოლაკია,

ორტუჩიანი გვირგვინი, 4 მტვრიანა და 1 ბუტკო. ნაყოფი მრგვალი კვერცხისებრი კაკალია. მთელ მცენარეს აქვს არომატული სუნი. ყვავილობს ივლის-სექტემბერში, ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა ფერდობებიდან სუბალპებამდე. ტყისპირებზე, ტყეებში, ბუჩქნარებში, მინდვრებში.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის მიწისზედა ნაწილი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის დროს. ნედლეულს ამრობენ ჩრდილში, სხვენში, სარდაფში. ინახავენ მშრალ შენობაში. შენახვის ვადაა 2 წელი.

ქიმიური შემცველობა. ფოთლები და ყვავილები შეიცავენ 0,12-1,2% ეთეროვან ზეთებს, სპირტებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ვიტამინ C-ს, ყვავილებში 166მგ%-ს, ხოლო ფოთლებში – 565 მგ/%.

გამოყენება: თავშავას პრეპარატები დამამშვიდებელ მოქმედებას ახდენს ცენტრალურ ნერვულ სისტემაზე, არეგულირებს ძილს, წნევას, აუმჯობესებს მადას. აჭარის ხალხურ მედიცინაში ამ მცენარეს იცნობენ „ისხანი ბალახის“ სახელწოდებით.

მცენარისაგან მზადდება ნაყენი, სპირტიანი გამონაწვლილი და ნახარში.

ოჯახურ პირობებში შეიძლება მოვამზადოთ ნაყენი: 2 ჩ.კ. დაქუცმაცებულ ნედლეულს უნდა დაასხათ 1 ჩ.ჭ. მდუღარე წყალი, გააჩეროთ 3 საათი, გაწუროთ და მიიღოთ 1 ს.კ. 3-4-ჯერ დღეში.



თ ა ვ შ ა ვ ა – *Origanum vulgare* L.

თეთრყვავილა ვორონოვი

Galanthus Woronowii

Подснежник Воронови

7-15 სმ. სიმაღლის მრავალწლიანი ადრე გაზაფხულზე მოყვავილე ბოლქვიანი ბალახოვანი მცენარეა ნარგიზისებრთა (*Amarylidaceae*) ოჯახიდან. ბოლქვისაგან ვითარდება 20-25 სმ. სიგრძის 2 ხაზური ფოთოლი და ამავე სიგრძის საყვავილე ყუნწი, რომელიც ბოლოვდება ერთი თავჩაქინდრული თეთრი ყვავილით. გვირგვინის ფურცელი 6-ია განლაგებულია 2 წრედ, შიგნითა წრის გვირგვინი უფრო მოკლეა, ვიდრე გარეთა, მტრვიანა 6, ბუტკო 1, ნაყოფი კოლოფია. ყვავილობს თებერვალ-მარტში, ნაყოფი მწიფდება აპრილ-მასიში.

გავრცელებულია ზღვისპირა ბორცვებიდან ტყის შუა სარტყლამდე 1000 – 1200 მ. ზღვის დონიდან. იზრდება გორაკ-ბორცვებზე, ფერდობებზე, ტერასებზე, ტყის პირას, ხეობებში.

სამკურნალო ნედლეულია ბოლქვი, რომელსაც ამზადებენ ზაფხულში ან შემოდგომაზე მცენარის მიწისზედა ნაწილის ჩახმობის შემდეგ. ნედლეულს ამრობენ სათბურებში 50-60 –ზე.

ქიმიური შემცველობა: ბოლქვი შეიცავს ალკალოიდებს, მათ შორის მნიშვნელოვანია გალანთამინი, რომლის შემცველობა 0,07 – 0,15%-ია.

გამოყენება. თეთრყვავილას ბოლქვებისაგან მზადდება პრეპარატი გალანთამინ ბომიდი, რომელიც გამოიყენება დამბლის შემდეგ ნარჩენი მოვლენების სამკურნალოდ, მიასთენიისა და მიოპათიის დროს, ასევე შარდის ბუშტისა და ნაწლავების ატონიის დროს.



თეთრყვავილა ვორონოვი-Galanthus Woronowii

თირკმლის ჩაი

Orthosiphon stamineus Benth.

Почечный чай

მრავალწლიანი მარადმწვანე ბალახოვანი ან ნახევრად ბუჩქოვანი მცენარეა ტუჩოსანთა (Abiatae) ოჯახიდან. თირკმლის ჩაის სამშობლო ტროპიკული სამხრეთ-აღმოსავლეთი აზიაა, განსაკუთრებით ფართოდ განსაკუთრებით ფართოდაა გავრცელებული ინდონეზიაში.

თირკმლის ჩაი, როგორც სამკურნალო საშუალება ცნობილია დიდი ხანია, მაგრამ ევროპულ მედიცინაში ფეხი მოიკიდა მე-20 საუკუნის 20-იანი წლებიდან, კერძოდ, მას შემდეგ რაც კუნძულ იავაზე მისი საშუალებით თირკმლების დაავადებისაგან განიკურნა მდიდარი ჰოლანდიელი პლანტატორი.

საქართველოში თირკმლის ჩაის კულტურა პირველად გაშენებული იქნა სოხუმში 1939 წ. შემდგომში 1951 წ. ქობულეთში გაშენდა თირკმლის ჩაის დიდი პლანტაციები.

ახასიათებს 70 სმ-მდე სიმაღლის დატოტვილი ოთხწახნაგოვანი ღერო, მოპირდაპირედ განლაგებული რომბული ფორმის ფოთლები. ყუნწი და ძარღვები, შედარებით ძველი ფოთლები ხშირად იისფერი შეფერილობისაა. ყვავილები მოთავსებულია ღეროს წვერზე და ქმნიან მტევნისებურ ყვავილედს. ყვავილები ორტუჩიანი, მკრთალი იისფერი შეფერილობისაა, მტვრიანა 4, საგრძნობლად გრძელი ყვავილის გვირგვინზე, მუქი იისფერი მტვრიანებით.

დაბალი ყინვაგამძლეობის გამო თირკმლის ჩაი მოჰყავთ, როგორც ერთწლოვანი კულტურა. ამრავლებენ მწვანე კალმებით და სადედედ ზამთრობით სათბურში ინახავენ, გაზაფხულზე (მაისში) კი ახდენენ მის გადარგვას. მოსავალს იღებენ ზაფხულის განმავლობაში 5-6-ჯერ.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები და ფოთლებიანი ყლორტების წვეროები (დუყები). შეგროვებულ დუყებს 24-30 სთ-ის განმავლობაში აფენენ ჩრდილში სქელ შრედ, ამ დროს ხდება ფოთლების ფერმენტაცია, რის შემდეგაც დუყებს აშრობენ ჰაერზე ან საშრობებში 30-35 C.

ქიმიური შემცველობა: თირკმლის ჩაის ფოთლები (დუყები) შეიცავენ ტრიტერპენულ საპონინებს, ალკალოიდებს, ორგანულ მჟავებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფოტოსტერინებს, გლიკოზიდ ორთოსიფონინს, ეთეროვან და ცხიმოვან მჟავებს.

გამოყენება: თირკმლის ჩაის აქვს ძლიერი შარდმდენი მოქმედება, შარდმდენი ეფექტი განისაზღვრება ორგანიზმიდან შარდოვანას, შარდმჟავასა და ქლორიდების

გამოდევნით. გამოიყენება თირკმლის სხვადასხვა დაავადებების დროს, განსაკუთრებით თირკმლის კენჭოვანი დაავადების, ნიკრისის ქარის, რევმატიზმის, შაქრიანი დიაბეტის, საჭმლის მომწელებელი სისტემის და გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებათა დროს.

თირკმლის ჩაის ღებულობენ წყლიანი ნაყენის სახით. ნაყენი მზადდება შემდეგნაირად: 1 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ჩაის უნდა დაასხათ 1 ჩაის ჭიქა ადუღებულ წყალი და მიიღოთ დღეში 2-ჯერ ჭამამდე 30 წუთით ადრე ჩაის ჭიქის 1/2 .

თირკმლის ჩაი ძალიან ჰიგროსკოპულია, რის გამოც უნდა შეინახოს მშრალ ადგილას მინის ან ლითონის ქილებში.



თირკმლის ჩაი-*Orthosiphon stamineus* Benth

თუთუბო

Rhus coriaria Y

Сумах дубальный

1-3 მ სიმაღლის შებუსული ბუჩქია თუთუბოსებრთა (ნაცარდიაცაე) ოჯახიდან. ფოთლები კენტი ფრთართულია, შედგება 9-15 ფოთოლაკისაგან, სიგრძით 4-6 სმ და სიგანით 2,5 სმ თეთრი ყვავილები შეკრებილია ყვავილედებად. ნაყოფი მურა წითელი, წვრილი, კურკიანია. ყვავილობს ივნის-ივლისში, ნაყოფი მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გავრცელებულია ქვედა და შუა სარტყელში 1000-1200 მ-მდე აჭარისწყლის ხეობის ფიჭვნარ და წიფლნარ ტყეებში.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები, ტოტები, რომლებსაც ამზადებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში.

ქიმიური შემცველობა. ფოთოლი შეიცავს 33% ტანინებს, აგრეთვე ფლავონოიდებს.

გამოყენება. მედიცინაში თუთუბოს ფოთლებისაგან მიღებულ ტანინებს აქვთ მადენზიფიცირებელი მოქმედება, ამიტომ გამოიყენება სისხლიანი ფაღარათიანობის, კოლიტის, წყლულების სამკურნალოდ, აგრეთვე დამწვრობის, ჩირქოვანი ჭრილობების დროს.



თუთუბო – *Rhus coriaria* Y

იაპონური მუშმულა

Eriobotria jaoinica L.

Мушмула японская

10-15 მ. სიმაღლის მარადმწვანე ხემცენარეა ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომი, დატოტვილი, ვარჯი პირამიდული, სფეროსებრი, ფოთლები ტყავისებური ზედა მხარე მუქი მწვანე, ქვედა ღია ფერის შებუსული, განალგებულია მორიგეობით. თეთრი ფერის ყვავილები შეკრებილია ყლორტების ბოლოებზე მტევნისებურ ყვავილედებად. ნაყოფი, კენკრაა მოყვითალო ფერის. ყვავის ოქტომბერ-დეკემბერში, ნაყოფები მწიფდება მაის-ივნისში.

გავრცელებულია ზღვისპირა სუბტროპიკულ ზოლში. მცენარე შემოტანილია საქართველოში ევროპიდან მე-19 სკნ-ის ბოლოს.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლი, რომელსაც აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის მანძილზე, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ფოთლი შეიცავს ვიტამინ C, ეთერზეთებს, საპონინებს, ნახშირწყლებს.

გამოყენება. მცენარის ფოთლები გამოიყენება შაქრიანი დიაბეტის სამკურნალოდ, ამ მიზნით 20 გრ. გამომშრალ ფოთლებს ასხამენ 1 ლ. ცივ წყალს და ადუღებენ 20 წუთის განმავლობაში ნელ ცეცხლზე. მიღებულ ნახარშს ღებულობენ ყავის ჭიქით დღეში 3-ჯერ.



იაპონური მუშმულა-*Eriobotria jaoinica L.*

კავკასიური ბელადონა

Atropa balladona Kreyar

Белладонна Кавказская

1,5 მ სიმაღლის მრავალწლიანი მსხვილი დატოტვილი, მსხვილფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ძალყურძენასებრთა (შოლანაცეაე) ოჯახიდან. ფოთლები ყუნწიანი, კიდებიანი და ელიფსურია, 20 სმ სიგრძის და 10-12 სმ სიგანის. ყვავილები მორუხო-იისფერია, ფუძესთან ყვითელი. ნაყოფი შავი წვნიანი კენკრაა მრავალი თესლით. ყვავილობს ივნისიდან შემოდგომამდე, ნაყოფი მწიფდება ივლის-ოქტომბერში.

გავრცელებულია მთელი ტყის სარტყელში, იზრდება ტყის პირას, ბუჩქნარებში, გზების გაყოლებით, გვხვდება ხალაში, ჩაქვისთავში, მტირალაზე, ხულოში, ნაღვარევში და სხვაგან.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები და ფესვები. აშრობენ სწრაფად 40⁰-ზე.

ქიმიური შემცველობა. მცენარის ყველა ნაწილი შხამიანია. ფოთოლი შეიცავს 1% ალკალოიდებს, ფესვები 0,9%-ს.

გამოყენება. სამედიცინო პრეპარატებში გამოიყენება როგორც სპაზმების საწინააღმდეგო საშუალება, ასევე როგორც ტკივილგამაყუჩებელი საშუალება.



კავკასიური ბელადონა – *Atropa belladonna* Kreyer

კავკასიური სოჭი

***Abies nordmanniana* (Stev.) Spach**

Пихть Нордманна

40 მ-მდე სიმაღლის პირამიდულ ვარჯიანი მარადმწვანე ხეა ფიჭვისებრთა (ინაცეაე) ოჯახიდან. მოყავისფრო ტოტებზე ორრიგად არის განლაგებული ხაზური წიწვები, რომლებთანაც ქვემოთა მხარეს ორი თეთრი ზოლი აქვთ განვითარებული. მდედრობითი გირჩები აღმამდგომია და გასული წლის ყლორტების კენწეროებზე სხედან, ხოლო მამრობითი გირჩი თავმოყრილია წიწვების იღლიებში. თესლი მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში. მცენარე 500 წელიწადს ცოცხლობს

გავრცელებულია მთის შუა ზედა სარტყელში. იზრდება აჭარისწყლისა და მისი შენაკადების ხეობებში, სოჭნარ-ნაძვნარ და სოჭნარ-წიფლნარ ტყეებში.

სამკურნალო ნედლეულია წიწვები, ქერქი და კვირტები, რომელთაც აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში, აშრობენ 40-45⁰-ზე ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ფისებს, ეთერზეთებს, ციანიდინებს და ვიტამინებს, განსაკუთრებით ვიტამინ ჩ-ს.

გამოყენება: სოჭის ფისისაგან მიიღება „სოჭის მალამო“, რომელიც მედიცინაში გამოიყენება ჭრილობების შეხორცების მასტიმულირებელ საშუალებად. კვირტებისა და წიწვების ნაყენს იყენებენ ღრძილებიდან სისხლდენის დროს. მზადდება ნაყენი, რისთვისაც 3 ს.კ. წიწვებს ან კვირტებს ასხამენ 1ლ ადუღებულ წყალს, აჩერებენ 12 სთ-ის განმავლობაში და ივლებენ პირის ღრუში 0,5 ჩაის ჭიქით დილით და საღამოთი.

კავკასიური შროშანა

Corvalleria majalis ssp transcaucasica L.

Ландыш закавказский

10-20 სმ სიმაღლის მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა შროშანისებრთა (Liliaceae) ოჯახიდან. გააჩნია ჰორიზონტალური, დატოტვილი ფესურა, საიდანაც ამოდის ორი ფესვთანური კიდემთლიანი შიშველი, პარალელურძარღვიანი, ელიფსური ფოთოლი. ფოთლებს შორის ვითარდება საყვავილე ღერო, რომელიც ბოლოვდება ერთ მხარეს მიმართული სურნელოვანი თეთრი, პატარა ბურთისებრ-ზარისებრი ყვავილებით. ნაყოფი წითელ-ნარინჯისფერი მრგვალი კენკრაა.

გავრცელებულია მთის ქვედა სარტყლის ბუჩქნარებსა და ტყის პირებზე. გვხვდება მახუნცეთში, მწვანე კონცხზე, ციხისძირში.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის მიწისზედა ნაწილი – ფოთლები და ყვავილები, რომლებსაც აშრობენ შეგროვებისთანავე საშრობში ან სარდაფში, მას არ უნდა მოხვდეს მზის სხივები რადგან მზეზე ხდება საგულე გლიკოზიდების დაშლა.

ქიმიური შემცველობა: მცენარის მიწისზედა ნაწილები შეიცავს საგულე გლიკოზიდებს - კარდენოლიდებს. კერძოდ, 20-მდე სახის დიგიტალინო-სტროფანტინის გლიკოზიდებს, აგრეთვე ფლავონოიდებს და კუმარინებს.

გამოყენება: შროშანისაგან მიღებული პრეპარატები ცნობილია საგულე მოქმედებით. ისინი გამოიყენებიან მწვავე და ქრონიკული გულის უკმარისობის,

გულის მანკის, ასევე კარდიოსკლეროზისა და გულის ნევროზის დროს. მისგან მზადდება პრეპარატები: კონვალატოქინი-ამპულებში, ჰალენური პრეპარატები, კორგლიკონი-ამპულებში. ფოთლების ნაყენი, მშრალი ექსტრაქტები და კონცენტრატები შედიან კომპლექსური საგულე საშუალებების შედგენილობაში. გარდა კარდიოლოგიური აქტივობისა, ავლენს ცენტრალური ნერვული სისტემის დამამშვიდებელ მოქმედებას.

ოჯახურ პირობებში შეიძლება მომზადდეს ნაყენი: 2 გრ. ნედლეულს უნდა დაასხათ 1 ჩ.ჭ. მდუღარე წყალი, გააჩეროთ 1 სთ.-ის განმავლობაში და მიიღოთ 3-ჯერ დღეში ჩაის კოვზით.

კავკასიური ცაცხვი

Tilia caucasica Mill

Липа Кавказская

20-40 მეტრის სიმაღლის ხე-მცენარეა ცაცხვისებრთა (Tiliaceae) ოჯახიდან, რომელიც ცოცხლობს 300-400 წელზე მეტს. 30 მ. სიმაღლის ხეა, გულისებური, წვრილად დაკბილული ფოთლებით, სურნელოვანი ყვავილებითა და კაკალი ნაყოფით. ყვავილები მოთეთრო-მოყვითალოა, შეკრებილია ფარისებრ ყვავილედებად. ყვავილობს 20 წლის ასაკიდან ივნისის ბოლოს ან ივლისის დასაწყისში, ყვავილობა გრძელდება 10-15 დღე.

გავრცელებულია კავკასიასა და დასავლეთ ციმბირში.

ქიმიური შემცველობა: ყვავილეთი შეიცავს: გლიკოზიდ-ტილიციანს, ფლავონურ გლიკოზიდს- ჰესპერიდინს, ეთერზეთებს, მწარე და მთრიმლავ ნივთიერებებს, საპონინს, ასკორბინის მჟავას, კაროტინს, შაქარს, ცვილს, ვიტამინ C. ფოთოლი შეიცავს: კაროტინს, ასკორბინის მჟავას (131,5 მგ. %), გლიკოზიდ ტილიციანს. ყვავილები შეიცავს ასკორბინის მჟავას (31,6 მგ. %).

ცაცხვის ყვავილის ნაყენი ხასიათდება ოფლმდენი, სიცხის დამწევი, ბაქტერიოციდული მოქმედებით. ბულგარულ მეცნიერთა მონაცემებით მას ახასიათებს დიურეზული, სუსტი სპაზმოლიტიკური და სეკრეტორული მოქმედება.

გამოყენება: მედიცინაში გამოიყენება ცაცხვის ყვავილის ნახარში გაცივების დროს, როგორც შარდმდენი საშუალება, პირის ღრუს ანთებისა და ანგინის შემთხვევაში იყენებენ სავლებად. ყვავილის ნახარშს გერმანიაში XV საუკუნეში იყენებდნენ ნაწლავის ანთებითი პროცესის, კუჭის აშლილობისა და მოწამვლის დროს. პოლონეთში ყვავილის ნახარში გამოიყენება სასუნთქი გზების დაავადების, რევმატიზმის, ნევრალგიის, ანგინის, თავის ტკივილისა და თმის ცვენის დროს. რუსული ხალხური მედიცინა ცაცხვის ჩაის იყენებს როგორც ოფლმდენ, ამოსახველებელ, ტკივილგამაყუჩებელ და შარდმდენ საშუალებას.

ყვავილების ნახარშის მომზადება: 1 სუფრის კოვზ გამხმარ ყვავილს დავასხათ 1 ჩაის ჭიქა წყალი, ვადულოთ 10 წთ. ნელ ცეცხლზე, გავაცივოთ და მივიღოთ ძილის წინ თბილი სახით.



კავკასიური ცაცხვი-Tilia caucasica Mill

კავკასიური ხარისძირა

Helleborus caucasicus A. Br.

Морозник кавказский

30-50 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი მარადმწვანე ბალახოვანი მცენარეა ხარისძირასებრთა (Helleboraceae) ოჯახიდან. მცენარე ივითარებს დიდი ზომის გრძელყუნწიან თათისებრ რთულ, ტყავისებრ ფესვთანურ ფოთოლებს და ასევე გრძელყუნწიან ყვავილედს, რომელზეც 1-4 ყვავილი ვითარდება, ყვავილში 5-12 მომწვანო-მოყვითალო გვირგვინის ფურცელია, მრავალი მტვრიანა და მრავალი ბუტკო. ნაყოფი ფოთლურაა. მცენარე ყვავილობს იანვარ-მარტში, ნაყოფები მწიფდება აპრილ-ივნისში.

გავრცელებულია მთის შუა სარტყლამდე ტყის პირას, კლდეებზე, გზების გასწვრივ ბუჩქნარებში. დეკორატიულია.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურა და ფესვები, რომელსაც აგროვებენ შემოდგომაზე, ასუფთავებენ მიწისაგან, ჭრიან პატარა ნაჭრებად და აშრობენ 25-45°C-ზე საშრობში ან ჩრდილში. სუნი აქვს უსიამოვნო, გემო მწარე.

ქიმიური შემცველობა: ფესურები და ფესვები შეიცავს საგულე გლიკოზიდებს – ბუფადიენოლიდებს, მონოზიდებს, ბიოზიდებს და სტეროიდულ საპონინებს.

გამოყენება. ნედლეულისაგან მზადდება პრეპარატები კორელბორინი ტაბლეტებში და ამპულებში, რომელიც გამოიყენება როგორც გულის კუნთის მუშაობის მარეგულირებელი საშუალება. ამ პრეპარატის დიდხანს მიღებამ შეიძლება გამოიწვიოს ინტოქსიკაცია, ამიტომ მისი მიღებისას საჭიროა ექიმის კონტროლი.



კავკასიური ხარისძირა – *Helleborus caucasicus* A. Br.

კაკლის ხე (კაკალი)

***Juglans regia* L.**

Орех Грецкий

მრავალწლიანი ხეა კაკლისებრთა (*Juglandaceae*) ოჯახიდან. ახასიათებს მსხვილი 25 მ-მდე სიმაღლის ღერო გაშლილი ვარჯით, ფოთოლი მსხვილი აქვს და რთული, შედგება 3-5 წყვილი, მოგრძო, კვერცხისებრ-წაგრძელებული ფოთოლაკისაგან. უვითარდება ერთსქესიანი და ერთსახლიანი ყვავილები. ნაყოფი მსხვილია, გარედან დაფარულია მწვანე, ხორციანი პერიკარპიუმით. ყვავილობს მაისში, იმტვერება ქარით, ნაყოფი მწიფდება აგვისტოში.

გავრცელებულია მთელ მსოფლიოში. საქართველოს ტყეებში დღესაც საკმაოდ დიდ მასივებს იძლევა, თუმცა წინათ გაცილებით მეტი ყოფილა, თემურ ლენგმა საქართველოში ვენახთან ერთად კაკალის ტყეების გაჩეხვაც ბრძანა.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთოლი. ფოთლების დამზადება ხდება გაზაფხულსა და ზაფხულის დასაწყისში, როცა ის აღწევს ნორმალურ ზომას და ახასიათებს

ბალზამის სუნი. არ შეიძლება ტენიანი და დანამული ფითლების შეგროვება, რადგან გაშრობისას ისინი შავდებიან.

ქიმიური შემცველობა: მცენარის ფოთოლი შეიცავს ალკალოიდ ინუგლანდინს, ენოზიტს, ეთერზეთებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ცილებსმშრალ ფოთლებს იყენებენ ნაყენის, ნახარშის ან მალამოს დასამზადებლად

გამოყენება: საქართველოში კაკლის ფოთოლს, ქერქს, უმწიფარ, ამძაღებულ და მწიფე ნაყოფს იყენებენ სხვადასხვა დაავადებების სამკურნალოდ. კერძოდ, მალარია, კუჭის წყლული, სიყვითლე, გულყრა და სხვა. აჭარაში კაკლის ნაყოფს ხმარობენ ქარცეცხლის, ათაშანგისა და იმპოტენციის სამკურნალოდ. ამძაღებულ კაკლის (მძალის) ზეთს იყენებენ თმის ცვენის საწინააღმდეგოდ. ფოთლების ნაყენს ღებულობენ ავიტამინოზისა და ორგანიზმის გამოფიტვის დროს, როგორც ნივთიერებათა ცვლის გამაუმჯობესებელ და ორგანიზმის გასამაგრებელ საშუალებას. ფოთლების ნახარშსა და ნაყენს ასევე იყენებენ როგორც შემკვრელ საშუალებას ფაღარათის დროს.

ძველი ბერძენი ფილოსოფოსი ჰიპოკრატე ავდმყოფებს ურჩევდა მიეღოთ კაკლის მწვანე ნაჭუჭის ნახარში. ასევე საბერძნეთში დიდ მნიშვნელობას ანიჭებდნენ მეძუძური დედების კაკლით კვებას.

ქართული ხალხური მედიცინის მიხედვით კაკალს აქვს სიცოცხლის გახანგრძლივების უნარი. კერძოდ, ვინც ხშირად მიირთმევს კაკალს თმა გვიან უთეთრდება და სახის კანი დიდხანს არ უნაოჭდება.

ერეკლე მეფე საბრძოლველად მომზადებულ ლაშქარს ურჩევდა კაკლის ჩურჩხელის გამოზოგვას, რადგან კაკალი შეიცავს აუცილებელ ცილებს, ცხიმებსა და ნახშირწყლებს, რაც მათებს ადამიანს ენერგიას.

ფოთლის ნახარშს ამზადებენ შემდეგნაირად: 1-2 ჩაის კოვზი ფოთოლი უნდა მოხარშოთ 1 ჩაის ჭიქა ადუღებულ წყალში, გაცივების შემდეგ გაწუროთ და მიიღოთ ნახევარი ჩაის ჭიქა 3-4-ჯერ დღეში.

ფოთლებს აქვს ჭრილობების შეხორცების უნარი, რის გამოც ხალხურ მედიცინაში ხშირად იყენებენ ჭრილობებსა და ფურუნკულებზე.



კაკლის ხე (კაკალი)-*Juglans regia* L.

კალანკოე

Calanchoe pinnata

ტროპიკული წარმოშობის მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა. უვითარდება სწორმდგომი ღერო, რომელზედაც მორიგეობითაა განლაგებული ხერხკბილა, ხორცოვანი, პრიალა ფოთლები. ფოთლებს კიდეებზე უხვად უვითარდება კვირტები, რითაც მცენარე სწრაფად მრავლდება. ვეგეტაციურად ყვავილები შეკრებილია ყვავილედად. მცენარეს ხშირად აშენებენ როგორც საოთახე დეკორატიულ კულტურას.

სამკურნალო ნედლეულია ნედლი ფოთოლი, რომლისგანაც ღებულობენ წვენს. ფოთლების კრეფას აწარმოებენ მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში.

ქიმიური შემცველობა: ფოთლები შეიცავენ ფლავონოიდებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ჩ და ვიტამინებს, მაკრო და მიკროელემენტებს, ორგანულ მჟავებს, პოლისაქარიდებს, ფერმენტებს.

გამოყენება. კალანკოეს წვენსა და მალამოს აქვს ანთების საწინააღმდეგო მოქმედება, ხელს უწყობს დამწვრობის, ჭრილობის, წყლულების მოშუშებას, აჩერებს სისხლდენას, იყენებენ ღრძილების ანთების დროსაც.

147



კალანკოე – *Calanchoe pinnata*

კამა

Foeniculum vulgare Mill

укроп огородный

ორწლიანი მცენარეა ქოლგოსანთა Umbelliferae ოჯახიდან. აქვს 2 მეტრამდე სიმაღლის შიშველი, წვრილად დაღარული ღერო ფესვი თითისტარისებური. მრავალჯერ ფრთად განკვეთილი ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული ღეროზე. ყვავილები წვრილი ყვითელი ფერისაა, შეკრებილია რთულ ქოლგა ყვავილედებად რომლის დიამე ტრია 20 სმ. ნაყოფი წაგრძელებული ან კვერცხისებრ-წაგრძელებულია, 3-7 მმ. სიგრძის, ხასიათდება არომატული სუნითა და სასიამოვნო გემოთი. კამა წმინდა საბოსტნე კულტურაა, მაგრამ ხშირად გვხვდება გაველურებული სახითაც. ყვავის ივლის-აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება სექტემბერში.

გავრცელებულია ველური ფორმით ყირიმში, კავკასიაში და შუა აზიაში. კულტივირებულია ევროპისა და აზიის ყველა ქვეყანაში, უკრაინაში და შუა აზიაში.

სამკურნალო ნედლეულია კამის ნაყოფი. კამას თესავენ ნაყოფიერ, კარგად დამუშავებულ არც თუ ისე ტენიან ნიადაგში. შემოდგომით მცენარეს ამოთხრიან, კონებად კიდებენ სხვენზე გამოსაშრობად, რის შემდეგაც ლეწავენ და ასუფთავებენ ნაგვისაგან. მშრალ ნაყოფს ინახავენ თავდახურულ ქილაში.

ქიმიური შემცველობა: კამის ნაყოფები შეიცავს 4-6,5% ეთერზეთს, 12-18% ცხიმებს. ფოთლები შეიცავს 0,62-1,54% ეთერზეთებს და ვიტამინებს, ნიკოტინის, დიდი რაოდენობით მინერალურ მარილებს, კალიუმს, კალციუმს, ფოსფორს. თესლები შეიცავს 18%-მდე ცხიმოვან ზეთს. .

გამოყენება: კამის ნაყოფებისაგან დამზადებული პრეპარატები აძლიერებენ საჭმლის მომნელებელი სისტემის სეკრეციას. ახასიათებს ნაღველმდენი, ანტიბაქტერიული, სპაზმური და დიურული მოქმედება, არეგულირებს ნაწლავის მოტორულ ფუნქციას და იწვევს ნერვული სისტემის დამამშვიდებელ მოქმედებას.

უმკველეს ქართულ ხალხურ მედიცინაში კამა ცნობილია შიბითისა და რაზიანის სახელწოდებით. რაზიანის ძირი, რაზიანის წვენი, რაზიანის თესლი და რაზიანის ძირის ქერქი იხმარებოდა თვალის დაავადებათა პრქტიკაში, აგრეთვე როგორც

შარდმდენი და სარძევე ჯირკვლებში რძის ჩამყენებელი საშუალება. დავით ბატონიშვილი მოგვითხრობს რაზიანის მრავალნაირ მკურნალობით თვისებებზე: “კაცსა რომე სიგრილისა და სიცივისგან თავი სტკიოდეს და რა ცერელის წვენი გაათბოს და შეიცხოს, თავის ტკივილი უშველოს” და ა.შ.

აჭარაში ამ მცენარის წვენს იყენებენ თვალში ჩასაწვეთებლად, აგრეთვე გულის ფრიალის და შარდის შეკავების დროს. კამა გამოიყენება როგორც ამოსახველებელი და საჭმლის მონელების გასაუმჯობესებელი საშუალება, ნაწლავში გაზების დაგროვების და კუჭ-ნაწლავის სპაზმების დროს.

ნაყენის მომზადება: 1-2 ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ნაყოფს უნდა დაასხათ 1 ჩაის ჭიქა ადუღებული წყალი, დაახუროთ თავზე და გააცხელოთ 15 წთ. გაცივით, შეინახოთ 2 დღე-ღამეს გრილ ადგილას და მიიღოთ თბილი სახით თითო სუფრის კოვზი დღეში 3-4-ჯერ.



კამა – *Foeniculum vulgare* Mill

კანაფი ჩვეულებრივი

Cannabis sativa Y

Конопля посевная

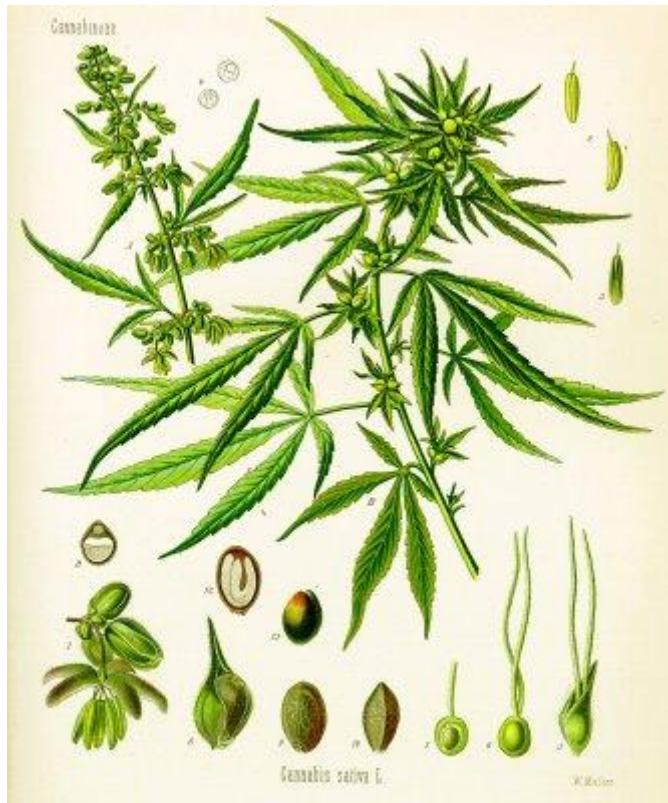
1 მ-მდე სიმაღლის ერთწლოვანი, ორსახლიანი ბალახოვანი მცენარეა კანაფისებრთა (ჩანჩაბაცეაე) ოჯახიდან. ღეროს ქვედა ნაწილში მოპირისპირედ განლაგებული გრძელყუნწიანი ფოთლებია, ხოლო ზედა ნაწილში კი მორიგეობით განლაგებული მოკლეყუნწიანი ფოთლები. ცალსქესიანი მამრობითი ყვავილები შეკრებილია კენწრულ სარქველებად, ხოლო მდედრობითი ყვავილები თავთავებად. ნაყოფი მბრწყინავი რუხი კაკალია. მცენარე ყვავილობს ივნის-ივლისში, ნაყოფი მწიფდება სექტემბერში.

გავრცელება: უძველესი დროიდან შეყვანილია კულტურაში. იზრდება ხიხაძირში, დიდაჭარის იაილებში, ველურდება მიტოვებულ ადგილებში.

სამკურნალო ნედლეულია ნორჩი ყლორტები და თესლი, ყლორტებს აგროვებენ გაზაფხულ-ზაფხულში, თესლს შემოდგომაზე სრული სიმწიფის პერიოდში.

ქიმიური შემცველობა: ყლორტები შეიცავენ გლიკოზიდ კანამინს, ალკალოიდებს, ვიტამინებს, მინერალურ მარილებს. თესლი შეიცავს 35% ცხიმებსა და ეთერზეთებს.

გამოყენება. თესლებისა და ყლორტების ნარჩენი ყვავილებიანად წარმოადგენს დამამშვიდებელ და საძილე საშუალებას, ასევე იყენებენ ხველებისა და მტკივნეული შარდვის დროს. ნაყენი მზადდება შეფარდებით 1:20.



კანაფი ჩვეულებრივი – *Cannabis sativa* Y

კარტოფილი

Solanum tuberosum L.

Картофель

მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ძალყურძენასებრთა –(Solanaceae) ოჯახიდან, კულტივირებულია როგორც ერთწლიანი მცენარე. მიწისქვეშა ყლორტები წარმოქმნიან გორგლებს, რომელსაც ადამიანი იყენებს საკვებად. მიწისზედა ყლორტები სწორმდგომია, დატოტვილი, ხორციანი, შეფოთლილი, ფოთოლგანლაგება მორიგეობითი. ყვავილები 5 წევრიანია, თეთრი, იისფერი ან მოწითალო. ნაყოფი მრავალთესლიანია, ბურთისებრი ან ოვალური. ყვავის ივნის-აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება სექტემბერში.

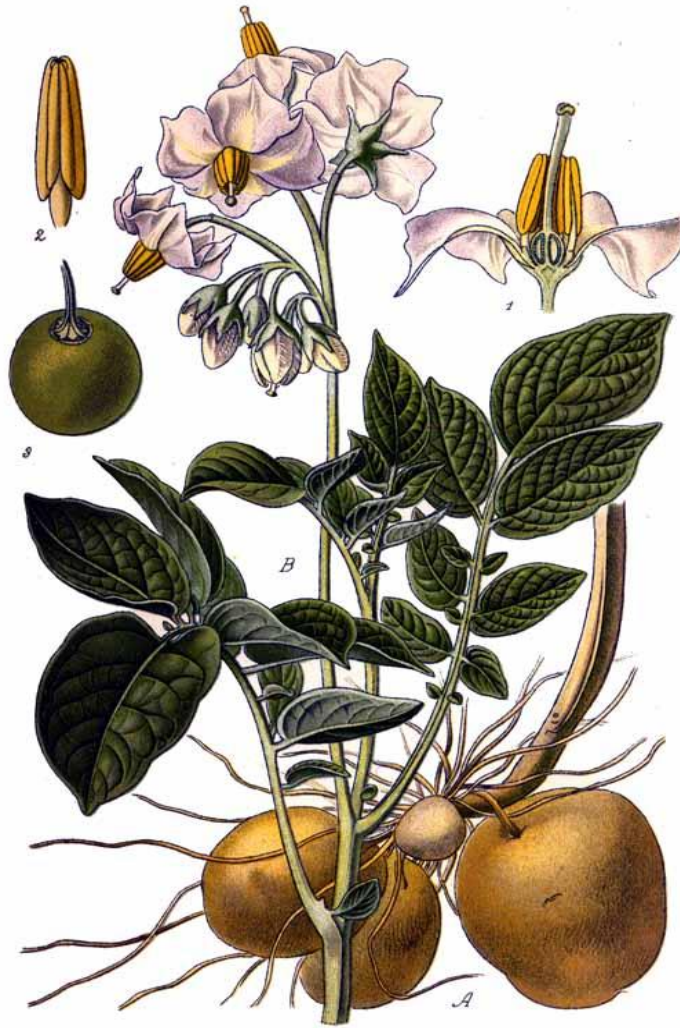
გავრცელება: ყველგან, განსაკუთრებით ზემომთიან აჭარაში.

ქიმიური შემცველობა: სამკურნალო მნიშვნელობა აქვს კარტოფილის ბოლქვს. იგი შეიცავს: A, B, B₂, B₆, C, PP ვიტამინებს. თუმცა ვიტამინების შემცველობა

კარტოფილის ბოლქვებში არ არის დიდი, ორგანიზმი ბევრი ვიტამინის მოთხოვნილებას სწორედ კარტოფილის ხარჯზე იკმაყოფილებს. კარტოფილის ბოლქვებში არის ასევე კალციუმის, კალიუმის, ფოსფორის, რკინის მარილები, ორგანული მჟავები და სხვა ნივთიერებები. კალიუმის მაღალი შემცველობა ბოლქვებში განსაზღვრავს მის შარდმდენ თვისებას. ახალი ბოლქვების წვენი სასურველ მოქმედებას ახდენს მაღალი მჟავიანობის, გასტრიტისა და შეკრულობის დროს, იყენებენ ასევე კუჭის წყლულოვანი დაავადების დროსაც. იგი ამუხრუჭებს კუჭის ჯირკვლების სეკრეციას, ხელს უწყობს წყლულების შეხორცებას. რეკომენდირებულია 1/2 ჩაის ჭიქა კარტოფილის ახალი წვენის მიღება 2-3-ჯერ დღეში ჭამამდე 30-40 წუთით ადრე.

გამოყენება: კარტოფილის, როგორც სამკურნალო საშუალების გამოყენება, უნდა მოხდეს მხოლოდ მკურნალი ექიმის რჩევით.

ხალხურ მედიცინაში კარტოფილის გახეხილი ნედლი ბოლქვი გამოიყენება კანის დამწვრობის, ეგზემის ან კანის სხვა დაავადებათა სამკურნალოდ. გარდა ამისა ფართოდ იყენებენ ზედა სასუნთქი გზების კატარის დროს მოხარშული კარტოფილის ორთქლის შესუნთქვით მკურნალობას (ინჰალაცია). არ შეიძლება გამოვიყენოთ საკვებად და სამკურნალოდ კარტოფილის ბოლქვების გამწვანებული ნაწილები, რადგან მათში გროვდება შხამიანი ნივთიერებები.



Pl. 234. *Morelle tubéreuse* (Pomme de terre).
Solanum tuberosum L.

კარტოფილი - *Solanum tuberosum* L.

კატაბალახა

***Valeriana officinalis* L.**

Валериана лекарственная

მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა კატაბალახასებრთა (*Valerianaceae*) ოჯახიდან, აქვს სწორმდგომი ღერო 200სმ. სიმაღლის, ფესურა ვერტიკალური, მოკლე, მრავალრიცხოვანი გრძელი და წვრილი ფესვებით. ფოთლები ფრთისებრი ცალ-ცალკე განლაგებული. ყვავილები პატარაა, ღია ვარდისფერი, არომატული, შეკრებილი ვარდისფერ ყვავილედად ღეროს წვეროზე. ყვავილობს მაისში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

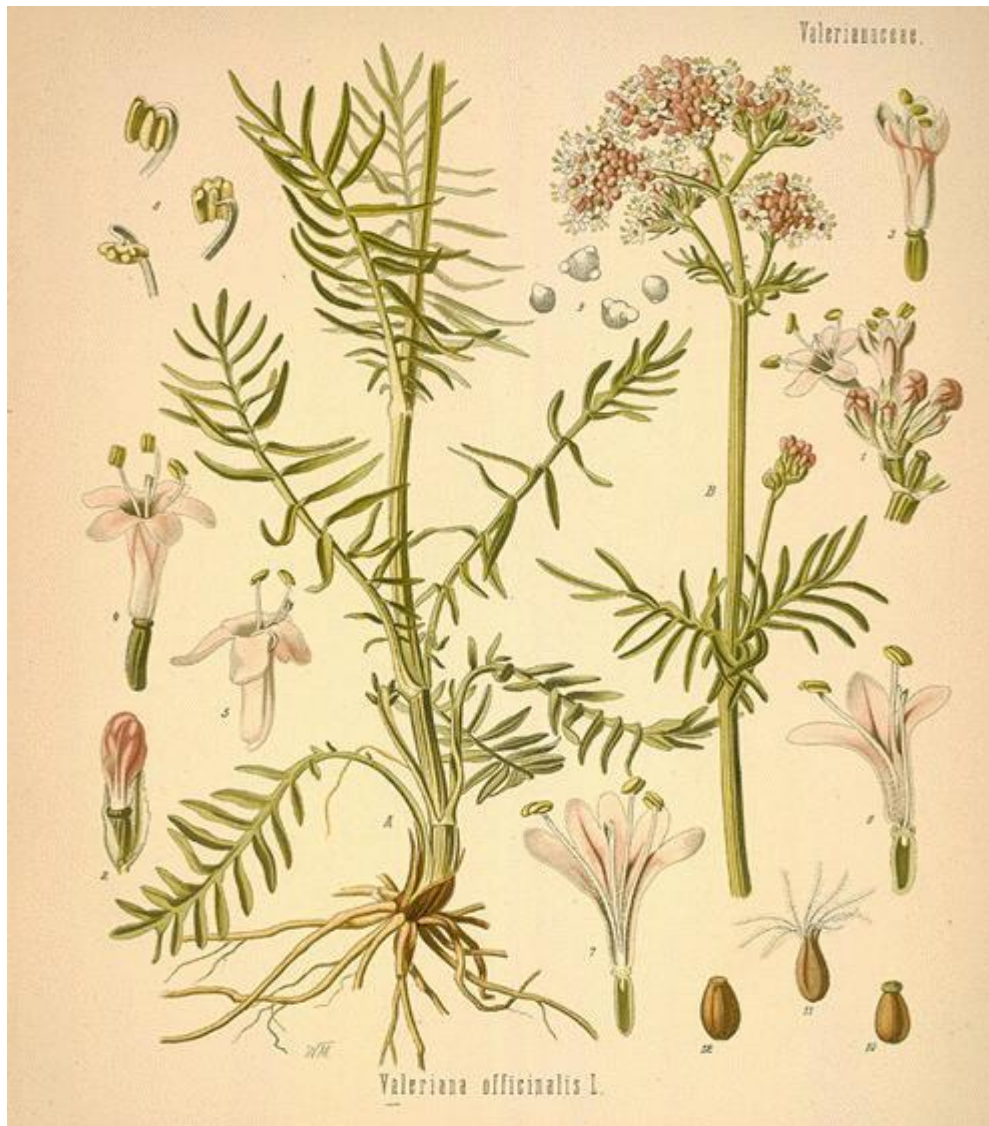
გავრცელებულია ტყეებში, ტყის პირებსა და ბუჩქნარებში.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის ფესურა ფესვთან ერთად, ნაყენის, ნახარშის, წვეთების და ტაბლეტების სახით.

ქიმიური შემცველობა: ფესვები და ფესურები შეიცავს ეთერზეთებს, ტერპენებს, ალკალოიდებს, ტანინებს, შაქრებს.

გამოყენება: მისგან დამზადებული პრეპარატები ხასიათდება ნერვული სისტემის მარეგულირებელი მოქმედებით, აფართოებს სისხლძარღვებს, ფლობს ჰიპოტენური და სპაზმოლიტიკური მოქმედების უნარს, აძლიერებს ნაწლავის მოტორულ ფუნქციას. მას უნიშნავენ უძილობის, ნევროზის, გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების, სისხლძარღვების სპაზმის და ტაქიკარდიის დროს. ფესვებს თხრიან სექტემბერში, რეცხავენ და აშრობენ, შრობისას ვალერიანა ლეზულობს მისთვის დამახასიათებელ სუნს, რომელიც განპირობებულია ბორნილ-იზოვალერიანის მჟავათი. იგი შედის კორვალოლის, ვალოკორდინის, კარდიოვალენის და ვალიდოლის შემადგენლობაში.

ნაყენის მომზადება: 5გრ დაქუცმაცებულ ფესვს უნდა დაასხათ 250 მლ. ადუღებული წყალი, გააჩეროთ 2 საათი და მიიღოთ 100 მლ. დილით და საღამოს ძილის წინ.



კატაბალახა-*Valeriana officinalis* L.

კეთილშობილი დაფნა

Laurus nobilis L.

Лавр благородный

5-8 მ. სიმაღლის მარადმწვანე ხეა დაფნისებრთა (Lauraceae) ოჯახიდან. დატოტვილი ღეროს ქერქი ყავისფერია, ყლორტებისა მწვანე. ფოთლები მოკლე ყუნწიანია, ტყავისებრი, კიდემთლიანი. ღეროზე განლაგებულია მორიგეობით, ახასიათებს სასიამოვნო სუნი. ყლორტების კენწრულ ნაწილში ფოთლის იღლიებში ვითარდება ჯგუფურად შეკრებილი, ცალსქესიანი თეთრი ყვავილები. ნაყოფი

მომწვანო-შავი ელიფსური კურკიანაა. ყვავილობს აპრილ-მაისში, ნაყოფი მწიფდება შემოდგომაზე.

გავრცელება: დაფნის სამშობლოა ხმელთაშუა ზღვის ქვეყნები. საქართველოში შემოიტანეს XIX ს-ის დასაწყისში და ფართოდაა გავრცელებული როგორც სუნელ-სანელებელი მცენარე.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები, რომლებსაც აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში და აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ფოთლები შეიცავენ ეთეროვან ზეთებს 4-5%, ორგანულ მჟავებს, პოლისაქარიდებს.

გამოყენება. იყენებენ ღრძილების ანთების წინააღმდეგ, ასევე კბილების გასამაგრებლად. ამზადებენ ნახარშს შეფარდებით 1 : 10, ხარშვენ 15 წუთის განმავლობაში.



კეთილშობილი დაფნა-Laurus nobilis L.

კივი

Actinidia deliciosa

Киви

კივი ხისებრი ლიანაა აქტინიდიასებრთა (Actinidiaceae) ოჯახიდან. წარმოიშვა ჩინეთში, ველური ფორმის ნაყოფის წონა ტოლია 30გრ. ხოლო კულტურულის 100გრ. ახალი ზელანდიის სელექციონერებმა მას უწოდეს კივი, შებუსული ნაყოფის ახალზელანდიურ ჩიტ-კივთან მსგავსების გამო, რომელიც ამ ქვეყნის ემბლემაა. ამჟამად კივი მოჰყავთ მრავალ ქვეყანაში: იტალიაში, ჩილეში, კრასნოდარის მხარეში, შავი ზღვის სანაპიროზე.

ქიმიური შემცველობა: კივის ნაყოფი შეიცავს ვიტამინებს: C, PP, E, A, D, B₂, B₃, B₆, მაგნიუმს, კალიუმს, ფოსფორს, რკინას, შაქრებს, ბეტა-კაროტინს, ფოლის მჟავას, ფლავონოიდებს. მასში შერწყმულია ბანანის, ანანასის, ნესვის, მარწყვისა და ხურტკმელის გემო.

ნაყოფის მთავარი ღირსებაა ვიტამინ C-ს დიდი რაოდენობით შემცველობა. სწორედ ამის გამო კივი იცავს ორგანიზმს ინფექციებისაგან და ამაგრებს იმუნურ სისტემას. ვიტამინი C მაგნიუმთან ერთად აუმჯობესებს გულის ფუნქციას, გარდა ამისა მაგნიუმი არეგულირებს უჯრედთა შორის ნივთიერებათა ცვლას და უზრუნველყოფს ორგანიზმის გამძლეობას სტრესის დროს. ნაყოფში შედის ასევე მცენარეული ფერმენტი აქტინიდინი, რომელიც აუმჯობესებს ცილების შეთვისებას. კივიში არის იდეალური ბალანსი – კალორიულობის მინიმუმი და სასარგებლო ნივთიერებათა მაქსიმუმი. კივი ამცირებს ონკოლოგიურ და გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებათა რისკს და აუმჯობესებს შრომისუნარიანობას. ნორვეგიელი მეცნიერების მიერ დადგენილი იქნა, რომ კივის შეუძლია დაშალოს ის ცხიმები, რომლებიც იწვევენ არტერიის ბლოკირებას, რითაც მცირდება თრომბის წარმოქმნის რისკი.

გამოყენება: ტრადიციულ ჩინურ მედიცინაში კივი გამოიყენება საჭმლის მონელების გასაუმჯობესებლად, რევმატიული დაავადებების პროფილაქტიკისათვის, თირკმლებში კენჭის წარმოქმნის საწინააღმდეგოდ და ნერვული სტრესის შესამცირებლად.



კივი-Actinidia deliciosa

კიტრი

Cucumis sativus L.

Orypeu

ერთწლიანი მცენარეა გოგრისებრთა (Cucurbitaieae) ოჯახიდან. აქვს 1,5 მ-მდე სიგრძის მხვიარა, მიწაზე გართხმული ღერო მარტივი ულვაშებით. ფოთლები და ღეროები შებუსუსულია უხეშად, გვირგვინი ყვითელი და ძაბრისებურია. ნაყოფი ფორმის, ზომისა და შეფერილობის მიხედვით ძალზე მრავალფეროვანია, შეიცავს ბევრ თესლს. ყვავის ივნის-აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება ივლის-სექტემბერში. დახურულ გრუნტში ყვავილობა და ნაყოფიერება გრძელდება თითქმის მთელ წელიწადს.

გავრცელება: ველური სახით კიტრი უცნობია, ბევრ ქვეყანაში ფართოდ ავრცელებენ, როგორც ბოსტნეულ კულტურას. დახურულ და ღია გრუნტში გამოყვანილია ბევრი ჯიში.

ქიმიური შემცველობა: კიტრი ძირითადად მოჰყავთ ნაყოფისათვის. მისი კვებითი ფასეულობა ძალზე დაბალია, რადგან მასის 90-95% წყალია. კიტრის მშრალ ნივთიერებაში არის უჯრედისი და სხვა ნახშირწყლები, ცილები, კალიუმის მარილები, რკინა, ფოსფორი, კაროტინის უმნიშვნელო რაოდენობა, B₁ და C ვიტამინები.

გამოყენება: კიტრი მადის აღმძვრელია, აუმჯობესებს ცილებისა და ცხიმების შეწოვას. კიტრს აქვს სასაქმებელი მოქმედება, ამიტომ მას იყენებენ ქრონიკული შეკრულობის დროს. გააჩნია აგრეთვე ნაღველმდენი და შარდმდენი მოქმედება, ამიტომ ქორფა კიტრის ან მისი წვენის გამოყენება სასარგებლოა წყალმანკით გამოწვეული შეშუპების დროს, რაც დაკავშირებულია გულის დაავადებებთან.

ხალხურ მედიცინაში ქორფა კიტრის წვენს სვამენ როგორც დამამშვიდებელ და ტკივილგამაყუჩებელ საშუალებას კუჭ-ნაწლავის ჭვალის დროს. თაფლთან არეული კიტრის წვენი რეკომენდირებულია ზედა სასუნთქი გზების კატარისა და ხველების დროს, კერძოდ ღებულობენ 2-3 სუფრის კოვზს 2-3-ჯერ დღეში. კავკასიის ხალხურ მედიცინაში კიტრის ღეროებისა და მწიფე ნაყოფის ნახარშს სვამენ სიყვითლისა და ღვიძლის სხვა დაავადებების შემთხვევაში.

კიტრის წვენსა და ნაყოფის მწვანე ქერქის წყლიან ნაყენს იყენებენ სახის გასაწმენდად ფერიმჭამელების, ჭორფლის, პიგმენტური ლაქების მოსაშორებლად. ზაფხულში მომატებული ოფლიანობის დროს კანის გასაგრილებლად იყენებენ ახლადგაჭრილი ან ახლადგამოწურული კიტრის წვენს.



კიტრი – *Cucumis sativus* L.

კლდის დუმა

Cedum caucasicum L.

Очиток Кавказский

30-70 სმ. სიმაღლის მრავალწლიანი ხორცოვანფოთლიანი ბალახოვანი მცენარეა სქელფოთოლოსებრთა (*Rassulaceaea*) ოჯახიდან. ფოთლები დაკბილულია ან თითქმის კიდემთლიანი, მჯდომარე და მოპირისპირედ განლაგებული. ყვავილები ვარდისფერი ან იისფერია და შეკრებილია კენწრულ ფარისებრ ყვავილედად. ყვავილი შედგება 5 წევრიანი წრეებისაგან. ყვავილობს ივნის-ივლისში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელებულია ქვედა სარტყლიდან სუბალპებამდე. იზრდება ტყეთა კლდეებსა და ქვიან ადგილებზე.

სანკურნალო ნედლეულია ფოთოლი, რომლის გამოყენება შეიძლება მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში.

ქიმიური შემცველობა: ფოთოლი შეიცავს საპონინებს, ეთეროვან ზეთებს და ლორწოვან ნივთიერებებს.

გამოყენება: მცენარის ნედლი ფოთლები გამოიყენება გარეგან საშულებად ფურუნკულების (ძირმაგარების), მეჭეჭებისა და კოჭრების მოსაცილებლად. რისთვისაც ფოთოლს გადააძრობენ კანს და დაიფენენ მტკივნეულ ადგილზე.



კლდის დუმა-*Cedum caucasicum L.*
კოთხოჯი

Acorus calamus

Аир болотный

მრავალწლიანი ბალახოვანი ფესურიანი მცენარეა ნიუკასებრთა (Araceae) ოჯახიდან. ღეროს სიმაღლე 60-100 სმ-ია, იგი ქვედა ნაწილში დაფარულია ფოთლების ხალთით, ფოთლები ხაზურია, ფესვთანური. ღეროს წვერში ვითარდება მომწვანო-მოყვითალო ყვავილსაფრიანი ყვავილები, რომლებიც შეკრებილია ტარო ყვავილედად. ყვავილობს მაის-ივნისში, ნაყოფი არ მწიფდება.

გავრცელებულია სამხრეთ-აღმოსავლეთი აზიაში, საქართველოში შემოიტანეს მე-20 საუკუნის დასაწყისში და გავრცელებულია სანაპირო ზოლში, გვხვდება ციხისძირსა და ბობოყვათში, დიდი რაოდენობით იზრდება პალიასტომის ტბის ნაპირებზე.

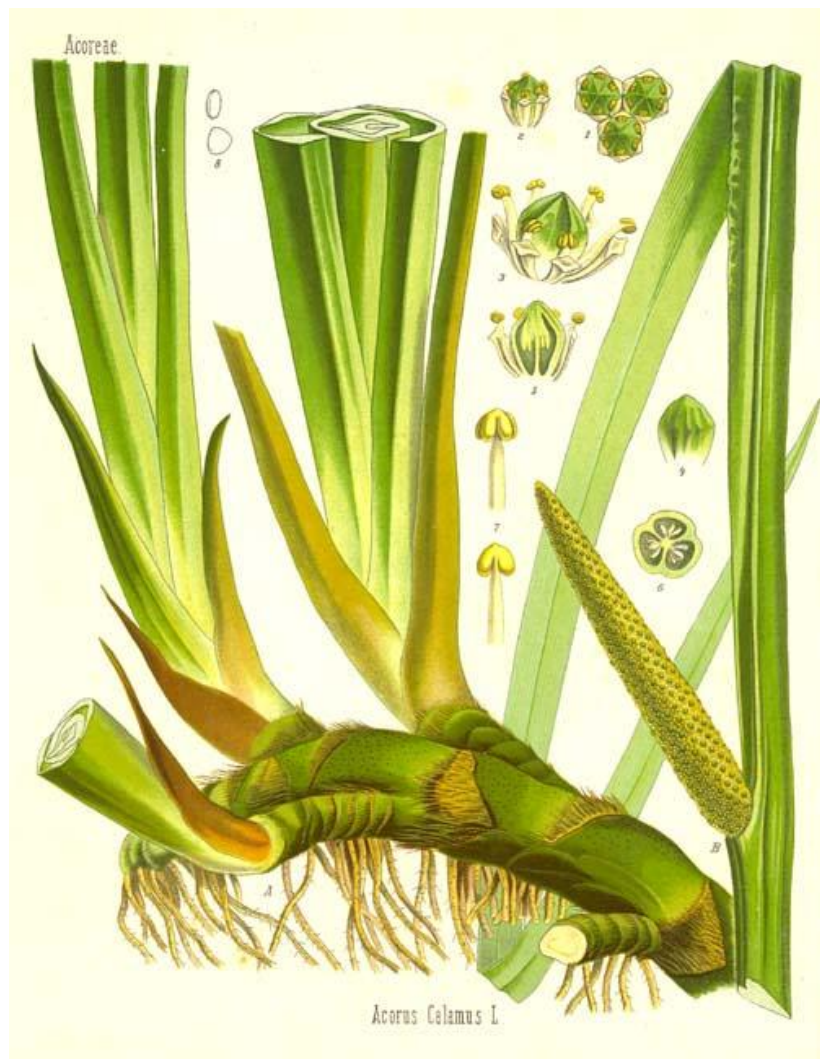
სამკურნალო ნედლეულია ფესურები, რომელთაც ამზადებენ შემოდგომაზე ან ადრე გაზაფხულზე. ასუფთავებენ ფესვების, ფოთლების და ღეროებისაგან, ჭრიან 15-20 სმ სიგრძის ნაჭრებად, აჭკნობენ ჰაერზე, ამრობენ კარგად განიავებულ შენობაში ან ჩრდილში. ნედლეულის შენახვის ვადა 2 წელია.

ქიმიური შემცველობა: ფესურები შეიცავენ 1-3% ეთერზეთებს, რომლის შემადგენლობაში შედის არომატული ფენოლები და ფენოლური ეთერები, პინენი,

კამფენი, სესკვიტერპენი, ასევე ფესურები შეიცავენ მწარე გლიკოზიდ ასკორინს, ასკორბინის მჟავას (150 მგ%), მთრიმლავ ნივთიერებებს, ალკალოიდებს.

გამოყენება: მედიცინაში გამოიყენება როგორც მადის აღმძვრელი, საჭმლის მონელების გამაუმჯობესებელი, გაზების გამომყოფი და შარდმდენი საშუალება ნახარშის, ნაყენის, ექსტრაქტის და ფხვნილის სახით შეფარდებით 1 : 20.

ნაყენის მოსამზადებლად 1 ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ნედლეულს უნდა დაასხათ 1 ჩაის ჭიქა ადუღებული წყალი, გააჩეროთ 3 სთ, გაწუროთ და მიიღოთ 2 ჩაის ჭიქა ჭამამდე 30 წუთით ადრე.



კოთხოჯი-Acorus calamus

კოლხური სურო

Hedera colchica L.

Плющ Колхидский

მცოცავი მარადმწვანე ლიანაა არალიასებრთა (Araliaceae) ოჯახიდან. ფოთლები ყუნწიანია, შიშველი, ახალგაზრდა ტოტებზე 3-5 ნაკვთიანი, ხოლო ხნიერ ტოტებზე კიდემთლიანი. მომწვანო-მოყვითალო ყვავილები შეკრებილია ქოლგა ყვავილედად, რომლებიც თავის მხრივ ქმნიან მტევან ყვავილედს. ნაყოფი შავი კენკრაა. ყვავილობს ზაფხულის ბოლოს, ნაყოფი მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობიდან სუბალპურ სარტყლამდე, მისაწოვარი ფესვებით ეჭიდება ხეების ღეროებსა და ტოტებს ან ნიადაგზეა გართხმული.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი, რომელსაც აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში, ამრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქიმიური შემცველობა: ფოთოლი შეიცავს გლიკოზიდ ჰედერინს და საპონინებს.

გამოყენება: მცენარე ტოქსიკურია, ამიტომ საჭიროა დოზების ზუსტი დაცვა. მცენარის ნაყენი გამოიყენება ქრონიკული ბრონქიალური ასთმის დროს, ასევე ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის დაავადებათა დროს.

მცენარისაგან შეიძლება მოვამზადოთ ცივი ნაყენი, რისთვისაც 1/2 ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ნედლეულს უნდა დაასხათ 1 ჩაის ჭიქა ცივი წყალი, გააჩეროთ 8 სთ-ის განმავლობაში და მიიღოთ დღის განმავლობაში სუფრის კოვზით 3-5 – ჯერ დღეში.

კომბოსტო

Brassica oleracea L.

Капуста обикновенная

ორწლიანი საბოსტნე მცენარეა ჯვაროსანთა (Cruciferae) ოჯახიდან, რომელიც პირველ წელს ივითარებს მოკლე ყლორტებს მრავალჩანასახოვანი მჯდომარე ხორცოვანი ფოთლებით, მეორე წელს კი საყვავილე ყლორტს მტევნებად შეკრებილი მრავალრიცხოვანი ყვითელი ყვავილებით. ნაყოფი მსხვილი ტოტებია 10 სმ-მდე სიგრძის ბურთისებრი მუქი რუხი თესლებით. ყვავის მათ-ივნისში, ნაყოფი მწიფდება მათ-ივლისში.

სამედიცინო მნიშვნელობა აქვს კომბოსტოს ფოთლებს სიცოცხლის პირველ წელიწადს, რადგან მასში მოიპოვება შაქრები, ცილები, უჯრედისი, რომელიც

ნაწლავის მოტორულ ფუნქციებს აუმჯობესებს და სასარგებლო ნაწლავის ჩხირის სიცოცხლისუნარიანობაზე დადებით გავლენას ახდენს.

ქიმიური შემცველობა: კომბოსტოში აღმოჩენილი იქნა ორგანული მჟავა, რომელიც განაპირობებს სიმსუქნის თავიდან აცილებას, რადგანაც ის ახდენს ნახშირწყლების ცხიმად გარდაქმნის ბლოკირებას. ორგანიზმისათვის ძალზედ სასარგებლოა კომბოსტოს ფოთლებში შემავალი სხვადასხვა ფერმენტი, ფოსფორის მარილები, გოგირდი, ვიტამინები: C, A, P, F, B₁, B₂, B₆, B₉. ეს ყველაფერი კომბოსტოს ანიჭებს ერთ-ერთ მნიშვნელოვან როლს სამკურნალო და დიეტური თვალსაზრისით.

მეცნიერულ მედიცინაში კომბოსტო შეტანილი იქნა, მას შემდეგ, რაც აღმოაჩინეს მისი წყლულსაწინააღმდეგო მოქმედება. ამასთანავე დადასტურებულ იქნა საოჯახო მედიცინაში კომბოსტოს მიღების სისწორე გასტრიტის, ღვიძლის ტკივილისა და წყლულოვანი დაავადების დროს.

გამოყენება: დადგენილია, რომ კომბოსტოს ახალი წვენი ხელს უწყობს კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის შეხორცებას და ავადმყოფთა მდგომარეობა ადვილად მიჰყავს გამოჯანმრთელებისაკენ ან მნიშვნელოვანი გაუმჯობესებისაკენ, 5-10 დღის შემდეგ ქრება ტკივილი და უმჯობესდება ავადმყოფის განწყობა.

კომბოსტოსა და სხვა ბოსტნეულის წყლულ საწინააღმდეგო ეფექტურობა დამოკიდებულია აღმოცენების პირობებსა და ადგილზე, მოკრეფის დროზე.

კომბოსტოს წვენს ამზადებენ შემდეგნაირად: შეიძლება გამოყენებული იქნას ჩვეულებრივი წვენსაწური ან ხორცსაკეპი მანქანა, მასში გატარების შედეგად მიღებულ წვენს სუფთა მარლით ქვაბში ან ქილაში ჩაწურავენ. წვენი გრილ ადგილას ან მაცივარში უნდა ინახებოდეს. ღებულობენ დღეში 3-4 ჩაის ჭიქას ჭამამდე 40 წუთით ადრე. არ არის რეკომენდირებული წვენის 1-2 დღეზე მეტი მარაგის მომზადება, რადგან ხანგრძლივი შენახვისას იძენს არასასიამოვნო სუნს.

ახალ და დამწნილებულ კომბოსტოს იყენებენ მადის მომგვრელ და საჭმლის მონელების გასაუმჯობესებლად. იყენებენ ასევე სასაქმებელ საშუალებად ყაზობის დროს. კომბოსტოს წვენს, გაზავებულს თბილი ადუღებული წყლით, იყენებენ სავლებად პირის ღრუს ანთებითი პროცესების დროს.



კომბოსტო – Brassica oleracea L.

კომშო

Cydonia oblonga M. II

Айва обыкновенная

5-10მ სიმაღლის ხე ან ბუჩქია ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან. ფოთლები მოკლევუნწიანია, კვერცხისებრი, კიდემთლიანი და მორიგეობით განლაგებული. ზემოთა მხრიდან მწვანე ფერის და შიშველი, ხოლო ქვემოდან დაფარულია თეთრი ბუსუსებით. მოზრდილი ვარდისფერი ყვავილები თითო-თითოდ სხედან ყუნწზე. ნაყოფი არომატული, ხორცოვანი ყვითელი ვაშლურაა მრავალი თესლით.

გავრცელებულია კომში კულტურული მცენარეა.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები, ნაყოფები და თესლები. ფოთლები შეიძლება შეგროვდეს მთელი ვეგეტაციის პერიოდში, ნაყოფი და თესლები გროვდება შემოდგომაზე.

ქიმიური შემცველობა: თესლები შეიცავს 20% ლორწოს, 0,53% გლუკოზას, ამიგდალინს, სახამებელს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, 8,15% ცხიმებს. მწიფე ნაყოფები შეიცავს 6,3% ფრუქტოზას, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ორგანულ მჟავებს.

გამოყენება: მედიცინაში თესლებისა და ნაყოფის ჩაი გამოიყენება გრიპისა და ხველების დროს. კომში სამკურნალო მიზნით ძველთაგანვე იყენებდნენ. დავით ბატონიშვილი გვირჩევს ბიის გულს, ფოთოლს, ნაყოფის წვენს, მურაბასა და შარბათს, როგორც შემკვრელს, თავის ტკივილის, პირღებინების და სხვა დაავადებათა საწინააღმდეგო საშუალებას.

ნაყენი მზადდება შემდეგი დოზით: 1 ს.კ. გამხმარ დაქუცმაცებულ ფოთლებს უნდა დაასხათ 1 ჩ.ჭ. მდუღარე წყალი, გააჩეროთ 4 საათს, გაწუროთ და მიიღოთ სუფრის კოვზით დღეში 4-ჯერ. 10 გრ თესლს უნდა დაასხათ 1 ჩ.ჭ თბილი წყალი და შეანჯღრიოთ 2-3 წუთის განმავლობაში. გააჩეროთ 3საათი, გაწუროთ და მიიღოთ დღეში 3-ჯერ.



კომში - *Cydonia oblonga* M. II

კოწახური

Berberis vulgaris L.

Барбарис обикновенный

3 მეტრამდე სიმაღლის ბუჩქია კოწახურისებრთა (*Berberidaceae*) ოჯახიდან. აქვს ძლიერი ფესვი და გამერქნებული ფესურა, ყლორტის ქერქი მონაცრისფროა. ფოთლები მომრგვალო-კვერცხისებრია, კიდეებზე წამწამებით შემოსილი, 3 სმ-მდე სიგრძის, აქვს 2-3 სმ. სიგრძის მაგარი ეკლები, შეკრებილია ჯგუფ-ჯგუფად და ღეროზე განლაგებულია მორიგეობით. ორსქესიანი ყვავილები ყვითელი ფერისაა, შეკრებილია მტევან ყვავილედში. ნაყოფი მუქი წითელი ფერის, მჟავე, წვნიანი, წაგრძელებული კენკრაა 1-1,2 სმ. სიგრძის.

გავრცელება: კოწახური ჩრდილოეთის ზომიერი სარტყელის მცენარეა, რომელიც კარგად ეგუება საქართველოს პირობებს და გვხვდება სხვადასხვა მცენარეულ დაჯგუფებაში 1500 მ. სიმაღლეზე ზღვის დონიდან, განსაკუთრებით ტყეში,

ბუჩქნარში, მდინარეთა ნესტიან და ქვიშიან ნაპირებზე და სხვა. აჭარაში გვხვდება მდინარე ჭოროხის მიდამოებში ტყის ზედა საზღვარზე წიფლის ტყესთან ახლოს, გვხვდება ასევე ღვიის და ფიჭვის რაყაში არსიანის ქედზე.

სამკურნალო ნედლეულია კოწახურის ფესვები, ღეროები, ფოთლები და ნაყოფი. **ქიმიური შემცველობა:** კოწახურის ფესვების ქერქი შეიცავს ალკალოიდ ბერბერინს, C ვიტამინს, ფისს, ექსტრაქტულ ნივთიერებებს, ცვილს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, წებოს, მარილებს და სხვა. ფოთლი შეიცავს – ბერბერინს, თავისუფალ მჟავას, წებოს, C ვიტამინს და სხვა.

გამოყენება: საქართველოს ხალხურ მედიცინაში კოწახურს მრავალფეროვანი გამოყენება აქვს. კერძოდ, აჭარაში იყენებენ კბილის ტკივილის, სიყვითლის, სურავანდის დროს, მადის მოსაყვანად, წყურვილის მოსაკლავად. დავით ბატონიშვილი ურჩევდა ავადმყოფს მიეღო კოწახური სისხლის გაღების შემდეგ. ქანანელი უნიშნავდა შარდის შეუკავებლობის დროს, ელენთისა და ღვიძლის ტკივილის დროს, აგრეთვე თირკმლებისა და შარდის ბუშტში კენჭის გაჩენისას.

კოწახურის ფოთლების ნაყენი განსაკუთრებით ფართოდ გამოიყენება როგორც ნაღველმდენი საშუალება. ნაყენს ამზადებენ შემდეგნაირად: 1 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ფოთლებს უნდა დაასხათ 1 ჩაის ჭიქა ადუღებულ წყალი, გააჩეროთ 1 სთ. და მიიღოთ თითო სუფრის კოვზი დღეში 4-5-ჯერ.

კოწახურის ფესვებსა და ქერქს აქვთ სიცხის დამწევი და მიკრობსაწინააღმდეგო მოქმედება, რაც განპირობებულია ალკალოიდ ბერბერინის შემცველობით. ფესვებისა და ქერქის ნაყენს იყენებენ სავლებად ღრძილების ანთების დროს. ნაყენს ამზადებენ შემდეგნაირად: 1/2 ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ფესვებს ან ქერქს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა ადუღებულ წყალს, ხოლო ფესვების ნახარშს ამზადებენ 30 გრამ ნედლეულით და 1 ჩაის ჭიქა ადუღებული წყლისაგან., ღებულობენ სისხლდენის დროს თითო სუფრის კოვზს ყოველ საათში. ფესვებს ამზადებენ გაზაფხულზე (აპრილში) ან შემოდგომაზე (ოქტომბერ-ნოემბერში). ფოთლებს ამზადებენ ყვავილობის პერიოდში, კრეფენ ხელით, არ შეიძლება დაზიანებული ფოთლების შეგროვება ნედლეულის სახით.



კოწახური –Berberis vulgaris L.
კრაზანა

Hypericum perforatum L.

Зверобий

მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა კრაზანასებრთა (Hypericaceae) ოჯახიდან. აქვს 30-100 სმ-მდე სიმაღლის ღერო, დატოტვილი ფესვითა და მრავალრიცხოვანი დამატებითი ფესვებით. ღერო წვრილი სწორმდგომი, დატოტვილი, 2 წვრილი გრძივი ხაზით. ფოთლები 3 სმ. სიგრძისა და 0,5-1,4 სმ. სიგანის, მჯდომარე, ოვალური ან წაგრძელებული, კიდემთლიანი, გამჭვირვალე, მოფენილია შავი ჯირკვლებით. ყვავილები მოყვითალო-ოქროსფერი, შავი წერტილებით, შეკრებილია ფარისებრ ყვავილედებად. ნაყოფი წვრილთესლიანი კოლოფია. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობიდან მთის ზედა სარტყლამდე, კლდეებში.

სამკურნალო ნედლეულია კრაზანას მიწისზედა ნაწილი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში.

ქიმიური შემცველობა: ფლავონოიდურ გლიკოზიდს – ჰიპეროზიდს (ჰიპერინი), რუტინს და სხვა, კაროტინის დიდ რაოდენობას, ასკორბინისა და ნიკოტინის მჟავას, საპონინს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ქოლინს, ალკალოიდებს.

გამოყენება: კრაზანას პრეპარატებს ახასიათებთ ანტისეპტიკური, ანტიბაქტერიული, შარდმდენი, კანის რეგენერაციის მასტიმულირებელი მოქმედება. კრაზანას პრეპარატებს უნიშნავენ ქრონიკული გასტრიტის, მწვავე და ქრონიკული კოლიტის, კუჭ-ნაწლავის აშლილობის, ნაღვლის ბუშტის კენჭოვანი დაავადების, თირკმელების ქრონიკული ანთებისა და გინეკოლოგიური დაავადების დროს.

კრაზანას წყლის ნაყენი გამოიყენება პაროდონტოზის, სტომატიტის, გინგივიტისა და პირის ღრუში არასასიამოვნო სუნის დროს. (2-3 სუფრის კოვზ მცენარეს დაასხით 2 ჩაის ჭიქა ადუღებული წყალი და გააჩერეთ 4-5 საათი). კრაზანა შედის პრეპარატ – კაპსიტრინის შემადგენლობაში, რომელიც გამოიყენება ნევრიტის, მიოზიტის, რადიკულიტისა და ართრიტის დროს დასაზღველ საშუალებად.

მცენარის ნახარში უძველესი დროიდან გამოიყენებოდა ხალხურ მედიცინაში გულის, რევმატიზმის, გრიპის, თავის ტკივილის, თირკმლების, ღვიძლის, ნაღვლის ბუშტისა და ქალის სასქესო ორგანოების დაავადებათა სამკურნალოდ. ნახარშის მოსამზადებლად 1 სუფრის კოვზ მცენარეს დაასხით 1 ჩაის ჭიქა ადუღებული წყალი. ჭიქის 1/3 მიიღეთ დღეში 3-ჯერ ჭამამდე 30 წთ. ადრე. წყლიან ნაყენში დასველებულ საფენები გამოიყენება სარძევე ჯირკვლის გამაგრების დროს, მცენარეულ ზეთზე დამზადებული კრაზანას ყვავილების ნაყენი კი ჭრილობებზე, დამწვრობებზე, ჩირქოვან გამონაყარზე და კანის სხვა დაზიანების დროს.



კრაზანა – *Hypericum perforatum* L.

კულმუხო

Inula helenium L.

Девясил лекарственный

1-1,5 მეტრი სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა რთულყვავილოვანთა (Asteraceae) ოჯახიდან. აქვს უხეში, გამერქნებული ფესურა და სწორმდგომი, მსხვილი, დადარული ღერო, რომელიც დაფარულია წვრილი ბუსუსებით. ქვედა ფოთლები წაგრძელებულ-ელიფსურია, 50 სმ-მდე სიგრძის და 15-20 სმ-მდე სიგანის, ყუნწიანი, მორიგეობით განლაგებული. ღეროს შუა ფოთლებს აქვს გულისებური ფუძე, მჯდომარეა. ოქროსფერი ყვავილები შეკრებილია კალათა ყვავილედებად. ნაყოფი თესლურაა. ყვავილობს ივნის-ივლისში, ნაყოფი მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გავრცელებულია საქართველოს თითქმის ყველა კუთხეში. იზრდება ნესტიან ადგილებში, ტყის პირას, ბუჩქნარებში, ტყის მიმდებარე მდელოებზე. აჭარაში გავრცელებულია დანისპარაულში, რიყეთში, ღორჯომში.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურა და ფესვი, რომლებსაც ამზადებენ შემოდგომაზე ან გაზაფხულზე.

ქიმიური შემცველობა: ფესურა და ფესვი შეიცავს ეთერზეთებს, ინულინს, პოლისაქარიდებს, სახამებელს, პექტინოვან ნივთიერებებს, ფისის მსგავს ნივთიერებებს, ნაცარს და სხვა.

გამოყენება: მეცნიერულ მედიცინაში ფესვების ნახარშს ძირითადად იყენებენ ამოსახველებელ საშუალებად სასუნთქი გზებისა და ფილტვების დაავადების დროს.

კულმუხოს ნაყენსა და ნახარშს აქვს მიკრობსაწინააღმდეგო და ანთების საწინააღმდეგო მოქმედება, რის გამოც მას იყენებენ დაჩირქებული ჭრილობების, წყლულების და ეგზემის სამკურნალოდ.

ნახარშს ამზადებენ თანაფარდობით 1:10. ღებულობენ 2-3 სუფრის კოვზს დღეში 3-4-ჯერ.



კულმუხო – *Inula helenium* L.

ლანცეტაფოთოლა მრავალპარღვა

***Plantago lanceolata* L.**

Подорожник ланцетолистный

10-60 სმ. სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა მრავალპარღვასებრთა (*Plantaginaceae*) ოჯახიდან. ლანცეტას ფორმის ფოთლები შეკრებილია ფესვის ყელთან. საყვავილე ღეროზე ვითარდება წვრილი ყვავილები, რომლებიც თავთავ ყვავილედად არის შეკრებილი. გვირგვინი 4 წევრიანია. ნაყოფი მრავალ- თესლიანი კოლოფი. ყვავილობს მაისიდან შემოდგომამდე, ნაყოფი მწიფდება სექტემბერ-ნოემბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან ტყის ზედა სარტყლამდე, იზრდება ბალახოვან მდელოებზე, ფერდობებზე, გზისპირას და სხვა.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი, რომელსაც აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში. ამრობენ ჩრდილში. შენახვის ვადა 2 წელია.

ქიმიური შემცველობა: ფოთლი შეიცავს 10% ლორწოს, კაროტინს, C და K ვიტამინებს, მთრიმლავ და მწარე ნივთიერებებს, ორგანულ მჟავებს.

გამოყენება: მცენარის პრეპარატები გამოიყენება კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის სამკურნალოდ.

ამზადებენ ნაყენს შემდეგი წესით: 3 ს. კ. გამომშრალ ფოთლებს უნდა დაასხათ 1 ჩ.ჭ. ადუღებული წყალი და გააჩეროთ 4 საათი. მიიღეთ ყავის ჭიქით 3-ჯერ დღეში.



ლანცეტაფოთოლა მრავლძარღვა – *Plantago lanceolata* L.

ლემა

Datura stramonium

Дурман обыкновенный

1 მ-მდე სიმაღლის ერთწლიანი უსიამოვნო სუნის მქონე შხამიანი ბალახოვანი მცენარეა ძაღლყურძენასებრთა (შოლაპაცეაე) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია, დატოტვილი. მორიგეობით განლაგებული ფოთლები ყუნწიანია და კიდეებზე არათანაბრად ამოკვეთილი, თითქმის შიშველი. მარტოული ყვავილები მოზრდილია, სიგრძით 5-6 სმ, თეთრი ძაბრისებრი, 5 ნაკვთიანი გვირგვინით. ნაყოფი სწორმდგომი კვერცხისებრი ეკლებით დაფარული კოლოფია, მრავალი თესლით. ყვავილობს მთელი ზაფხულის განმავლობაში. ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობიდან მთის შუა სარტყლამდე. იზრდება დანაგვიანებულ ადგილებში, გზის გასწვრივ, ღობეებთან, რკინიგზასთან, საცხოვრებელ სახლებთან.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთოლი, რომელსაც აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში, მისი შრობა უნდა მოხდეს სწრაფად, შეგროვებისთანავე.

ქიმიური შემცველობა. მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ალკალოიდებს, რომელთა შორის მთავარია ჰიოსცამინი და სკოპოლამინი. ფოთლებსა და ყვავილებში ალკალოიდების შემცველობა 0,25-0,4%.

გამოყენება. ლემას ფოთოლი წარმოადგენს ასთმის საწინააღმდეგო პრეპარატის „ასთმატოლი“-ის ძირითად კომპონენტს.



ლემა-Datura stramonium

ლენცოფა

Hyosciamus niger L.

Белена черная
Белена черна

80სმ. სიმაღლის ორწლიანი, შხამიანი, ბალახოვანი მცენარეა ძალღყურძენასებრთა (Solanaceae) ოჯახიდან. ფოთლები დანაკვეთულია, მათი ნაწილი ფესვის ყელთან არის შეკრებილი და გრძელყუნწიანია, ხოლო ღეროზე განლაგებული ფოთლები უყუნწოა და ღერომხვევი, წებოვანი, დაფარულია ჯირკვლოვანი ბუსუსებით. მცენარეს აქვს უსიამოვნო სუნი. კენწრული ყვავილები შეკრებილია ერთ მხარეზე განწყობილ თავთავად, მათი დიამეტრი 4 სმ-ია, გვირგვინი შეზრდილია, 5 ნაკვთიანი ჭუჭყიანი-ყვითელი ფერის, მუქი იისფერი ძარღვებით და მილში იისფერი ლაქებით. ნაყოფი კოლოფია. ყვავილობს ივნის-ივლისში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. იზრდება დანაგვიანებულ ადგილებში, გზის ნაპირებზე, საცხოვრებელ სახლებთან, ღობეებთან, ცხოველთა სადგომებთან.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები, რომლებსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში თხლად გაფენილს, ნედლეულის შენახვის ვადაა 2 წელი.

ქიმიური შემცველობა: მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ალკალოიდებს, რომელთა შორის მთავარია ჰიოსცამინი და სკოპოლამინი. ფოთლებში ალკალოიდების შემცველობა 0,05-1%-ია, ამდენივეა თესლებსა და ფესვებში.

გამოყენება: ლენცოფას იყენებენ როგორც გარეგან ტკივილგამაყუჩებელ საშუალებას, ამ მხრივ პოპულარულია ლენცოფას ზეთი. მცენარის ფოთლები შედის ასთმის საწინააღმდეგო ფხვნილში – “ასთმატოლი”.

ლენცოფას სამკურნალო თვისებებს კარგად იცნობდნენ ძველ ბაბილონში, ეგვიპტეში, სპარსეთში, არაბეთში, საბერძნეთსა და რომში. ავიცენა ლენცოფას შესახებ წერდა, რომ იგი მალამოს სახით აყუჩებს ნიკრისის ქარით გამოწვეულ ტკივილებს. მკერდზე სიმსივნის დროს იკეთებენ ფოთლის საფენებს, იგი ხელს უშლის სიმსივნეების წარმოშობას და შლის მათ, ამავე დროს ლენცოფა ძალიან

შხამიანი მცენარეა, მისი შხამი იწვევს გონებრივ აშლილობას, მეხსიერების დაკარგვას და გაცოფებას.



ლენცოფა-*Hyoscyamus niger* L.

ლეღვი

***Ficus carica* L**

Инжир обыкновенный

3-8 მ სიმაღლის ხეა თუთისებრთა (*Moraceae*) ოჯახიდან. შებუსული ფოთლები მარტივია, ყუნწიანი და მორიგეობით განლაგებული. მცენარის ტოტები, ფოთლები და ნაყოფები შეიცავს რძეწვენს. ყვავილები ცალსქესიანია, წვრილი, შეკრებილი მსხლის ფორმის ყვავილედად, რომლებისგანაც წარმოიქმნება ხორცოვანი ნაყოფი, რომელშიც ჩაზრდილია კაკლუჭები. მცენარე ყვავილობს ივნის-ივლისში, ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობიდან მთის შუა სარტყლამდე. მცენარე კულტურაშია.

სამკურნალო ნედლეულია: მწიფე ნაყოფი, რომლებსაც აშრობენ საშრობში 50-60°C-ზე ან ჩრდილში ორპირ ქარში.

ქიმიური შემცველობა: ნაყოფები შეიცავს შაქრებს, პექტინებს, ლიმონის, ვაშლის, ძმრის, ბორისა და ასკორბინის მჟავებს, კაროტინს, B₁ და B₂ ვიტამინებს, კალიუმის მარილებს, ფერმენტებს.

გამოყენება: აჭარის ხალხურ მედიცინაში იყენებენ ლეღვის ნაყოფების ნახარშს რძეში ან წყალში ან მურაბას, როგორც ხველების საწინააღმდეგო და სიცხის დამწვევ საშუალებას, გრიპის, ტრაქეიტისა და ბრონქიტის დროს. ოჯახურ პირობში ნაყენი მზადდება შემდეგი დოზით: 2 ს.კ. მშრალ ნაყოფს უნდა დაასხათ 1 ს.კ. მდულარე წყალი ან რძე.



ლეღვი - *Ficus carica* L

ლიკოპოდიუმი

***Yycopodium sclavatum* Y**

Плаун булавоносный

1,5 მ-მდე სიმაღლის მარადმწვანე მრავალწლოვანი გართხმული დატოტვილი ღეროიანი ბალახოვანი მცენარეა ლიკოპოდიუმისებრთა (ყვოპოდიაცეა) ოჯახიდან. ღერო დაფარულია სპირალურად განლაგებული წვრილი ხაზურ-ლანცეტა

ფოთლებით. ტოტების წვერში ვითარდება სასპორე თავთავები, რომელთა ქვედა მხარეს ვითარდება სპორგიუმები, რომლებში განვითარებული სპორებიც მწიფდებიან ივლის-აგვისტოში..

გავრცელებულია ზღვისპირა ფერდობებიდან სუბალპებამდე, იზრდება ბუჩქნარებში, ბალახოვან ფერდობებზე, ციტრუსოვანთა პლანტაციებში, წაბლის ტყეებში, მახინჯაურში, ქედაში, ნამონასტრევი, ხინოში.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი და სპორები. ბალახს აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში თხელ ფენებად და აშრობენ ჩრდილში. სპორებს აგროვებენ მომწიფების პერიოდში, როცა ისინი გაყვითლდებიან, მათ ჭრიან მაკრატილით დილით ან მოღრუბლულ ამინდში. მშრალ ამინდში სპორები ადვილად იფანტება, აშრობენ თბილ უქარო ადგილას, რომ სპორა არ გაიფანტოს. გაშრობის შემდეგ ცრიან საცერში. მისი შენახვის ვადა 5 წელია.

ქიმიური შემცველობა: სპორები შეიცავენ 50% ცხიმოვან ზეთებს, ტერპენებს, შაქრებს, მინერალურ მარილებს, ბალახი შეიცავს ალკალოიდებს.

გამოყენება: ლიკოპოდიუმის სპორები არ სველდებიან წყალში, არ იხსნიებიან და არ იბერებიან, ამიტომ ისინი არ აღიზიანებენ კანსა და მათ იყენებენ, როგორც გამოსაშრობ და საადსორბციო საშუალებას სველი ჭრილობის დროს, ნაწოლების წინააღმდეგ და გამაშრობი ფხვნილის სახით.

ლიკოპოდიუმის ბალახი გამოიყენება კუჭ-ნაწლავის, ღვიძლის, შარდის ბუშტისა და თირკმლის დაავადების დროს, ასევე დამამშვიდებელ და ტკივილგამაყუჩებელ საშუალებად, სახსრების ტკივილის დროს. ამისთვის 1 ჩ.კ. ბალახს ასხამენ 2 ჭიქა ადუღებულ წყალს, აჩერებენ 4 სთ. და იღებენ სუფრის კოვზით 3-4-ჯერ დღეში.



ლიკობოდიუმი – *Yycopodium sclavatungo* Y

ლიმონი.

Citrus limona osb

Лимон

მიეკუთვნება ტეგანისებრთა (Rutaceae) ოჯახს, ნარინჯოვანთა (Aurantoideae) ქვეოჯახს და Citrus-ის გვარს. 3-5 მ. სიმაღლის მარადმწვანე ხეა. ახალგაზრდა ტოტები დაკუთხულია და ეკლებიც კარგად შესამჩნევია, გვხვდება უეკლო ფორმაც. ფოთოლი დიდი ზომისაა, მოგრძო – ოვალური, ღია მწვანე ფერის. ხელში

გასრესისას წარმოიქმნება სპეციფიური სუნი, ყვავილები სურნელოვანი, ორსქესიანი, მარტოული ან წყვილადაა. ჯამის ფოთოლაკები - 5, გვირგვინის ფურცელი - 5. ნაყოფი მოგრძო-ოვალურია, ორივე ბოლოთი წაგრძელებული ღია ყვითელი ფერის თხელი კანით. რბილობი მჟავე, წვენი უხვი, თესლი ოვალური 1 – დან 14 – მდე.

გავრცელებულია კავკასიაში, შუა აზიაში, მოლდავეთში, ხმელთაშუა ზღვის ქვეყნებში, კალიფორნიაში, ფლორიდაში.

ქიმიური შემცველობა: ნაყოფი შეიცავს: შაქრებს - 3, 82 %, ფრუქტოზას - 0,63 %, გლუკოზას - 1, 99%, საქაროზას - 1,20 %, პექტინს - 3,79 %, ცელულოზს 3,17%, ეთერზეთებს - 1,31 %, მინერალურ ნივთიერებებს - 0,69 %, ვიტამინებს - A, B₁, B₂, C - 93% - ციტრინს, რომელიც დამახასიათებელია ციტრუსებისათვის., ფლავონოიდებს.

ნაყოფის წვენი შეიცავს კუმარინ - იზოკომპინელინს, თესლი შეიცავს ცხიმს, ქერქი - ეთერზეთებს, ფლავონურ გლიკოზიდებს, კუმარინსა და სიტოსტეროლს.

გამოყენება: ცნობილი ექიმი ავიცენა ლიმონს მიიჩნევდა საუკეთესო საშუალებად გულის დაავადებათა სამკურნალოდ. შაქარში შერეული ლიმონის ქერქი გამოიყენება საჭმლის მონელების გასაუმჯობესებლად. ლიმონის წვენით მკურნალობენ: ავიტამინოზს, ცინგას, სტომატიტს, ღრძილებიდან სისხლდენას. ლიმონის შემადგენლობაში შემავალი ვიტამინი C ზრდის ორგანიზმის შრომისუნარიანობას, ხსნის დაღლილობას, აადვილებს სხვადასხვა დაავადებების მკურნალობას. ლიმონის წვენის ნარევი ხასიათდება მატონიზირებელი მოქმედებით: 1 ჩაის კოვზი ლიმონის წვენი, 1 სუფრის კოვზი მცენარეული ზეთი და 1 ჩაის კოვზი თაფლი. ლიმონის ეთერზეთი გამოიყენება ცეროზისა და კუჭის წყლულის სამკურნალოდ. გაცივებისა და სასუნთქი გზების დაავადებისას მკურნალობენ ლიმონიანი ჩაით, რომელიც ხასიათდება სიცხის დამწვევი და ოფლმდენი ეფექტით. პირის ღრუს ლორწოვანი გარსის ანთებისა და ანგინის დროს ლიმონის წვენს იყენებენ სავლებად. ლიმონი გამოიყენება სამკურნალო - პროფილაქტიკურ საშუალებად ათეროსკლეროზის დროს ნიორთან ერთად. 1 ცალ გახეხილ ლიმონს და 1 თავ ნიორს ასხამენ 1 ლიტრ ადუღებულ წყალს და აჩერებენ თავდახურულ ჭურჭელში 2 დღე-ღამის მანძილზე, შემდეგ ღებულობენ 1 სუფრის კოვზს 3-ჯერ დღეში. ლიმონის მჟავა ხელს უშლის სისხლის შედედებას და თრომბის წარმოქმნას. ლიმონს იყენებენ ნივთიერებათა ცვლის დარღვევის, მარილების დაგროვების,

რადიკულიტის, რევმატიზმის, პადაგრის, წყალმანკისა და კენჭოვანი დაავადებების სამკურნალოდ.

ბულგარეთსა და თურქეთში ფართოდაა გავრცელებული “ახალგაზრდობის ელექსირი”, რომელიც შეიცავს ლიმონის წვეს, თაფლსა და მზესუმზირის ზეთს თანაფარდობით 2 : 4 : 1.



ლიმონი-Citrus limona osb

ლობიო

Phaseobus unlguous

სამხრეთამერიკული წარმოშობის მხვიარა ერთწლიანი ბოსტნეული კულტურაა პარკოსანთა (აზაცეაე) ოჯახიდან. ყუნწიანი ფოთლები სამყურაა და მორიგეობით არიან განლაგებული ღეროზე. ღერო და ფოთოლი დაფარულია ბუსუსებით. ყვავილები სხვადასხვა ფერისაა და შეკრებილია ჯგუფებად. ნაყოფი პარკია. ყვავილობს ივლის-აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფი, რომელსაც აგროვებენ სიმწიფის პერიოდში და აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ლობიოს თესლი შეიცავს 27% ცილებს, ნახშირწყლებს, ცხიმებს, და ჩ ვიტამინებს, კალციუმსა და ფოსფორის მარილებს. პარკის კედლები შეიცავენ კრისტალურ გლეიბულინს, ბეტაინს, არგანინს, ქოლინს, ვიტამინებს.

გამოყენება: ლობიოს პარკის ნახარში აქვეითებს სისხლში შაქრის დონეს. ნახარშის მოსამზადებლად 1 ს.კ. დაქუცმაცებულ პარკს უნდა დაასხათ 1 ლ წყალი და ადულოთ სანამ ნარხარში არ განახევრდება. გააციოთ, გაფილტროთ და მიიღოთ 2-2 ს.კ. 3-4-ჯერ დღეში. ნახარშს შეიძლება დაემატოს მოცვის ფოთლები.

მაგნოლია დიდყვავილა

Magnolia grandiflora L.

Магнолия Крупноцветковаярупноцветна

მარადმწვანე ხე – მცენარეა მაგნოლიასებრთა ოჯახიდან, პირამიდული ხშირფოთლოვანი ვარჯით, სიმაღლით 30-45 მ. ფოთლები ტყავისებური, ელიფსური, მორიგეობითი სიგრძით 12-25 სმ. ზედა მხარე მბრწყინავი მუქი მწვანე, ქვედა მოწითალო-ყავისფერია. ყვავილები მსხვილი, თეთრი, არომატული, განლაგებულია ცალ-ცალკე ტოტების ბოლოებზე. ნაყოფი ელიფსური 8-12 სმ. სიგრძის, თესლი მსხვილი, შავი სიგრძით 5-8 სმ. ელიფსური ფორმის დაკიდულია წვრილ ძაფებზე, ყვავილობს მაისიდან სექტემბრამდე, თესლი მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთოლი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში. აშრობენ ჩრდილში ან საშრობ კარადაში 45-50⁰C – ტემპერატურაზე. ინახავენ მშრალ შენობაში 4 წლის მანძილზე.

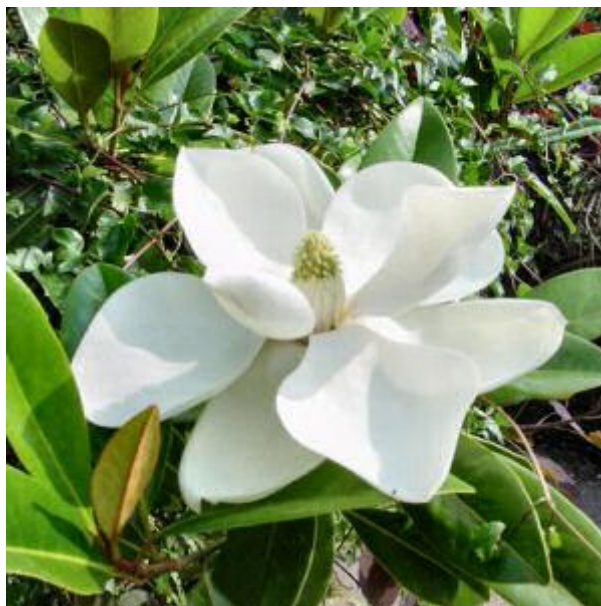
ქიმიური შემცველობა: მაგნოლიის ფოთლებში 0,59% ეთერზეთებია, რომელიც შეიცავს 10,6% ეთერს, 3% ფენოლს, 4% კარბონულ ნაერთებს, ცინეოლს, ციტრალს და სეკვისტერპენების ნარევს. ფოთლებში არის ასევე გლიკოზიდები 0,24%, მათ შორის რუტინი. ქერქი შეიცავს: მაგნოფლო-რინს. ყვავილები – 0,016% ეთერზეთებს. ნაყოფი – 42,5% ცხიმზეთებსა და ეთერზეთებს, რომელშიც შედის მირისტინის, პალმიტინის, სტეარინის, არაქისის, ოლეინისა და ლინოლენივის მჟავას.

გამოყენება: ფოთლის თხევადი ექსტრაქტი გამოიყენება ჰიპერტონული დაავადებების სამკურნალოდ სხვადასხვა სტადიაზე, ავადმყოფს უნიშნავენ 20-30 წვეთს დღეში 3-ჯერ 3-4 კვირის მანძილზე, განმეორებით კურსს კი 1-2 თვის შემდეგ.

ფოთლებისაგან დამზადებული პრეპარატები იწვევს ხანგრძლივად არტერიული წნევის შემცირებას ჰიპერტონიის დროს, აფართოებს პერიფერიულ სისხლძარღვებს, არტერიული წნევის შემცირება გამოწვეულია ალკალოიდური ფრაქციითა და ეთერზეთებით.

ფოთლის ნაყენის მომზადება: 10 გრამ დაფქველ ფოთლებს უნდა დაასხათ 100 მლ.

70% სამედიცინო სპირტი და გააჩეროთ 14 დღე თბილ ადგილას.



მაგნოლია დიდყვავილა-Magnolia grandiflora L.

მაქალო

Malus orientalis (Uglitz.) Iuz

Яблоня восточная

ВОСТОЧНА

10 მეტრამდე სიმაღლის ხეა ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან. ტოტები გლუვი ნაცრისფერია და ეკლიანი. ღეროს ქერქი დახეთქილია. ფოთლები ელიფსურია, ხერხებილა, ნორჩობისას შებუსული, ხანდაზმულობაში შიშველი. ვარდისფერი ყვავილები შეკრებილია ფარისებრ ყვავილედად. მრგვალი ცრუ ნაყოფი ვაშლურა 3-5 სმ. დიამეტრისაა. მცენარე ყვავილობს მაის-ივნისში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელებულია მთის ქვედა და შუა სარტყელში ზღვის დონიდან 1500 მეტრამდე. გვხვდება როგორც ტყის პირებსა და ღია ადგილებში, ასევე წიფლისა და სხვა ფორმაციის კორომებში.

სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფი.

ქიმიური შემცველობა: ნაყოფი შეიცავს 16% შაქრებს (ფრუქტოზას, გლუკოზას და საქაროზას), 24% ორგანულ მჟავებს, 3% პექტინებს, C, B₁, D₂ ვიტამინს, კაროტინს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, კალციუმს, ფოსფორს, რკინას.

გამოყენება: ნედლეული ნაყოფს გააჩნია ორგანიზმის გამამაგრებელი თვისება ვიტამინებისა და სისხლნაკლებობის დროს. მისგან დამზადებული პრეპარატები მედიცინაში გამოიყენება სისხლმზადი ორგანოების მუშაობის გასაუმჯობესებლად.

მამულა.

Artemisia vulgaris

Белоцветник обыкновенный

მიეკუთვნება რთულყვავილოვანთა (Asteraceae) ოჯახს. მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა 100-150 სმ. სიმაღლის დატოტვილი ფესვებით და სწორმდგომი ღეროთი. ფოთლები მორიგეობითი, მჯდომარე, ორმაგდანაკვეთული, ქვედა მხრიდან შებუსული, მუქი მწვანე ფერის. ყვავილები პატარა, ვარდისფერი,

შეკრებილია კალათებად და ქმნის საგველა ყვავილედს. ყვავილობს ივნისიდან სექტემბრამდე.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. იზრდება ბოსტნებში, ბაღებში, გზების გასწვრივ, მინდვრებში, ტყის პირებზე, წარმოადგენს აბეზარ სარეველას.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის ყველა ნაწილი. ბალახს აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, ხოლო ფესვებს ამზადებენ შემოდგომაზე.

ქიმიური შემცველობა: ფოთლები შეიცავს ქოლინს, კაროტინს, და ვიტამინ C-ს..

გამოყენება: ნედლეულისაგან დამზადებული პრეპარატები გამოიყენება, როგორც დამამშვიდებელი, მატონიზირებელი, ტკივილგამაყუჩებელი საშუალება უძილობის, ნევროზის, ეპილეფსიის დროს. ასევე აძლიერებს მადას. მამულა ავიცენას მიერ რეკომენდირებული იყო თირკმლის კენჭოვანი დაავადების და საშვილოსნოს ეროზიის სამკურნალოდ. ხალხურ მედიცინაში ბალახის ნახარში გამოიყენებოდა თავის ტკივილის, გაცივების და ჭიების საწინააღმდეგო საშუალებად. გარეგანი გამოყენების მიზნით ბალახის ნაყენი გამოიყენება ლორწოვანი გარსის ანთების, წყლულებისა და ძნელად შესახორცებელი ჭრილობების სამკურნალოდ.

ნახარშის მომზადება: 20 გრ. ნედლეულს დაასხით 1 ჩ.ჭ. ცივ წყალი და
ადუღეთ

წყლის აბაზანაზე 5 წუთის განმავლობაში, გააჩერეთ 2 სთ. და მიიღეთ ყავის ჭიქით 3 – ჯერ დღეში.



მამულა - Artemisia vulgaris

მარმუჭი

Alchemilla oxysepala Iuz

Манжетка острочашелистковая

30-60 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ვარდისებრთა (ღოსაეაე) ოჯახიდან. დანაკვეთული ფოთლები 12-15 სმ სიგრძისაა, ზემოდან შიშველი, ქვემოდან შემოსილი. წვრილი ყვავილები შეკრებილია ყვავილედებად. ნაყოფი კაკლუჭაა. ყვავილობს მაის-ივლისში, ნაყოფი მწიფდება ივლის-სექტემბერში.

გავრცელებულია ტყის ზედა და სუბალპურ სარტყელში, აჭარა-იმერეთისა და არსიანის ქედებზე, ტყის პირას, ბალახოვან მდელოებზე, ბუჩქნარებში.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი, რომელსაც აგროვებენ ვეგეტაციის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ბალახი შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს, ჩ ვიტამინს, ფლავონოიდებს.

გამოყენება. ბალახის ნაყენი გამოიყენება როგორც შემკვრელი და ანთების საწინააღმდეგო საშუალება კუჭამლილობისა და ნაწლავების ანთების დროს,

თირკმლებისა და შარდის ბუშტის დაავადებების დროს. ნაყენს ასევე იყენებენ თეთრად შლის დროს.

მაჯაღმერი

Daphne mezereum Y

Ролчягодник обикновенный

1 მ-მდე სიმაღლის დატოტვილი ბუჩქია მაჯაღვერისებრთა (თჰმელაცეაე) ოჯახიდან. ფოთლები მოგრძო ლანცეტაა, ზემოთა მხრიდან მბრწყინავი, ისინი დეროზე მორიგეობით არიან განლაგებულნი. ყვავილები მოვარდისფროა, შეკრებილია 3-5 წევრიან ჯგუფებად ტოტების ძირში. ნაყოფი მომრგვალო, ერთთესლიანი, წითელი კურკიანაა. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება შემოდგომაზე.

გავრცელებულია მთის ზედა და სუბალპურ სარტყლებში. იზრდება ტყის პირას, ფერდობებზე. შხამიანი მცენარეა.

სამკურნალო ნედლეულია ქერქი, რომელსაც აგროვებენ გაზაფხულზე, შემოდგომასა და ზამთარში, აშრობენ მზეზე.

ქიმიური შემცველობა: მაჯაღვერის ყველა ნაწილი შეიცავს ფის მეზერინს, ქერქი შეიცავს გლიკოზიდ დაფნინს, კუმარინებს, საღებავ ნივთიერებებს.

გამოყენება: ხალხურ მედიცინაში მაჯაღვერი გამოიყენება როგორც კანის გამაღიზიანებელი და ჩირქის საწინააღმდეგო საშუალება, რევმატიზმის, ნიკრისის ქარის, ნევრალგიის, სიმსივნისა და სახსრების ტკივილის დროს.

ქერქის ნაყენი გამოიყენება აგრეთვე კუჭის დაავადებების დროს, კერძოდ კუჭაშლილობისას. მზადდება ნაყენი 1:20.



მაჯალკვირი – *Daphne mezereum* Y

მდგნალი

***Salix caprea* F**

15 მ-მდე სიმაღლის სწორმდგომი ფოთოლმცვენი ხეა ტირიფისებრთა (შალიცაცეაე) ოჯახიდან. მორიგეობით განლაგებული ფოთლები კვერცხისებრი ელიფსურია, კიდე ჭიდედაკბილული, ზემოთა მხრიდან მუქი მწვანე, ქვემოდან ნაცრისფერი და ბუსუსიანი. ერთსახლიანი მცენარეა, მდედრობითი ყვავილები შეკრებილია თეთრი ფერის ცილინდრულ მოკლეყუნწიან მჭადებად, მამრობითი მჭადები კი ყვითელი, კვერცხისებურია და უყუნწო. ნაყოფი ერთბუდიანი კოლოფია მრავალი ბუსუსებიანი თესლით. ყვავილობს მარტ-აპრილში ფოთლების გაშლამდე, ნაყოფი მწიფდება მაისში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობიდან სუბალპებამდე, ფოთლოვან ტყეებში ერევა ქვეტყეს, აგრეთვე გვხვდება ტყეთა ნაპირებზე, ბუჩქებს შორის, მდინარეებისა და ნაკადულების ნაპირებთან.

სამკურნალო ნედლეულია ღეროს ქერქი და მამრობითი ყვავილები, რომლებსაც აგროვებენ გაზაფხულზე, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ქერქი შეიცავს 16-20% მთრიმლავ ნივთიერებებს, ჩ ვიტამინს, ყვავილები შეიცავს გლიკოზიდებს, ასკორბინის მჟავას და კაროტინებს.

გამოყენება: ქერქი გამოიყენება გამხსნელად კუჭშეკრულობის დროს ნახარში (1:20).



მდგნალი-Salix caprea F

მთის პიტნა

Calamintha grandiflora (L.) Moench.

Душевик крупноцветковый

50 სმ. სიმაღლის მრავალწლიანი ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ტუჩოსანთა (Lamiaceae) ოჯახიდან. მთელი მცენარე ხასიათდება მკვეთრი სასიამოვნო სუნით, ღერო სწორმდგომია, დატოტვილი, ღარებიანი. დაფარულია თეთრი ბეწვებით.

ფოთლები მოპირისპირეა, ყუნწიანი, უკუკვერცხისებრი და ხერხკბილა. ყვავილები ვარდისფერ-წითელია, გრძელმილიანი და ორტუჩა, ისინი შეკრებილია მეჩხერ ფარად. ნაყოფ ოთხთესლიანი კაკლუჭაა. ყვავის ივლის-სექტემბერში, ნაყოფი მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში.

გავრცელებულია მთელი ტყის სარტყელში სუბალპებამდე, იზრდება ყველგან ტყეთა ხეობებში, მდელოებზე, ტყის პირას, ბუჩქნარებში.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი, რომელსაც აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში, ამრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქიმიური შემცველობა: ბალახი შეიცავს 2-3% ეთეროვან ზეთებს, საპონინებს, ნახშირწყლებს.

გამოყენება. მედიცინაში მთის პიტნა გამოიყენება როგორც ნაღველმდენი და სპაზმოლიტიკური საშუალება.

მზადდება ნაყენი ჩაის სახით, რისთვისაც 1 ს.კ. გამომშრალ ნედლეულს უნდა დაასხათ 1 ჩ.ჭ. ადუღებული წყალი, გააჩეროთ 4 საათი და მიიღოთ ყავის ჭიქით 3-ჯერ დღეში.



მთის პიტნა- *Calamintha grandiflora* (L.) Moench.

მთის ჩადუნა (გვიმრა)

Dryopteris filix mass.

Щитовник мужской

მრავალწლიანი სპოროვანი მცენარეა კილამურასებრთა (Polypodiaceae) ოჯახიდან. ახასიათებს ყავისფერი, მსხვილი ფესურა, ფოთლები ბალახოვანია, ფრთისებრ დანაკვეთილი, ხაზურა-ლანცეტისებური, ღრმად განაკვეთული ხერხებილა წილაკებად, მუქი მწვანე ფერის.

გავრცელებულია შუა სარტყლიდან ფოთლოვანი და წიწვოვანი ტყეების ზედა საზღვრამდე. აჭარაში გავრცელებულია სარბიელაში, ხინოში, გოდერძის უღელტეხილზე, ხულოში, თაგოში, წელათაში და სხვა.

ქიმიური შემცველობა: გვიმრის ფესურა შეიცავს ფლოროგლუცინის ნაწარმებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, სახამებელს, საქაროზას, ცხიმოვან ზეთებს.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურა, მას თხრიან შემოდგომაზე, კერძოდ, აგვისტო-ოქტომბერში ან ვეგეტაციის დასაწყისში (აპრილ-მაისში). ფესურას წმენდნენ მიწისაგან (დაფერთხავენ), აჭრიან ფოთოლს და დანით ასუფთავებენ ფესვებისაგან და ფოთლების ყუნწებისაგან. გასუფთავების შემდეგ ფესურაზე რჩება ყუნწის მოყვითალო-მწვანე ფერის გაფართოებული ფუძე. ერთი და იგივე ადგილას ნედლეულის შეგროვება უნდა მოხდეს 20 წელიწადში ერთხელ. ნედლეულს აშრობენ კარგად განიავებულ შენობებში ან საშრობებში 40⁰ C ტემპერატურაზე. ახლად გამომშრალი ნედლეული იმდენად აქტიურია, რომ პრეპარატები უნდა დამზადდეს არა უმეტეს 2-3 თვის განმავლობაში. ნედლეულის სიახლეს განსაზღვრავენ ფერით, რომელიც უნდა იყოს მწვანე შეფერილობის.

გამოყენება: გვიმრის ფესურა გამოიყენება, როგორც ჭიების საწინააღმდეგო საშუალება, ეს უძველესი საშუალება ცნობილი იყო ძველი ბერძენი ექიმებისათვის, მაგრამ დასავლეთ ევროპაში ვერ სარგებლობდა პოპულარობით. ალბათ, იმ დროისათვის ფესურების უმრავლესობა ძველი იყო და დაკრგული ჰქონდათ აქტიურობა. საუკეთესო რეცეპტი აღმოაჩინა შვეიცარიელი ექიმის ნიფერის ქვრივმა, რომელიც დიდი თანხით შეისყიდა საფრანგეთის მეფე ლუდოვიკო XVI 1775 წ. იმ დღიდან შეტანილი იქნა ევროპის ყველა ფარმაცოპეაში.

გვიმრის პრეპარატები მომწამლავია, რის გამოც მისი გამოყენება ექიმის კონსულტაციის გარეშე დაუშვებელია. წამლის მიღებამდე აუცილებელია განსაზღვრული დიეტა, ხოლო მიღების შემდეგ აძლევენ პაციენტს მარილიან სასაქმებელს.



მთის ჩაღუნა (გვიმრა)-*Dryopteris filix mass.*

მინდვრის ია

Viola arvensis L

Фиалка полевая

10-30 სმ სიმაღლის ერთი ან ორწლიანი ბალახოვანი მცენარეა იისებრთა (*Violaceae*) ოჯახიდან. ღერო ძირიდან დატოტვილია. ფოთლები მოკლევუნწიანი, მორიგეობით განლაგებული, ფორმით მომრგვალო-გულისებრი თანაფოთლებია. ყვავილები ზიგომორფული 1,5 სმ დიამეტრის, გრძელყუნწიანი, დეზიანი, იისფერი. ნაყოფი კოლოფია მრავალი თესლით. ყვავილობს აპრილიდან შემოდგომამდე.

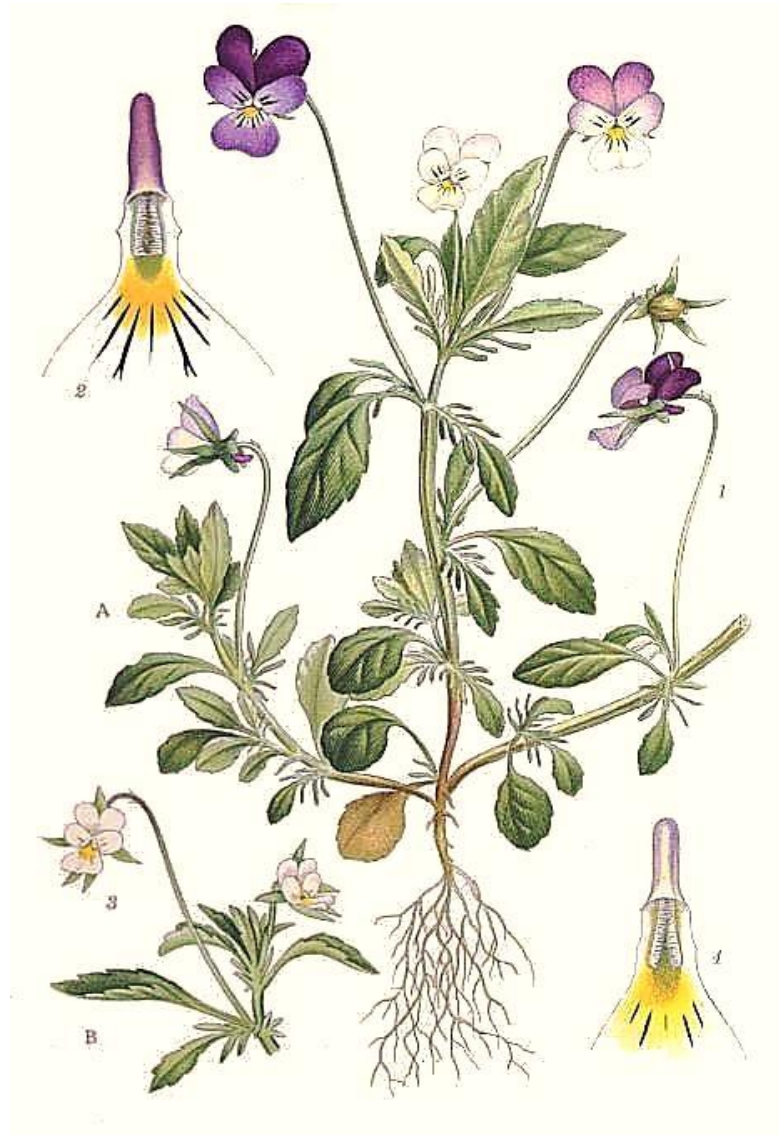
გავრცელებულია მთელ ტყის ზონაში სუბალპებამდე, ბუჩქნარებში, გზისპირებზე, ბაღებში, პლანტაციებში.

სამკურნალო ნედლეულია: მცენარის მიწისზედა ნაწილი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში. ნედლ ბალახს აქვს მოტკბო გემო. შეგროვებული ნედლეული უნდა გაშრეს 50-60°C-ზე საშრობში ან ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ბალახი შეიცავს ფლავონოიდ რუტინს, ეთერზეთებს, კაროტინოიდებს, ასკორბინის მჟავას, საპონინებს, ლორწოვან პოლისაქარიდებს.

გამოყენება: ამოსახველებელი საშუალება ბრონქიალური ასთმის დროს. ხელს უწყობს ნახველის გამოყოფას.

ნაყენის დამზადება: 1 ს.კ. გამხმარ ნედლეულს უნდა დაასხათ 1 ჭიქა მდულარე წყალი. გააჩეროთ 3 საათი, მიიღოთ 1 ს.კ. 3-4-ჯერ დღეში.



მონღვრის ია-Viola arvensis L

მურყანი

Alnus barbata C. .Mey. A.glutinosa L.

Олха черная

Олха бн

20-25 მ. სიმაღლის ფოთოლმცვენი ხეა არყისებრთა (Betulaceae) ოჯახიდან. მორიგეობით განლაგებული ფოთლები ელიფსურია და ორმაგხერხვილია, ძარღვების გასწვრივ დაფარულია ყვითელი ბუსუსებით. მცენარე ერთსახლიანია.

მტვრიანიაანი ყვავილები შეკრებილია მჭადა ყვავილედებად, ბუტკოიანი ყვავილები კი ქმნიან ე.წ. მწვანე “გირჩაკებს”, რომლებიც შემოდგომისათვის ხევდება და ყავისფერი ხდება. ნაყოფი ერთესლიანი კაკლუჭაა, მცენარე ყვავილობს თებერვალ-მარტში, ნაყოფი მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის შუა სარტყლამდე, იზრდება ტყეში, ტყის პირას, მდინარეთა ხეობებსა და დაჭაობებულ ადგილებში.

სამკურნალო ნედლეულია გირჩაკები და ქერქი. გირჩაკებს ამზადებენ შემოდგომასა და ზამთარში, ქერქს ადრე გაზაფხულზე, რომელსაც ამრობენ თბილ შენობებში ან საშრობებში, ნედლეულის შენახვის ვადა 4 წელია.

ქიმიური შემცველობა: გირჩაკები და ქერქი შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს, მათ შორის ტანინებს 2,5% და ტრიტერპენოიდებს.

გამოყენება: თანამედროვე მედიცინაში მურყანის ნაყოფებს იყენებენ როგორც შემკვრელ საშუალებას ხანგრძლივი კუჭაშლილობის, წვრილი და მსხვილი ნაწლავის ანთების დროს.

ფარმაცევტულ წარმოებაში თხმელას ნაყოფებისაგან ამზადებენ მშრალ ექსტრაქტს თხმელისნს, რომელსაც იყენებენ ფადარათისა და დიზენტერიის საწინააღმდეგოდ.

ნახარშის მოსამზადებლად 50 გრ. გირჩაკებს უნდა დაასხათ 1 ლ. წყალი და ადულოთ წყლის აბაზანაზე 5 წუთის განმავლობაში, მიიღეთ ცხლად თითო ჩაის ჭიქას დღეში 3-ჯერ.



მურყანი-Alnus barbata C. .Mey. A.glutinosa L.

მუზარადა

Scutallaria galericata Y

Шлемник обыкновенный

მრავალწლიანი 20-50 სმ სიმაღლის ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ტუჩოსანთა (ამიაცეაე) ოჯახიდან. ფოთლები მოგრძო 5-6 სმ სიგრძისა და 0,5-2 სმ სიგანის. ყვავილები მოლურჯო – იისფერია, ორტუჩა, ისინი თითო-თითო სხედან ზედა ფოთლების უბეებში. ნაყოფი იშლება ოთხ წვრილ კაკლუქად. ყვავილობს ივნის-ივლისში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელებულია მთის ზედა სარტყლიდან სუბალპებამდე, ნესტიან ადგილებში, ტორფიანებზე, დიდაჭარის იაილებში, დანისპარაულში, რიყეთში.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურები, რომელთაც აგროვებენ შემოდგომიდან გაზაფხულამდე. რეცხავენ და აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ფესურა შეიცავს ფლავონოიდებს, გლიკოზიდებს, სტეროიდულ საპონინებს, ეთერზეთებს, ფისებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს.

გამოყენება. მუზარადას ფესვების გამონაწვალს იყენებენ აღვანებული ნერვული სისტემის, აგრეთვე წნევის დამარეგულირებლად, თავის ტკივილისა და უძილობის დროს. დამამშვიდებელი თვისებებით მცენარე ბევრად აღემატება კატაბალახას. მცენარისგან ამზადებენ ნაყენს შემდეგი დოზით 2 ს.კ. გამომშრალ ფესვებს ასხამენ 1 ჩ.ჭ. მდულარე წყალს, აჩერებენ 8 სთ-ის განმავლობაში და ღებულობენ ყავის ჭიქით დღეში 3-ჯერ ჭამის შემდეგ.



მუზარადა – *Scutallaria galericulata* Y

მწვავე ფუნთუშა

Sedum acre M.B.

Очиток едкий

Очиток едкий

5-15 სმ-ის სიმაღლის მრავალწლიანი დატოტვილფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა სქელფოთოლასებრთა – ჩრასსულაცეაე ოჯახიდან. ფოთლები ხორცოვანი, კვერცხისებრი და შიშველია, ისინი ღეროზე განლაგებულია მორიგეობით. ყვითელი ყვავილები 5 წევრიანია და შეკრებილია 3-5 წევრიან ყვავილედებად. ყვავილობს აპრილ-მაისში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტოში.

გავრცელებულია ქვიან ადგილებში, გზის ნაპირას, კლდეებზე, მშრალ ხირხატ ნიადაგიან ფერდობებზე. გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპების ჩათვლით.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა ნაწილი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში და აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ბალახი შეიცავს ორგანულ მჟავებს, შაქარ სედაჰეპტოზას, ფლავონებს და ალკალოიდ სედამონს.

გამოყენება: ხალხურ მედიცინაში გარეგანი დანიშნულებით გამოიყენება დამწვრობის და წყლულების სამკურნალოდ. კერძოდ, ნედლ, დანაყილ ფუნთუშას კიბოს წყლულოვან კერებზე იდებენ, რითაც ეს კერები სუფთავდება. საქონლის ქონში არეული მისი წვენი კარგი საშუალებაა თავის კანზე არსებული გამონაყარების, ჩირქოვანი მუწუკების მოსარჩენად. ეპილეფსიის სამკურნალოდ ფხვნილად ქცეულ გამხმარ ფოთლებს ხმარობენ შაქართა შერევით დღეში 2-ჯერ (დილით და საღამოთი) თითო მიღებაზე 15 გრამის ოდენობით.

ცნობილ ბერძენ ფილოსოფოსს ჰიპოკრატეს ეს მცენარე სიმსივნეების სამკურნალო საშუალებად მიაჩნდა.

Очиток ед



მწვავე ფუნთუშა-Sedum acre M.B.

მხოხავი ჭანგა

Agropyrum repens (L.) Pal.

Пырей ползучий

60–100 სმ. სიმაღლის მრავალწლიანი, ფესურიანი, ბალახოვანი მცენარეა მარცვლოვანთა (Apiaceae) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია და მასზე განლაგებულია

ხალთიანი პარალელურძარღვიანი ფოთლები. ღეროზე ყვავილები მოკლებულია ყვავილსაფარს, უვითარდებათ ქერქლოვანი თანაყვავილები, 3 მტვრიანა და 2 ფრთისებრი დინგი. ისინი შეკრებილია რთულ თავთავად. ნაყოფი მარცვალაა, ყვავილობს ივნის-ივლისში, ნაყოფი - აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა სილნარ-ქვიშნარ ადგილებში, სხვადასხვა ტენიანობის ბალახოვან ცენოზებში.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურები, რომელთაც აგროვებენ შემოდგომაზე, სექტემბერ-ოქტომბერში. აშრობენ ჰაერზე.

ქიმიური შემცველობა: ფესურები შეცავს ნახშირწყლებს – აგროპირენს, ტრიტიცინს, გლუკოვანილინს, ცილოვან ნივთიერებებს, ცხიმებს, კაროტინს და ვიტამინ C-ს.

გამოყენება: ფესურების პრეპარატები მედიცინაში გამოიყენება როგორც სუსტი გამხსნელი და შარდმდენი საშუალება. მზადდება ფესურების ნაყენი და ნახარში, რისთვისაც 1 ს.კ. გამომშრალ და დაქუცმაცებულ ნედლეულს უნდა დაასხათ 1 ჩ.ჭ. მდულარე წყალი, ადუღოთ ნელ ცეცხლზე 3 წთ-ის განმავლობაში და მიიღოთ სუფრის კოვზით 3-ჯერ დღეში.



მხოხავი ჭანგა-Agropyrum repens (L.) Pal.

ნიახური

Apium graveolens L.

Сельдерей

ერთი ან ორწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ქოლგოსანთა (Umbeli-ferae) ოჯახიდან. ახასიათებს 1 მეტრამდე სიმაღლის სწორი, დატოტვილი ღერო. ფოთლები თათისებრ დანაკვეთული, ზემოდან პრიალა, ქვემოდან მქრქალი. თეთრი ყვავილები შეკრებილია წვრილ ქოლგებად. ნაყოფი მორუხო-მოყავისფრო, მომრგვალო ტყუპთესლია.

გავრცელებულია საქართველოში, როგორც საბოსტნე მცენარე. ზრდის პროცესში აუცილებელია გაუფხვიეროთ ნიადაგი და ხშირად მორწყათ.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის ფესვები და ფოთლები.

ქიმიური შემცველობა: ნიახურის ფესვში არის შაქრები, ეთერზეთი, ასპარაგინი, ლორწოები, კალიუმის, კალციუმის, ფოსფორისა და ნატრიუმის მარილები, მჟაუნმჟავა, ვიტამინები და სხვა.

გამოყენება: ხალხური მედიცინა ნიახურს იცნობს, როგორც სურავადის საწინააღმდეგო, შარდმდენ და მადის მომგვრელ საშუალებას. აჭარაში ნიახურის ნახარშს ასმევენ ხველების, თირკმლის კენჭოვანი დაავადების, ბუასილის დროს. ამ მცენარეს ქართლში ხმარობენ თირკმლის დაავადებისას, კახეთში-ძირმაგარის დასამწიფებლად. ნიახური გამოყენებულია ჯირკვლების დაავადების, სახსრების ტკივილისა და ბუასილის სამკურნალოდ. ახასიათებს ასევე სუსტი სასაქმებელი მოქმედება. რეკომენდირებულია ახალი ფესვებისაგან გამონაწერი წვენის მიღება, 1-2 ჩაის კოვზი 3-ჯერ დღეში ჭამამდე 30 წუთით ადრე.

ნაყენის მომზადება: 2 სუფრის კოვზი დაქუცმაცებული ფესვები და 1 ჩაის ჭიქა ცივი წყალი დადგით ნელ ცეცხლზე 2 საათის განმავლობაში, გაწურეთ და მიიღეთ 3-ჯერ დღეში ჭამამდე.

კანის დაავადებებისა და ჩირქოვანი წყლულების სამკურნალოდ გამოიყენება ახლად დაქუცმაცებული ფოთლები ან ნიახურის მალამო. საფენებისათვის იყენებენ ფესვების ნაყენს.



ნახური - *Apium graveolens* L.

ნიგზისძირა

Geum urbanum L.

Гравилат городской

მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ვარდისებრთა (*Rosacea*) ოჯახიდან. აქვს 30-60 სმ-მდე სიმაღლის სწორმდგომი ღერო, რომელიც ზედა ნაწილში შებუსუსული და დატოტვილია. ფესვთანი ფოთლები ყუნწიანია, ზედა კი მჯდომარე. ღეროზე ფოთლები განალაგებულია მორიგეობით. აქვს ღია ყვითელი ფერის გრძელყუნწიანი ყვავილები. ნაყოფი მრავალკაკლუჭაა.

გავრცელებულია აჭარაში ზღვის სანაპირო ზოლიდან 1300-1600მ სიმაღლემდე (ზღვის დონიდან). გვხვდება ტყეში, ბუჩქნარებში, ბალახიან ფერდობებზე. აჭარაში არის მისი მეორე სახეობაც, რომელიც სანკურნალო თვისებებით ხასიათდება – *Geum latilobum somm.et Lev.*

სამკურნალო ნედლეულია ნიგვზისძირას მიწისზედა ნაწილი (ბალახი), ფესურა და ფესვები. ბალახს აგროვებენ ყვავილობის დასაწყისში მაის-ივნისში, აშრობენ ჩრდილში. ფესურას ფესვებთან ერთად გვიან შემოდგომით ამოთხრიან და აშრობენ მზეზე.

ქიმიური შემცველობა: შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფისებს, ეთერზეთებს, მწარე ნივთიერებებს, C ვიტამინს, პროვიტამინს.

გამოყენება: ხალხურ მედიცინაში ნიგვზისძირას წყლიან გამონაწურს იყენებენ, როგორც შემკვრელ საშუალებას კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის სხვადასხვა ანთებითი დაავადებების, განსაკუთრებით დიარეას დროს. ზედა სასუნთქი გზების ანთებისა და ბრონქიტის დროს დღეში რამდენჯერმე სვამენ ნიგვზისძირას ფესვების თითო გრამ ფხვნილს. ნაყენს ან ნახარშს იყენებენ სხვადასხვა სისხლდენების შემთხვევაში, როგორც სისხლის შემადეებელ საშუალებას. ნახარში გამოიყენება ასევე სავლებად ღრძილებისა და პირის ღრუს ანთების დროს.

ნაყენის მომზადება: 1 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ბალახს ან ფესვებს უნდა დაასხათ 1 ჩაის ჭიქა ადუღებული წყალი და მიიღოთ ჭიქის 1/3-1/4 დღეში 3-4ჯერ. ნახარშის მოსამზადებლად უნდა აიღოთ 1-2 სუფრის კოვზი ფხვნილი და დაასხით 1 ჩაის ჭიქა ადუღებული წყალი და მიიღოთ 1-2 სუფრის კოვზი 3-4ჯერ დღეში.

ხალხურ მედიცინაში, ნიგვზისძირას ღვინოში შეზავებულ ფესვების ნაყენს ასმევდნენ ნაავადმყოფარ და დასუსტებულ ადამიანს მოსალონიერებლად, ფხვნილს აყრიდნენ ჭრილობაზე, ფესვებს კი იყენებდნენ ჩრჩილის საწინააღმდეგოდ.

ხულოს რაიონში ნიგვზისძირას “მარიამხელას” ეძახდნენ და იყენებდნენ რაქიტის ბავშვების სამკურნალოდ, კერძოდ მათ აბანავებდნენ ნიგვზისძირას ნახარშში, ხოლო მოხარშული მცენარის გამონაწურს იყენებდნენ სავლებად პირის ღრუს დაავადების დროს.



ნიგეზოსპირა-*Geum urbanum* L.

ნიორი

Allium sativum L.

чеснок

მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა შროშანასებრთა (*Liliaceae*) ოჯახიდან. აქვს 6-10 კბილისგან შემდგარი ბოლქვები. ბოლქვზე ვითარდება მიწის ზევით 1 მეტრამდე სიმაღლის ღერო. ღეროს წვერზე კი ვითარდება თეთრი ყვავილებისაგან შემდგარი ქოლგა ყვავილედ. ფოთლები ბრტყელი და ხაზურაა.

კულტურული მცენარე ხარობს საქართველოს მთა-ბარში. უძველესი დროიდან გამოიყენება სამკურნალო საშუალებად. ნივრის დამახასიათებელი მწარე გემო და თავისებური მძაფრი სუნი განპირობებულია ეთერზეთით, გარდა ამისა ბოლქვებში არიან აზოტური შენაერთები, ფიტოსტერინები, გლიკოზიდი ალინი, ვიტამინი C და სხვა ნივთიერებები.

მედიცინაში იყენებენ ივნისიდან აგვისტომდე შეგროვებულ ახალ ბოლქვებს. ხალხურ მედიცინაში ნიორს აქვს მრავალმხრივი გამოყენება, განსაკუთრებით საჭმლის მონელების გასაუმჯობესებლად. ნიორი აღძრავს მადას, ამლიერებს საჭმლის მომნელებელი ფერმენტების გამოყოფას, ხელს უწყობს საკვების უკეთ შეთვისებას, ამცირებს ნაწლავში გაზების რაოდენობას, გამოიყენება ასევე ჭიების გამოსადევნად, ძაღლის, ფუტკრის ნაკბენისა და ნაღრძობის სამკურნალოდ. აჭარაში ნიორს იყენებენ გულყრის, ფაღარათის, ძლიერი ნერწყვდენისა და თმის ცვენის სამკურნალოდ.

ჭიების გამოსადევნად კვირაში ორჯერ ღებულობენ უზმოზე თითო კბილ ნიორს, ცოფიანი ძაღლის ნაკბენზე იღებენ დანაყილ ნიორს.

ნიორი დიდი ხანია გამოიყენება როგორც სისხლის მიმოქცევის მომწესრიგებელი, სასუნთქი გზების დაავადებათა სამკურნალო და სისმსივნის საწინააღმდეგო საშუალება. ნივრის არყიანი ნაყენი ხალხურ მედიცინაში მიჩნეულია თირკმლებისა და შარდის ბუშტის კენჭოვანი დაავადებების, ასევე რევმატიზმისა და ნიკრისის ქარის სამკურნალო საშუალებად.

ნაყენის მომზადება: ნაყენის მოსამზადებლად 40 გრამ დაქუცმაცებულ ნიორს უნდა დაასხათ 100 გრამი არაყი და მიიღოთ 10-10 წვეთი 2-3-ჯერ დღეში ჭამამდე 20-30 წუთით ადრე. ნიორს ფართოდ იყენებენ ავიტამინოზის, კანის დაავადებისა და ინფექციური დაავადებების დროს. ცნობილია, რომ ნივრის ზემოქმედების შედეგად მცირდება კიბოს უჯრედების ზრდის ენერგია.

ხალხურ მედიცინაში გაცივების, ტრაქეოტომიის, ბრონქიტის, ბრონქიალური ასთმისა და ყივანახველის დროს გულმკერდს უზელენ ნივრის ფაფით, რომელიც შერეულია კარაქში ან ღორის ქონში. გრიპის დროს ღებულობენ 2-4 წვრილად დაქუცმაცებულ ნივრის კბილს 2 დღის განმავლობაში. კარაქში შემწვარი ნივრის ფაფა ან რძეში მოხარშული ნიორი აჩქარებს ჩირქგროვების მომწიფებას და ამსუბუქებს ტკივილს. მეჭეჭებს, ლიქენს, ეგზემას და კანის სხვა დაავადებას მკურნალობენ ნივრის ფაფით ან ახალი წვეთით. თმის ცვენის საწინააღმდეგოდ ნივრის წვენს იზელენ თმის ძირებსა და კანში.

ნიორი აფართოებს სისხლძარღვებს, ამცირებს სისხლის წნევას, ახასიათებს ბაქტერიოციდული მოქმედება, მკურნალობის ეფექტი იზრდება რძის თანაობისას.



წორი-*Allium sativum* L.

ორკბილა

***Bidens tripartita* L.**

Черда

Черда трёхздель

1 მ-მდე სიმაღლის სწორმდგომი ერთწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (*Asteraceae*) ოჯახიდან. 15 სმ. სიგრძის სამწკვივანი ფოთლები განლაგებულია ერთმანეთის მოპირისპირედ. ყვითელი ყვავილები შეკრებილია 1,5 სმ. დიამეტრის კალათებად და სხედან ღეროსა და ტოტების ბოლოებზე ცალკეულად ან ჯგუფურად. ყვა- ვილედში ყველა ყვავილი მილისებრია. ნაყოფი თესლურაა ორ ხორკლიანი კბილით. ყვავილობს აგვისტო-სექტემბერში, ნაყოფი მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის შუა სარტყლამდე გვხვდება დანაგვიანებულ ტენიან ადგილებში, მდინარეებისა და ტბების ნესტიან ნაპირებზე, არხების პირას, წყალსაცავთა ნაპირებზე, ბაღებში.

სამკურნალო ნედლეულია ყვავილობამდე ან ყვავილობის პერიოდში შეგროვილი კენწრული ნაწილები, რომელთაც აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში, ნედლეულის შენახვის ვადა 1 წელია.

ქიმიური შემცველობა: ორკბილას ნორჩი ყლორტები შეიცავს 0,06% ეთერზეთებს, 7% მთრიმლავ ნივთიერებებს, პროვიტამინ – (50-60მგ%), C ვიტამინს (750-950 მგ%), ლორწოს.

გამოყენება: ორკბილას ახასიათებს ანთების საწინააღმდეგო, ანტიალერგიული და სისხლის გამწმენდი თვისება. მის ნაყენსა და ნახარშს იყენებენ კანის დაავადებების დროს. მას იყენებენ ბავშვთა დიათეზის სამკურნალოდ, მისით მკურნალობენ ფურუნკულოზსა და კანის ალერგიული ხასიათის გამონაყარს. ის გამოიყენება აბაზანებისათვის საყმაწვილის დროს.

აბაზანისათვის ნახარში მზადდება შემდეგი თანაფარდობით: 2 სუფრის კოვზ მშრალ ბალახს უნდა დაასხათ 0,5 ლ. წყალი და ადუღოთ 5 წუთი წყლის აბაზანაზე.

ორკბილას ბალახის ნაყენს ხალხურ მედიცინაში იყენებენ შინაგანად, როგორც მსუბუქ შარდმდენ, ოფლმდენ და დამამშვიდებელ საშუალებას, რისთვისაც 1 სუფრის კოვზ ბალახს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა ადუღებულ წყალს, აჩერებენ 10 წუთს და იღებენ თითო სუფრის კოვზს 2-3-ჯერ დღეში.

სპირტიან ექსტრაქტს შინაგანად და სქელ ექსტრაქტს შესაზელად იყენებენ მეცნიერულ მედიცინაში ფსორიაზის სამკურნალოდ.



ორკბილა-Bidens tripartita L.

ოროვანდი

Arctium lappa L.

Лопух обыкновенный

1 – 1,5 მ. სიმაღლის ორწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა ხორციანი დატოტვილი ფესვით ასტრასებრთა (Astraceae) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია, წითელი ფერის, ზედა ნაწილში დატოტვილი. ღეროს ქვედა ნაწილში განლაგებული ფოთლები ყუნწიანია და დიდი ზომის. მათი ზომა ღეროს კენწეროს მიმართულებით თანდათანობით მცირდება, ხერხვილაა, ქვედა მხარეს დაფარული რუხი ბუსუსებით. მოიხსრო წითელი ყვავილები შეკრებილია კალათა ყვავილედად, რომელიც თავის მხრივ შეკრებილია ფარებად. კალათში ყველა ყვავილი მილისებრია. ნაყოფი თესლურაა, რომელსაც უვითარდება საფრენი აპარატი. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებსა და მთისწინებზე. იზრდება გზების გასწვრივ, ბოტანიკური ბაღის მიდამოებში.

სამკურნალო ნედლეულია ფესვები, რომელთაც ამზადებენ ადრე გაზაფხულზე ან გვიან შემოდგომაზე, რეცხავენ ცივ წყალში და აშრობენ ჰაერზე. ნედლეულის შენახვის ვადა 5 წელია.

ქიმიური შემცველობა: ფესვები შეიცავს პოლისაქარიდ ინულინს, პროტეინებს, ცხიმებს, ეთეროვან ზეთებს, ორგანულ მჟავებს, მთრიმლავ და მწარე ნივთიერებებს.

გამოყენება. მედიცინაში იყენებენ ოროვანდას ფესვებისაგან მომზადებულ ნაყენს ან ნახარშს, როგორც შარდმდენ საშუალებას, ასევე იყენებენ თმების გასამაგრებლადაც. გარდა აღნიშნული პრეპარატებისა მისგან მზადდება მალამო და ზეთი, ჭრილობების შესახორცებლად.



ოროვანდი-Arctium lappa L.

ოქროწვეპლა

Solidago virgaurea L.

**Золотая розга
Золотая розга**

40-60 სმ –ის სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან. სწორმდგომი წვრილი ღერო მხოლოდ ზედა ნაწილშია დატოტვილი. ფესვთანური ფოთლები გრძელყუნწიანია, ღეროზე განლაგებული ფოთლები მოკლეყუნწიანი, კენწრული ფოთლები კი მჯდომარე. ყვავილები შეკრებილია პატარა ზომის კალათებად, რომლებიც თავის მხრივ ქმნიან საგველა ყვავილედს. კალათში განაპირა ყვავილები ენისებრია, შუა კი მილისებრი. ყველა ყვავილი ყვითელია, ყვავილები 5 წვერიანი წრეებისაგან შედგება, მასში 5 ჯამის ფოთოლაკია, 5 გვირგვინის ფურცელი, 5 მტვრიანა და 1 ბუტკო. თესლებს უვითარდებათ საფრენი აპარატი. მცენარე ყვავილობს ზაფხულში.

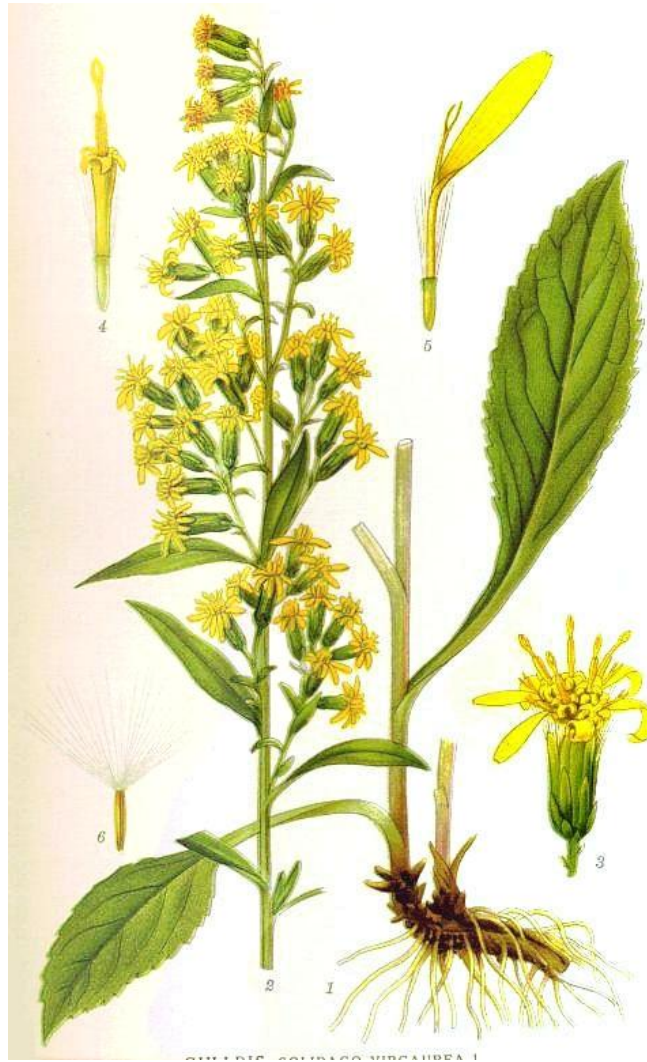
გავრცელებულია მთელ ტყის სარტყელში სუბალპებამდე, გვხვდება ტყის პირობებში, ბუჩქნარებში.

სამკურნალო ნედლეულია ღეროს კენწრული ნაწილი ფოთლებითა და ყვავილებით.

ქიმიური შემცველობა: ფოთლები და ყვავილები შეიცავენ 0,5 – 0,7% ეთერზეთებს, საპონინებს, ტანინებს, ფლავონებს

გამოყენება: მცენარე რეკომენდირებულია თირკმლის ანთების, თირკმლის კენჭოვანი დაავადებისა და შარდში ცილების მომატების დროს.

ნაყენის მომზადება: 6 ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ნედლეულს უნდა დაასხათ 2 ჩაის ჭიქა ცივი წყალი და გააჩეროთ 8 სთ. ნაყენი მიიღეთ ყლუპით 1 დღის განმავლობაში.



ოქროწვეპლა-Solidago virgaurea L.

ოშოშა

Glechoma hederaceae

Будра плющевая

Будра — 60 სმ-მდე სიგრძის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცოცავი მცენარეა ტუჩოსანთა (amiaceae) ოჯახიდან. ღერო მუხლებში ადვილად ფესვიანდება, მასზე საპირისპიროდ განლაგებულია მომრგვალო, გრძელყუნწიანი ფოთლები, ფოთლების ილლიებში ჯგუფურად ვითარდება ღია ცისფერ-იასამნისფერი ყვავილები. ნაყოფი ოთხად დანაწევრებული კაკალია. მცენარე ყვავილობს აპრილ-აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება ივლის-სექტემბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებსა და მთისწინებზე, ბუჩქნარებში, ბაღებში, პლანტაციებში, ბალახოვან ფერდობებზე, ნასვენ მიწებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში. ნედლეულის შენახვის ვადაა ერთი წელი.

ქიმიური შემცველობა: ბალახი შეიცავს 8% ტანინს, მწარე ნივთიერებებს, ეთერზეთებს, ქოლინს.

გამოყენება: ოშოშას პრეპარატები გამოიყენება სასუნთქი ორგანოების დაავადების დროს (ბრონქიტი, ფილტვების ანთება), ასევე მადის აღმძვრელ საშუალებად.

ბალახისგან მზადდება ნაყენი, რისთვისაც 1 ჩაის კოვზ გამხმარ ბალახს უნდა დაასხატ 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალი, გააჩეროთ 6 საათი, გაწუროთ და მიიღოთ სუფრის კოვზით 3-ჯერ დღეში, ხოლო ნახარში გამოიყენება გარეგანად ფურუნკულებისა და ჩირქოვანი ჭრილობების დასამუშავებლად. ნახარშის მოსამზადებლად 2-3 ჩაის კოვზ ნედლეულს უნდა დაასხათ 1 ჩაის ჭიქა ცივი წყალი, ადუღოთ 15-20 წუთი, გააცივოთ და გაწუროთ.



ოშოშა – *Glechoma hederaceae*

ობრახუში (მაკიდო)

Petroselinum sativum Hoffm.

Петрушка огородная

ორწლიანი საბოსტნე მცენარეა ქოლგისებრთა (Umbelliferae) ოჯახიდან. ფესვები თეთრია კონუსისებური. 1 მ-მდე სიმაღლის ღერო დატოტვილი, შიშველი. ფოთლები გრძელყუნწიანი, ორმაგ და სამმაგ ფრთისებრ დანაკვეთული. ყვავილები თეთრი ან ყვითელია, შეკრებილია ქოლგა ყვავილედებად. ნაყოფი ფართო-ვერცხისებურია.

გავრცელებულია ხმელთაშუა ზღვის აღმოსავლეთ ოლქებში, სადაც იგი გვხვდება ველური სახით. მაკიდოს ჯერ კიდევ ჩვენს ერამდე ბერძნები და რომაელები იცნობდნენ, როგორც სამკურნალო და სუნელ-სანელებელ საშუალებას.

ქიმიური შედგენილობა: მცენარე შეიცავს ასკორბინის მჟავას, რთულ ეთერზეთებს 0,1%, ფლავონოიდებს, ფოლის მჟავას, მინერალურ მარილებს რკინას, კალციუმს და ფოსფორს, ვიტამინებს- C, K.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის ფოთლები, თესლი, ფესვები. ხორციანი თეთრი ფესვი შეიცავს 0,1% ეთეროვან ზეთს, გლიკოზიდ აპინს და ლორწოს. მაკიდოში შედარებით მცირე რაოდენობითაა კალიუმი, კალციუმი, რკინა და ფოსფორი. ნედლი ფოთლები შეიცავს ე.წ. ობრახუმის ქაფურს ანუ აპიოლს, აგრეთვე ტანიინსა და პინენს.

გამოყენება: ქართულ ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება საშარდე გზების დაავადების დროს. აჭარაში გადაურგველ მაკიდოს იყენებენ სიცხის დროს.

ხალხურ მედიცინაში ფესვების წყლიან ნაყენსა და დაფქვეულ ნაყოფებს იყენებდნენ როგორც შარდმდენს, თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის დაავადების დროს, თირკმლის ქვალის, ნაწლავის სპაზმისა და მეტეოროზმის დროს, მენსტრუალური ტკივილების და წინამდებარე ჯირკვლის ანთების დროს.

თესლები ხასიათდება დიურეზული და ანტისპაზმური მოქმედებით, აძლიერებს კუჭქვეშა ჯირკვლის სეკრეტორულ მოქმედებას, აუმჯობესებს საჭმლის გადამუშავების პროცესს. ფოთლებისაგან მიღებული წვენი გამოიყენება კანზე ლაქებისა და გამონაყარის მოსაშორებლად.

ნაყენის მომზადება: 4 სუფრის კოვზი გამხმარ ან ნედლი ფესვებს უნდა დაასხათ ნახევარი ჩაის ჭიქა ადუღებული წყალი. გააჩეროთ 8-10 სთ. და მიიღოთ სუფრის კოვზით დღეში 3-4-ჯერ ჭამამდე 30 წთ. ადრე.



ობრახუმი (მაკიდო)- *Petroselinum sativum* Hoffm.

პასიფლორა

Passiflora incarnata L.

Пассифлора инкарнатный

ტროპიკული 9 მეტრამდე სიგრძის მცოცავ ღეროიანი ბალახოვანი ლიანაა, რომელსაც ნიადაგში უვითარდება მსხვილი ხორცოვანი რამოდენიმე მეტრის სიგრძის ფესურა. ღეროზე განლაგებულია გრძელყუნწიანი ღრმად, სამად ამოკვეთილი, პრიალა ფოთლები. ყვავილები მარტოულია, იასამნისფერი, გრძელყუნწიანი და ორიგინალური, შედგება 5 ჯამის ფოთოლაკისაგან და 5 გვირგვინის ფურცლისაგან. ნაყოფი მომწვანო-მოყვითალო საჭმელად ვარგისი კენკრაა.

გავრცელებულია ბრაზილიაში, ჩრდილო ამერიკის ტროპიკულ ნაწილში და ბერმუდის კუნძულებზე. ინტროდუცირებულია ბევრ ქვეყანაში, აჭარაში შემოტანილია 1955 წლიდან. ქობულეთის სამკურნალო მცენარეთა ზონალურ საკვლევ სადგურში, სადაც შეიქმნა მცენარის სამრეწველო პლანტაციები.

სამკურნალო ნედლეულია: ბალახი, რომელსაც აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის პერიოდის განმავლობაში, ნედლეულს აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ბალახი შეიცავს 0,05% ალკალოიდებს, რომელთა შორის მნიშვნელოვანია, გარმინი, გარმანი. გარდა ალკალოიდებისა, შეიცავს ფლავონოიდებს: ვიტესინი, კვერცეტინი, ლუტეოლინი, აგრეთვე კუმარინებს, ქინონებს.

გამოყენება: იყენებენ მცენარის თხევად ექსტრაქტს დამამშვიდებელ საშუალებად ნევრასთენიის, უძილობის, ქრონიკული ალკოჰოლიზმის და კლიმაქტერული დაღვწევების დროს.

ნაყენის მომზადება: 50 გ. გამომშრალ ნედლეულს უნდა დაასხათ 100 მლ. წყალი და გააჩეროთ 4 სთ-ის განმავლობაში და მიიღოთ ყავის ჭიქით 3 ჯერ დღეში. მკურნალობის კურსი 3 თვეა.



პასიფლორა – *Passiflora incarnata* L.
პირშუმხა

***Armoracia rusticana* (Lam.) Gaernt.**

Хрен обыкновенный

80- 100 სმ. სიმაღლის მრავალწლიანი მსხვილი, ხორცოვან ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ჯვაროსანთა (Cruciferae) ოჯახიდან. ღერო ერთია ან რამოდენიმე, სწორმდგომი, ხორკლიანი, დატოტვილი. ფოთლების ნაწილი ფესვთანურია, მათი სიგრძე 60 სმ-ია. სიგანე 15 სმ. ღეროსეული ფოთლები კი გაცილებით მცირე ზომისაა და მჯდომარე. თეთრი ყვავილები შეკრებილია მტევან ყვავილედებად. ნაყოფი ჭოტია, ყვავილობს მაის-ივნისში. საბოსტნე მცენარეა.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურა და ფესვები, რომელთაც ამზადებენ მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში.

ქიმიური შემცველობა: ფესურა და ფესვები შეიცავენ გლიკოზიდ სინიგრინს, ორგანულ მჟავებს, C ვიტამინს, მიკროელემენტებს K და Ca – ს.

გამოყენება. მედიცინაში გამოიყენება ფესურების წვენი, რომელსაც აქვს მწარე გემო, გამოიყენება როგორც ბაქტერიოციდული და კანის გამღიზიანებელი საშუალება რადიკულიტისა და იზიაზის დროს. ნერვის ანთების დროს იყენებენ ნედლ ფესურას, რომელსაც ატარებენ ხორცსაკვებ მანქანაში და დოლბანდში გახვეულს იღებენ მტკივან ადგილას.



პირშუშა-Armoracia rusticana (Lam.) Gaertn

პონტური შქერი

Phododendron ponticum L.

Рододендрон потииский

Рододендрон понтийский

3 მეტრამდე სიმაღლის მარადმწვანე ბუჩქია მანანასებრთა (Ericaceae) ოჯახიდან. ღეროს ქერქი მოყავისფროა, ტოტებისა კი მწვანე. ფოთლები სქელია, ტყავისებრი, კიდემთლიანი, ღეროზე განლაგებულია მორიგეობით. ყვავილები მოწითალო-იასამნისფერია, შეკრებილია ღეროსა და ტოტების წვერში ქოლგა ყვავილედებად. ნაყოფი კოლოფია. ყვავილობს აპრილ-მაისში, ნაყოფი მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობიდან სუბალპებამდე, იგი მარადმწვანე ქვეტყის შემქმნელი ერთ-ერთი სახეობაა, გვხვდება ასევე მდინარეთა ტენიან ხეობებში, ტყის პირებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში და ამრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ფოთლები შეიცავს საგულე გლიკოზიდებს – ფლავონოიდებს.

გამოყენება: ფოთლების ნაყენი აძლიერებს გულის შეკუმშვას და ანელებს გულის რითმს, ამშვიდებს აღზნებულ ცენტრალურ ნერვულ სისტემას.

ნაყენის მოსამზადებლად 1 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ნედლეულს უნდა დაასხათ 1 ჩაის კოვზი მდულარე წყალი, გააჩეროთ 4 სთ, გაწუროთ და მიიღოთ თითო სუფრის კოვზი 3 – ჯერ დღეში.



პონტური შქერი _ Phododendron ponticum L.

ჟანბისშერი სათიოშრა

Digitalis ferruginea L.

Наперстянка ржавая

მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა შავწამალასებრთა Scrophulariaceae ოჯახიდან. ფესვთანური ფოთლები მოგრძო ლანცეტაა 10-25 სმ სიგრძის, ქვემოთა მხარეს შებუსული, ხოლო ღეროსეული ფოთლები უფრო პატარაა და მჯდომარე. ღერო 0,5-1,3 მ სიმაღლისაა, მასზე განლაგებულია ჟანგისფერი, გაბერილი, მრავალი მუქმარღვიანი ყვავილები. ნაყოფი კვერცხისებრი კოლოფია მრავალი თესლით. ყვავილობს ივნის-ივლისში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. იზრდება ტყეებში, კლდეებზე, ბუჩქნარებში, სუბალპებში. წარმოადგენს სარეველა შხამიან მცენარეს.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები, რომლებსაც აქვს მწარე გემო. მათი შეგროვება ხდება ყვავილობის ფაზაში, მზიან ამინდში, რადგან საგულე გლიკოზიდების დიდი რაოდენობით დაგროვება ხდება სინათლეზე. ფოთლებს აშრობენ ნედლეულის აღებისთანავე საშრობში 55-60⁰C-ზე ან ჩრდილში, რადგან ნელი შრობისას საგულე გლიკოზიდები იშლება.

ქიმიური შემცველობა: ფოთლები შეიცავს საგულე გლიკოზიდებს, კერძოდ, კარდენოლიდდიგილანოლიდ A-ს და B-ს, ასევე სტეროიდულ გლიკოზიდებს, დიგიტანოლგლიკოზიდებს, ფლავონებს და სტეროიდულ საპონინებს.

გამოყენება: სათითურა ერთ-ერთ მნიშვნელოვან საგულე მცენარეს წარმოადგენს და გამოიყენება გულის ფუნქციის დარღვევის დროს (არითმია), მცენარის მოქმედება განპირობებულია საგულე გლიკოზიდების ნელი დაშლით, რომელიც შემდეგ გროვდება ორგანიზმში. მცენარესაგან მზადდება პრეპარატი „დიგალენ-ნეო“, წვეთებისა და ამპულების სახით, „სათითურინი“ – ტაბლეტებში და „სუკუდიფერი“- ფოთლების დაკონსერვებული წვენი.



ქანბისფერი სათიბურა _ *Digitalis ferruginea* L -

ჟოლო

Rubus saxatilis

Малина

ველურად მზარდი ან კულტივირებული ბუჩქია ვარდისებრთა (*Rosaceae*) ოჯახიდან, სიმაღლით 1,5 მ., მრავალწლიანი ფესვებითა და ორწლიანი მიწისზედა ღეროთი. ყვავილები თეთრი არომატული. გვირგვინის ფურცლები ჯამის ფოთოლაკებზე მცირე ზომისაა, მტვრიანა მრავალი. მასიურად ყვავილობს მაისის ბოლოს ან ივნისის დასაწყისში, ყვავილობა გრძელდება 2-3 კვირა. ნაყოფი მწიფდება სხვადასხვა დროს ამინდის მიხედვით. ხშირად შეიძლება ბუჩქზე შევნიშნოთ მწიფე, უმწიფარი მწვანე ნაყოფები და ყვავილები. ნაყოფის მასიური შეგროვება ხდება აგვისტოში.

ქიმიური შემცველობა: ტყის ჟოლოს ნაყოფი შეიცავს: 10% შაქარს, ორგანულ მჟავებსა და მათ მარილებს, ვიტამინებს – A, B, C. თესლები შეიცავს 22%-მდე ცხიმს. ბალის ჟოლოს ნაყოფი შეიცავს: 11,5%-მდე შაქრებს (გლუკოზა, ფრუქტოზა, საქაროზა), ორგანულ მჟავებს (ლიმონის, ვაშლის, სალიცილის), მთრიმლავ ნივთიერებებს, პექტინს 0,9%-მდე, ანტოციანებს, ფლავონოიდებს, მინერალურ ნივთიერებებს და მიკროელემენტებს (რკინა, კალიუმი, კალციუმი, სპილენძი,

მაგნიუმი, კობალტი, ცინკი), ვიტამინებს— C, B₁ B₂, PP, ფოლის მჟავას. ჟოლო მდიდარია ვიტამინ C და რკინით (100 გრამ ნაყოფზე 2-3,6მგ). თესლები შეიცავენ ცხიმსა და β-სიტოსტერინს, რომელიც ხასიათდება სკლეროზის საწინააღმდეგო მოქმედებით. ფოთლები შეიცავენ ფლავონოიდებსა და ორგანულ მჟავებს.

გამოყენება: ტყის ჟოლოს ნაყოფების ნახარში ხასიათდება ოფლმდენი და სიცხის დამწვევი მოქმედებით, რის გამოც მას იყენებენ გაცივების დროს, ამავე მიზნით გამოიყენება “ჟოლოს ჩაი”, რომელიც მზადდება ჟოლოს იმ ყლორტების ნახარშისაგან, რომელზედაც არის ფოთლები, ყვავილები და ნაყოფი.

ხალხურ მედიცინაში ტყის ჟოლოს ყვავილები, ნაყოფი, ფოთლები და ყლორტების ზედა ნაწილის ნაყენი გამოიყენება როგორც ოფლმდენი, ანტისეპტიკური, სიცხის დამწვევი და კუჭ-ნაწლავის ფუნქციის გასაუმჯობესებელი საშუალება. ჟოლო, როგორც ეფექტური საშუალება ფართოდ გამოიყენება ათეროსკლეროზის, ჰიპერტონიის, გასტრიტის, კოლიტის, სისხლნაკლებობისა და ცინგის სამკურნალოდ.

გრიპის, ანგინის და გაცივების დროს დებულობენ ტყის ჟოლოს გამხმარი ნაყოფებისაგან დამზადებულ ნაყენს. ნაყენს ამზადებენ შემდეგნაირად: 100გრ. ნედლეულს ასხამენ 3 ჩაის ჭიქა ადუღებულ წყალს, აჩერებენ 30 წუთს, წურავენ და დებულობენ 1 ჩაის ჭიქა ძილის წინ, როგორც ოფლმდენ საშუალებას. დამწვრობის ან კანზე გამონაყარის დროს იყენებენ ტყის ჟოლოს ფოთლებისაგან დამზადებულ მალამოს. ფოთლებს ფშვნიან, გამოწურავენ წვეს და ურევენ ვაზელინს თანაფარდობით 1 : 4. კოლიტის, ხველებისა და კანზე გამონაყარის დროს სვამენ ჟოლოს გამხმარი ფოთლებისაგან დამზადებულ ნაყენს: 15 გრ. ნედლეულს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა ადუღებულ წყალს და აჩერებენ 30 წუთს. დებულობენ 2 სუფრის კოვზს დღეში 3 ჯერ. ანგინის დროს აღნიშნულ ნაყენს იყენებენ სავლებად დღეში 3-4 ჯერ. ბალის ჟოლოც შედის ოფლმდენი ნაკრების შემადგენლობაში, რაც აიხსნება მასში სალიცილის მჟავას დიდი რაოდენობით. ჟოლო ამცირებს სისხლში ქოლესტერინის შემცველობას და სისხლის წნევას. გულ-სისხლძარღვთა დაავადების დროს კარგად მოქმედებს ჟოლოს, ასკილისა და შავი მოცხარის ფოთლების ნახარში, რომელსაც ამზადებენ ჩაის მსგავსად.

ჟოლოს ნაყოფი ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება საჭმლის მონელების გასაუმჯობესებლად, კუჭის ტკივილის, მადის მომატების, კუჭის აშლილობის

სამკურნალოდ. ჟოლოს ფოთლები ხასიათდება ანთების საწინააღმდეგო და ჭრილობის შეხორცების მოქმედების უნარით. პექტინის შემცველობის გამო ჟოლოს ნაყოფს აქვს უნარი ორგანიზმიდან გამოდევნოს მეტაბოლიზმის პროდუქტები. ფესვების ნახარში გამოიყენება როგორც დამამშვიდებელი საშუალება ნევროზის დროს.



ჟოლო – *Rubus saxatilis*

სალბი

Salvia glutinosa

Шалфей клейкий

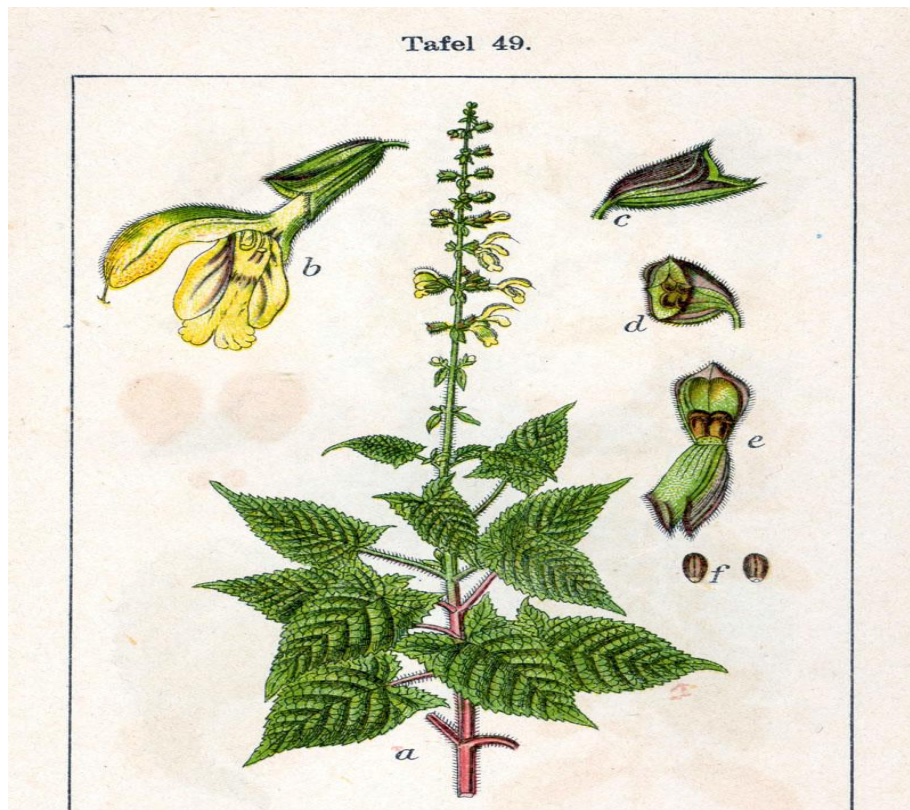
1,5მ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი სწორმდგომი ბალახოვანი მცენარეა ტუჩოსანთა (ამიაცეაე) ოჯახიდან. ფოთლები გულისებრ-კვერცხისებრია, 8-15 სმ სიგრძის, სუსტად შებუსული. ყვითელი ყვავილები შეკრებილია სარქველებად. ნაყოფი შავი კაკლუჭაა, ყვავილობს ივნის-ივლისში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტოში-სექტემბერში.

გავრცელებულია მთელი ტყის სარტყელში, განსაკუთრებით მდინარეთა ტენიან ხეობებში.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთოლი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში. აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქიმიური შემცველობა. ფოთოლი შეიცავს ეთეროვან ზეთებს, რაც მცენარეს არომატულ სურნელს ანიჭებს.

გამოყენება. აჭარის ხალხურ მედიცინაში ფოთლების ნაყენს იყენებენ ხველებისა და სიცხის საწინააღმდეგო საშუალებად. ნაყენის მოსამზადებლად 1 ს.კ. გამომშრალ ფოთოლს უნდა დაასხათ 1 ჭიქა წყალი და გააჩეროთ 20 წთ. და მიიღოთ ყავის ჭიქით 3-4-ჯერ დღეში.



სალბი – *Salvia glutinosa*

სამკურნალო სატაცური

Asparagus officinalis

Спаржа лекарственная

1 მ-მდე სიგრძის ფესურიანი მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა შროშანისებრთა (ილიაცეაე) ოჯახიდან. ღერო დატოტვილია, მასზე განლაგებულია წვრილი ქერქლისებრი ფოთლები. ამ უკანასკნელთა უბეებიდან ვითარდება 1-3 სმ

სიგრძის მწვანე ძაფისებრი ტოტების კონები, რომლებსაც კლადოდიუმებს უწოდებენ. ყვავილები მარტოულია, თეთრი ზარისებრი გვირგვინით. ნაყოფი წითელ-მოთეთრო კენკრაა. ყვავილობს მაის-აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელებულია ზღვის პირას, სილნარ და ქვიშნარ ადგილებში. შეყვანილია კულტურაში.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის ყველა ნაწილი. ბალახს ამზადებენ ვეგეტაციის პერიოდში, ფესვებს შემოდგომასა და გაზაფხულზე.

ქიმიური შემცველობა: მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ცილებს, ჩ, , 2, და ვიტამინებს.

გამოყენება: მცენარისაგან მზადდება პრეპარატი ასპარგინი, რომელიც აქვეითებს სისხლის წნევას, აძლიერებს გულის მუშაობას, აფართოებს პერიფერიულ სისხლძარღვებს, ზრდის შარდის გამოყოფას. ოჯახურ პირობებში მცენარისაგან ან მიწისზედა ნაწილისაგან შეიძლება დამზადდეს ნაყენი, ხოლო ფესურისაგან ნახარში შეფარდებით 1:10.

ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება . ლიტვრალის V. – ამავე მიზნით.



სამკურნალო სატაცური – *Asparagus officinalis*

სამკურნალო ტუხტი

***Althea officinalis* L.**

Алтей лекарственный

1 მ-მდე სიმაღლის მრავალწლოვანი მსხვილფესურიანი, შებუსული, ბალახოვანი მცენარეა . . . (Malvaceae) ოჯახიდან. ივითარებს სწორმდგომ ღეროს, რომელზეც მორიგეობით არის განლაგებული დანაკვეთული ხერხკბილა ფოთლები. ღია ვარდისფერი, მოზრდილი ყვავილები განლაგებულია ფოთლის იღლიებში და შეკრებილია მტევნისებრ ყვავილედად. ნაყოფი რთული და დანაწევრებულია 15-25 ნაწილად. თესლები მუქია და აქვს თირკმლის ფორმა. მცენარე ყვავილობს ივნის-სექტემბერში. ნაყოფები მწიფდება ოქტომბერში. გავრცელებულია გზისპირა დანაგვიანებულ ადგილებში, ასევე ნაკადულების ნაპირებზე.

გავრცელებულია ბათუმის, ბარცხანისა და თხილნარის მიდამოებში.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურა და ფესვი, რომლებსაც აგროვებენ შემოდგომაზე ან გაზაფხულზე, რეცხავენ და აშრობენ საშრობებში 35-40⁰-C-ზე, ან ჩრდილში

ქიმიური შემცველობა: ფესვი შეიცავს 10% ლორწოვან ნივთიერებებს, რომლის მთავარი კომპონენტია პენტოზა და ჰექსოზა, შეიცავს 37% საქაროზას და 10% ცხიმოვან ნივთიერებებს.

გამოყენება: წარმოადგენს ამოსახველებელ, ანთების საწინააღმდეგო და ანტისეპტიკურ საშუალებას სასუნთქი გზების კატარის დროს.

მზადდება ფხვნილი, ნაყენი და სიროფი.

ნაყენის დამზადება: 1 ს.კ. გამშრალ ნედლეულს უნდა დაასხათ 1 ჩ.ჭ. ცივი წყალი, გააჩეროთ 1 ღამე და მიიღოთ ერთი სუფრის კოვზი 4-5-ჯერ დღეში.



სამკურნალო ტუბტი - *Althea officinalis* L.

ს ა კ ო ნ ა

Saponaria officinalis L.

Мыльнянка лекарственная

30-90 სმ სიმაღლის წვრილფესურიანი მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა მიხაკისებრთა (Caryophyllaceae) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომი, სუსტად დატოტვილი, ფოთლები მოპირისპირე ლანცეტა-ელიფსური 5-12 სმ სიგრძით. ფარისებრ ყვავილედად შეკრებილი თეთრი ან ვარდისფერი ყვავილები განლაგებული ღეროს ან ტოტების წვერში. აქვს სასიამოვნო სუნი. ნაყოფი წაგრძელებულ-კვერცხისებრი – ერთბუდიანი კოლოფია, მრავალი წვრილი შავი თესლით. ყვავილობს ივნისში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტოში.

გავრცელებულია ზღვისპირა რაიონებიდან მთის ზედა სარტყლამდე. იზრდება ტყის პირებზე, ბუჩქნარებში, მდინარეთა ნაპირებზე. გვხვდება ქობულეთში (ფიჭვნარში), ქედაში, ხულოში, დანისპარაულში.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურა და ფესვი, რომლებიც უნდა შეგროვდეს შემოდგომაზე ან ადრე გაზაფხულზე. უნდა გაირეცხოს, დაიჭრას პატარა ნაწილებად და გაშრეს ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ფესვი და ფესურა შეიცავს 20% საპონინებს, გლიკოზიდებს, პექტინს, ასკორბინის მჟავას.

გამოყენება: ფესვი და ფესურა გამოიყენება ამოსახველებელ საშუალებად ბრონქიტისა და ლარინგიტის დროს.

მზადდება ნახარში და ნაყენი. ნახარშის მოსამზადებლად აიღეთ 6 გრ დაქუცმაცებული ფესვები დაასხით 200 გრ მდულარე წყალი, ადუღეთ 30 წუთი წყლის აბაზანაზე. გემოს მისაცემად შეიძლება დაუმატოთ შაქრის სიროფი.

ნაყენის მოსამზადებლად 1 ჩ.კ. დაქუცმაცებულ ნედლეულს უნდა დაასხათ 1 ჭიქა ცივი წყალი და გააჩეროთ 8 საათი, ხშირად უნდა შეანჯღრიოთ, შემდეგ გაწუროთ და მიიღოთ 2 ს.კ. 3-ჯერ დღეში ჭამის შემდეგ.



ს ა პ ო ნ ა-Saponaria officinalis L

სელიჭა

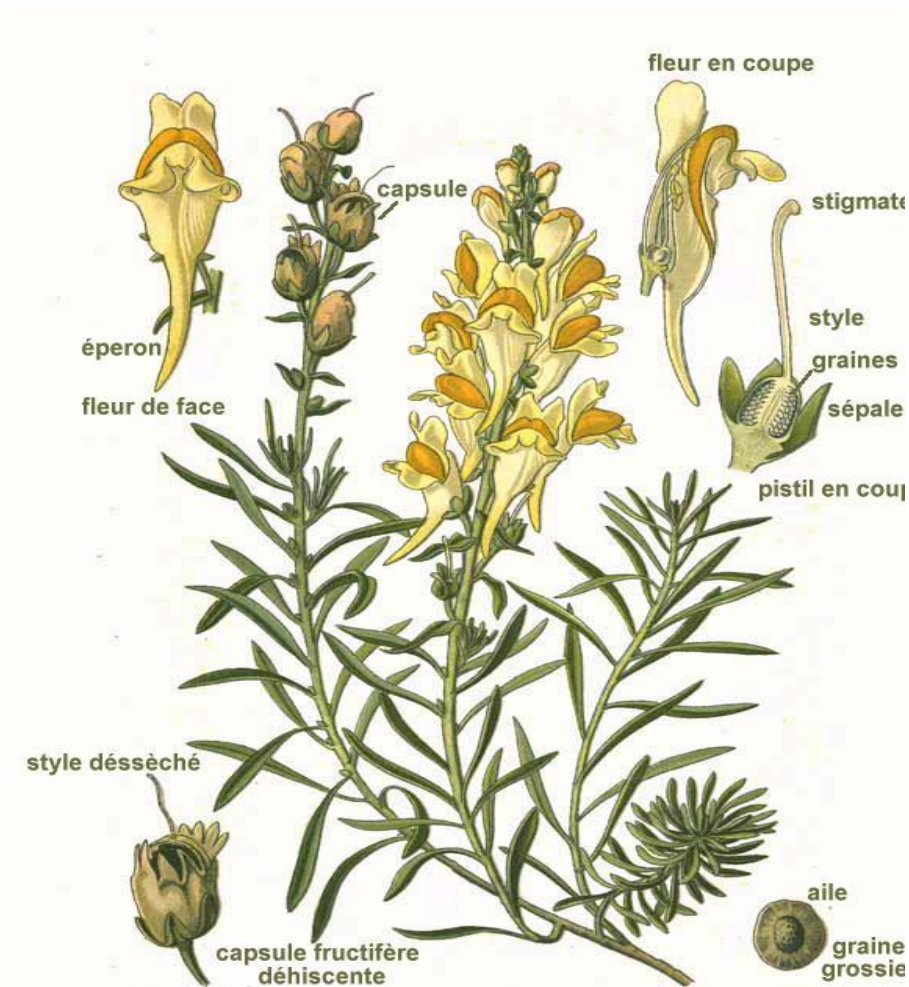
Yinaria vulgaris MiLL

Льянка обыкновенная

30-50 სმ-მდე სიმაღლის მრავალწლოვანი სწორმდგომი ბალახოვანი მცენარეა შავწამალისებრთა (შვროპკზბლარიაცეაე) ოჯახიდან. ხაზურ-ლანცეტა ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული. ყვავილები ყვითელია, ორტუჩა, ქვედა ტუჩზე ნარინჯისფერი ამონაბურცვით, ისინი შეკრებილია კენწრულ, მტევან ყვავილედად. ნაყოფი ოვალური კოლოფია. შავი თესლით. ყვავილობს სექტემბერ-ოქტომბერში, გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებზე. გონიო.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი, რომელსაც აგროვებენ კოკრობისას და ყვავილობის პერიოდში. აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. აჭარის ხალხურ მედიცინაში სელიჭას საფადართო, შარდმდენ და ნაღველმდენ საშუალებად იყენებენ, რისთვისაც 1 მუჭა აყვავილებულ სელიჭას ბალახს ასხამენ 1 ჭიქა მდულარე წყალს, დგამენ რამდენიმე წუთს, წურავენ, უმატებენ გემოვნებით შაქარს და თითო სუფრის კოვზს იღებენ ყოველ 1 ან 2 სთ-ში.



სელიჭა – *Yinaria vulgaris* MiLL

სიმინდი

Zea mays L.

Кукуруза

ერთწლიანი ბალახოვანი მცენარეა მარცვლოვანთა ოჯახიდან სიმაღლით 3 მ. მისი სამშობლოა ჩრდილო ამერიკა. ყვავილობს აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში. არ გვხვდება ველური ფორმით, ის კულტივირებულია როგორც საკვები მცენარე.

სამკურნალო ნედლეულია სიმინდის ფოჩი. ღეროს თავთავთან ერთად აგროვებენ რძისებური სიმწიფის პერიოდში (აგვისტო-სექტემბერი).

ქიმიური შემცველობა: სიმინდის ფოჩი შეიცავს: ვიტამინ – C , რომელიც ითვლება მთავარ აქტიურ ნივთიერებად, კაროტინოიდს, ასკორბინისა და პანტოტენის მჟავას,

ინოზიტს, ცხიმოვან და ეთეროვან ზეთებს, მწარე გლიკოზიდებს, საპონინს, სიტოსტეროლს, სტიგმასტეროლს, ალკალოიდებს.

გამოყენება: სიმინდის ფოჩვის ნაყენი აძლიერებს ნაღვლის სეკრეციას, ამცირებს მის ხვედრით წონას და ბილირუბინის შემცველობას. აჩქარებს სისხლის შედედების პროცესს და ზრდის თრომბოციტების რაოდენობას, აძლიერებს დიურეზს. სიმინდის ფოჩი გამოიყენება ქოლეცისტიტის, ქოლანგიტის და ჰეპატიტის დროს, როგორც ნაღველმდენი საშუალება. წყალმანკისა და თირკმლის კენჭოვანი დაავადების დროს გამოიყენება, როგორც შარდმდენი და სისხლდენის შემაჩერებელი საშუალება. სიმინდის ზეთი რეკომენდირებულია ათეროსკლეროზის დროს, რადგან ამცირებს სისხლში ქოლესტერინის რაოდენობას. მედიცინაში იყენებენ თირკმლის, ღვიძლის დაავადებისა და დიაბეტის დროს. გამოიყენება ასევე როგორც მადის დასაქვეითებელი და გასახდომი საშუალება.

ხალხურ მედიცინაში სიმინდის ფოჩის ნახარში გამოიყენება თირკმელების დაავადებისას, სიყვითლის, სხვადასხვა სახის სისხლდენის, ქალური დაავადების დროს, ასევე გააჩნია დამამშვიდებელი თვისება.

ნაყენის მომზადება: 4 სუფრის კოვზ სიმინდის ფოჩს უნდა დაასხათ 500 მლ. ადუღებული წყალი, გააჩროთ 2 სთ და მიიღოთ 100 მლ. დღეში 2-3-ჯერ.



სიმინდი-Zea mays L.

სოკო „ჩაგა“

Iponotus obilquus (pers.) piel

Гриб чага

„ჩაგა“ წარმოადგენს პარაზიტ აბედა სოკოს, რომელიც სახლდება არყის ღეროზე. მისი ნაყოფსხეული მაგარია, დანაოჭებული და დახეთქილი. შეგროვილ ნაყოფსხეულებს აშრობენ 40-50 –ზე. ნედლეულის შენახვის ვადა 4-6 თვეა.

ქიმიური შემცველობა: ჩაგას ნაყოფი შეიცავს მუქი ფერის პიგმენტურ ნივთიერებას – ქრომოგენს, აგრეთვე აგარიცინის მჟავას, ტრიტერპენოიდებს, ფლავონოიდებს, ალკალოიდებს, ფისოვან ნივთიერებებსა და მიკროელემენტებს, განსაკუთრებით K, Na, Mn და სხვა.

გამოყენება. „ჩაგას“ პრეპარატების კლინიკური შემოწმებით ავთვისებიანი სიმსივნის IV სტადიაზე დადგინდა, რომ უმჯობესდება ავადმყოფთა საერთო

მდგომარეობა, ქრება ტკივილი, რეგულირდება სისხლი და ფერმენტ წარმომქმნელი სისტემები, უმჯობესდება ძილი.

სამედიცინო პრაქტიკაში გამოიყენება ჩაგას პრეპარატები ტაბლეტებისა და ბლანტი ექსტრაქტის სახით სახელწოდებით „ბეფუნგინი“. ისინი გამოიყენება ავთვისებიან დაავადებათა სხვადასხვა ფორმის დროს იმ შემთხვევაში, როცა არ არის მითითებული ქირურგიული ჩარევა და სხივური თერაპია.



სოკო „ჩაგა“-*Iponotus obilquus* (pers.) piel

სოსნოვსკის ფიჭვი

***Pinus Sosnovskii* L**

Сосна Сосновская.

40 მეტრამდე სიმაღლის კონუსურ-ვარჯიანი წიწვოვანი ხეა ფიჭვისებრთა (Pinaceae) ოჯახიდან. გრძელი წიწვები ღეროზე წყვილწყვილადაა მიმაგრებული. მამრობითი გირჩები განლაგებულია ფოთლის უბეებში ყლორტების ფუძეებთან, მდედრობითი გირჩები კი – ცალკეულია ან შეკრებილია 2-3 ცალად იმავე ყლორტების ზედა ნაწილში. მწიფე გირჩები წაგრძელებულ-კვერცხისებურია, 7 სმ-მდე სიგრძის, ნაცრისფერი ფრთიანი თესლებით იმტვერება მის-ივნისში, თესლი მწიფდება 1,5 წლის შემდეგ.

გავრცელებულია როგორც შერეულ, ასევე წიწვოვან ტყეებში და წარმოადგენს ერთ-ერთ წამყვან სახეობას.

სამკურნალო ნედლეულია კვირტები და ფისი, რომელსაც აგროვებენ ზამთრობით და გაზაფხულზე. ნედლეულს აშრობენ ჰაერზე ან კარგად განიავებულ შენობაში, ინახავენ თავდახურულ ჭურჭელში მთელი წლის განმავლობაში.

ქიმიური შემცველობა. ფიჭვის კვირტები არომატულია, აქვს მწარე გემო, შეცავს ფისებს, ეთერზეთს, სკიპიდარს, სახამებელს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, პინიპიკრინს (მწარე ნივთიერება), მინერალურ მარილებს.

გამოყენება: მედიცინაში იყენებენ ე.წ. ფიჭვის კვირტებს, წიწვებსა და ფიჭვისაგან მიღებულ ძინოს. ფიჭვის კვირტების ნახარშს იყენებენ წყალმანკის, ბრონქიტის, ზედა სასუნთქი გზების ანთების, რევმატიზმის დროს. ასევე იყენებენ როგორც ნაღველმდენ საშუალებას ნაღვლის ბუშტის ანთების დროს. ფიჭვებისა და კვირტების სპირტიან ნაყენს ხალხურ მედიცინაში იყენებენ ფილტვების ტუბერკულოზის დროს. ფიჭვის მერქნისაგან გამოყოფენ ტერპენტულ ეთერზეთს – სკიპიდარს, რომელსაც აქვს ადგილობრივი გამაღიზიანებელი, გამომდევნი და ანტისეპტიკური თვისებები. მას იყენებენ გარეგანად ნევრალგიის, მიოზიტის, ნიკრისის ქარის, რევმატიზმის, ფილტვების ანთების და სასუნთქი გზების დაავადებების დროს.

ფიჭვის მერქნიდან მშრალი გამოხდის გზით იღებენ კუპრს, რომელიც ფართოდ გამოიყენება 10-30%-იან სხვადასხვა მაღამოებში ეგზემის, ფსორიაზის, მუნისა და კანის სხვა დაავადებების დროს.

ფიჭვის წიწვებიდან, რომელიც დიდი რაოდენობით C ვიტამინს შეიცავს ამზადებენ ვიტამინის ნაყენს. იღებენ ფიჭვის 50გრამ მთლიან წიწვს და პატარ-პატარა ულუფებად ყრიან ადუღებულ წყალში, რომელიც 5-ჯერ აღემატება წიწვების მასის რაოდენობას. ადუღებენ 20 წუთს წურავენ და დგამენ, მიღებულ სასმელს სვამენ დღის განმავლობაში ორჯერ.

ფიჭვის წიწვებიდან ამზადებენ ქლოროფილ-კაროტინის პასტას, რომლითაც მკურნალობენ სიდამწვრეს და კანის ზოგიერთ დაავადებას.

სტაფილო.

Daucus carota

Марков посевная

ველური სტაფილო მიეკუთვნება *Piaceae* –ს ოჯახს. კულტივირების პირობების მიხედვით არის მრავალწლიანი, ორწლიანი ან ერთწლიანი ბალახოვანი მცენარე, ღეროს სიმაღლე 25 სმ-დან 1 მეტრამდეა, ფოთლები მოგრძო-კვერცხისებური, ქვედა მხარეს განლაგებული ფოთლები გრძელყუნწიანია, ხოლო ზედა მხარეს მჯდომარე. ყვავილეთი რთული ქოლგაა 4-10 სმ. გვირგვინის ფურცლები თეთრი-მოყვითალო-მოვარდისფრო ელფერით. ნაყოფი მოგრძო-ოვალური ფორმის მორუხო-მოყავისფრო ან მორუხო-მომწვანო შეფერილობისაა. ყვავილობს ივნის-სექტემბერში, ნაყოფი მწიფდება ივლის-ოქტომბერში. მის გენერაციულ ორგანოს წარმოადგენს ფესვი, რომელიც იზამთრებს ნიადაგში და მეორე წლის გაზაფხულზე მისგან ვითარდება ყლორტი ყვავილედებით.

ველური სტაფილოსაგან წარმოიშვა მეორე სახეობა კულტურული სტაფილო – *Daucus sativus* (Hoffm), რომელიც დღეისათვის ფართოდაა გავრცელებული.

სამკურნალო ნედლეულია ველური სტაფილოს ნაყოფი, რომელსაც აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში. მისგან ღებულობენ სპირტსა და წყალზე დამზადებულ ექსტრაქტს, რომელიც შედის პრეპარატ “უროლესანის” შემადგენლობაში. 50-იანი წლებიდან ველური სტაფილო გამოიყენება პარფიუმერიულ და კოსმეტიკურ მრეწველობაში ნედლეულის სახით, კერძოდ კი გერანიოლის მისაღებად. ედიცინასა და ფარმაციაში გამოიყენება ასევე კულტურული სტაფილოს თესლი, რომლისგანაც მზადდება სპაზმოლიტიკური პრეპარატი “დაუკარინი”, მას იყენებენ სტენოკარდიის სამკურნალოდ. კულტურული სტაფილოს ახალი ნაყოფი გამოიყენება კაროტინოიდების და ბიოლოგიურად აქტიური ნივთიერებების მისაღებად.

ქიმიური შემცველობა: ველური სტაფილოს ნაყოფი შეიცავს ეთერზეთებს, რომელიც გამოიყენება ნედლეულად პარფიუმერიულ და კოსმეტიკურ მრეწველობაში. დადგენილ იქნა, რომ ჩრდილო კავკასიაში შეგროვილი ველური

სტაფილოს ნაყოფი შეიცავს 2%-მდე ეთერზეთებს, რომელთა შემადგენლობაში შედის 30% გერანიოლი.

ველური და კულტურული სტაფილოს ნაყოფი წარმოადგენს ასევე ნედლეულს კუმარინისა და ფუროკუმარინის მისაღებად. ველური სტაფილოს თესლებსა და ფოთლებში აღმოჩენილია აგრეთვე ალკალოიდები – პიროლიდინი და დაუცინი, ხოლო ნაყოფში ფიტოსტერინი-ჰიდრიკაროტინი და დაუკოსტერინი. კულტურული სტაფილოს ნაყოფი არის პოლივიტამინური ნედლეული, რომელიც გამოიყენება კაროტინოიდების მისაღებად, დადგენილია, რომ ის შეიცავს 216მგ/კგ კაროტინოიდს.

გამოყენება: ძველ ბერძნულ მედიცინაში ველური სტაფილო გამოიყენებოდა როგორც ტკივილგამაყუჩებელი, ხველის საწინააღმდეგო და ანთების საწინააღმდეგო საშუალება. იყენებენ ასევე ტუბერკულოზის, ჰემაროის, თირკმლის კენჭოვანი დაავადების, ქათმის სიბრმავის სამკურნალოდ და როგორც შარდმდენსა და ლაქტაციის გასაუმჯობესებელ საშუალებას.

ხალხურ მედიცინაში მცენარის ნახარში ფესვთან ერთად გამოიყენება თირკმლის, ღვიძლის დაავადებისა და თავბრუსხვევის სამკურნალოდ. ფესვი გამოიყენება სისხლნაკლებობის დროს, ჭიის საწინააღმდეგო და როგორც შარდმდენი. ფესვის ნახარშს იყენებენ პლევრიტის, ქრონიკული ხველების, წყალმანკის, ჰიპო- და ავიტამინოზის დროს.



სტაფილო-Daucus carota

ტაბელა

Pteris cretica

Птерис критский

30-70 სმ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი მოკლევსურიანი ბალახოვანი გვიმრაა კილამურისებრთა (ოლუპოდიაცეაე) ოჯახიდან. ფოთლები გრძელყუნწიანია, ტყავისებრი, ფრთართული. კიდეებზე წვრილად დაკბილული. სასპორე ფოთლების სეგმენტები უფრო წვრილია, ვიდრე ვეგეტაციურის. სპორებს ივითარებს ფოთლის ქვედა მხარეს განვითარებულ სპორანგიუმებში.

გავრცელებულია მთის ქვედა და შუა სარტყელში, იზრდება ტენიან ფერდობებზე, კლდეებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურა, რომელსაც აგროვებენ შემოდგომასა და ზამთარში. რეცხავენ, ჭრიან პატარა ნაჭრებად და აშრობენ მზეზე.

ქიმიური შემცველობა. შესწავლილი არ არის.

გამოყენება. აჭარის ხალხურ მედიცინაში (ხულოს რ-ნი) ფესურების ნახარში გამოიყენება ხველების საწინააღმდეგოდ. ნაყენი მზადდება 2 ს.კ. წვრილად დაჭრილი ფესურებისა და 2 ჭიქა წყლისაგან. ადუღებენ 10 წთ-ს. იღებენ სუფრის კოვზით 4-5-ჯერ დღეში.



ტაბელა – Pteris cretica

ტყის დედაფუტკარა

Stachys sylvatica Y

Чистец лесной

1 მ-მდე სიმაღლის სწორმდგომი მრავალწლოვანი ბალახოვანი ფესურიანი მცენარეა ტუჩოსანთა (ამიაცეაე) ოჯახიდან. ფოთლები კვერცხისებრ სამკუთხაა, ბლაგვხერხვილა, ორთავე მხარეს სუსტად შებუსული. წითელი, ორტუჩა ყვავილები შეკრებილია ღეროს წვერში --- ყვავილედებად. ნაყოფი ოთხთესლიანი კაკლუჭაა. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება ივლის-სექტემბერში.

გავრცელებულია მთის შუა სარტყელში, აჭარისწყლისა და კინტრიშის ხეობებში, ჭახათი, კოხი, შუახევი, ხულო, დანისპარაული, რიკეთი და სხვა.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

გამოყენება. მცენარის ნაყენი და ნახარში გამოიყენება როგორც დამამშვიდებელი და წნევის დამწევი საშუალება. თავისი დამამშვიდებელი ეფექტით მცენარე აღემატება შავბალახს. იყენებენ კრუნჩხვების წინააღმდეგ, აგრეთვე სისხლდენის შესაჩერებლად.

ნაყენის მოსამზადებლად 1 ჩ.კ. მშრალ ბალახს უნდა დაასხათ 1 ჭიქა მდუღარე წყალი, გააჩეროთ 4-5 სთ. და მიიღოთ თითო სუფრის კოვზი 3-ჯერ დღეში. საჭიროა დოზების ზუსტი დაცვა.



ტყის დედაფუტკარა-*Stachys sylvatica* Y

ტყის მალვა, მოლოქა

Malva silvestis Y

Мальва лесная

30-90 სმ-მდე სიმაღლის სწორმდგომი, დატოტვილდეროიანი მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა მალვასებრთა (ალვაცეაე) ოჯახიდან. ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული, 5-7 ნაკვეთიანია, გრძელყუნწიანი, ღერო და ფოთლები დაფარულია მეჩხერი ბუსუსებით. ყვავილები ფოთლის ილღებში შეკრებილია 4-5 წევრიან ჯგუფებად, გვირგვინის ფურცლები ამოკვეთილია. ნაყოფი მშრალია და იშლება ერთთესლიან კალკუჭებად. ყვავილობს აპრილ-ივნისში, ნაყოფი მწიფდება ივლის-სექტემბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობიდან 1300მ-ზე. იზრდება ტყეებში, გზის პირას, ბუჩქნარებში.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები და ყვავილები, რომელთაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქიმიური შემცველობა: ფოთლები და ყვავილები შეიცავენ დიდი რაოდენობით ლორწოს, შაქრებს, ჩ ვიტამინს და კაროტინს.

გამოყენება: აჭარის ხალხურ მედიცინაში მოლოქის ფოთლების და ყვავილების ნახარშს ფართოდ იყენებენ ყელში გამოსავლებლად ანგინის დროს. მის ფოთლებს აგრეთვე იყენებენ ჩირქოვანი მუწუკებისა და ძირმაგარების მოსარჩენად, რისთვისაც მცენარის ფოთლებისაგან ფაფას ხარშავენ, შეურევენ პურის ფქვილს და მიღებულ მასას ადებენ ძირმაგარაზე. ფაფას სრულად გამოაქვს ჩირქი.

ტყის მარწყვი

Fragaria vesca L.

Земляника лесная

მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან. ახასითებს მრავალრიცხოვანი წვრილი ფესვები, 10-12 სმ. სიგრძის ერთი ან რამოდენიმე სწორმდგომი ღერო. ფოთლები რთული, სამნაკვეთიანი, გრძელყუნწიანი, მსხვილადდაკბილული. ყვავილები თეთრი, მსხვილი, შეკრებილია

ფარისებურ ყვავილედად. ნაყოფი კვერცხისებურ-კონუსური ფორმისაა, არომატული, წითელი, მრავალრიცხოვანი ნაყოფით – თესლით.

გავრცელებულია: ტყის მიმდებარე ტერიტორიაზე.

ქიმიური შემცველობა: ნაყოფი შეიცავს შაქარს, ასკორბინის მჟავას, პირიდოქსინს, კაროტინს, თიამინს, პექტინს, ფლავონურ და მთრიმლავ ნივთიერებებს, ორგანულ მჟავებს – ვაშლის, ლიმონის, სალიცილის და სხვა, ეთერზეთებს, ფიტონციდებს, რკინას, ალუმინს, ქრომს, სპილენძს, მარგანეცს. ფოთოლი შეიცავს – მთრიმლავ ნივთიერებებს, ალკალოიდებს, კაროტინს, ასკორბინის მჟავას.

გამოყენება: ტყის მარწყვის ნაყოფისაგან დამზადებული პრაპარატები ხასიათდებიან სუსტი შარდმდენი მოქმედებით, ამცირებენ ორგანიზმში შარდის მჟავასა და მისი მარილების რაოდენობას. რეკომენდირებულია თირკმლის კენჭოვანი დაავადების დროს. ახალი ნაყოფი წარმოადგენს დიეტურ პროდუქტს ათეროსკლეროზის, ჰიპერტონიის, გასტრიტის, კუჭის წყლულისა და ატონური შეკრულობის დროს.

ფოთლის ნაყენი წყალზე (2 სუფრის კოვზი ბალახი 2 ჩაის ჭიქა ადუღებულ წყალზე) გამოიყენება, როგორც სისხლდენის შესაჩერებელი საშუალება საშვილოსნოდან სისხლდენისა და მენსტრუაციის დროს. გარდა ამისა ფოთლის ნაყენს იყენებენ პირის ღრუში სავლებად გინგივიტის, სტომატიტის, პაროდონტოზისა და არასასიამოვნო სუნის დროს.

ფოთლის ნახარში და ნაყენი გამოიყენება, როგორც დამამშვიდებელი საშუალება. ნაყენი აფართოებს სიხლძარღვებს, რის შედეგადაც მცირდება წნევა და გულის რიტმი.

ტყის მარწყვი პოპულარულია სახალხო მედიცინაშიც. ფოთლების და ფესვების წყლის ნაყენი გამოიყენება გასტრიტის, კუჭის აშლილობის, მსხვილი ნაწლავის კატარის, წვრილი ნაწლავის ანთების, სიყვითლის, ჰემაროის, შეკრულობის, სისხლნაკლებობის, ცინგისა და სხვა დაავადების დროს.

ფოთლების ნაყენი გამოიყენება, როგორც შარდმდენი, სისხლდენის შემაჩერებელი საშუალება, ასევე ასთმის სამკურნალოდ.

ყვავილის ნაყენს იყენებენ გულის დაავადების დროს, ხოლო მთლიანი მცენარის ნახარშს კი საშვილოსნოს ფიბრომიომის დროს. ფოთოლს იყენებენ ჭრილობებისა

და წყლულების შესახორცებლად. ნაყოფის ნაყენი გამოიყენება როგორც ანტისეპტიკური საშუალება პირის ღრუსა და ყელის დაავადების დროს. ნაყოფის წვენი კი ეგზემის, გამონაყარის, ჭრილობების, პიგმენტური ლაქების, სირსველის სამკურნალოდ. ფოთლების ნაყენისაგან დამზადებული კომპრესი ეფექტური კოსმეტიკური საშუალებაა სახის კანის გასაწმენდად.

გამხმარი ფოთლები გამოიყენება ჩაის დასაყენებლად. ნაყოფისაგან ამზადებენ კომპოტებს, მურაბებს და ჯემებს.



ტყის მარწყვი - *Fragaria vesca* L.

ტყის ფურისულა
Primula Sibthorpii Hoffm
Первоцвет Сибторна

10-20 სმ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ფურისულასებრთა (ორიმაცეაე) ოჯახიდან. ღერო ოთხწახნაგოვანია, ფოთლები ფესვთანურა ლანცეტაა, კიდედაკბილული, მისი ზედაპირი მწვანეა, ქვედა კი მოთეთრო. ვარდისფერი ყვავილი ვითარდება ფოთლის უბეებში. ნაყოფი კაკლუჭაა. ყვავილობს აპრილ-ივნისში, ნაყოფი მწიფდება ივნის-აგვისტოში.

გავრცელებულია ზღვისპირა ფერდობებიდან მთის ზედა სარტყლამდე. იზრდება ტყის პირას, ბუჩქნარებში, მდინარეთა ხეობებში.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში. აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ფოთლები და ყვავილები შეიცავენ საპონინებს, ვიტამინებს (C), ეთერზეთებს, მაგნიუმსა და მარილებს.

გამოყენება. ფურისულას ფესვებს იყენებენ ნახველის ამოსაღებ საშუალებად. მასში შემცველი საპონინები აძლიერებენ ბრონქიალური ჯირკვლების და სასუნთქი გზების ლორწოვანი გარსის სეკრეციას, რითაც განპირობებულია ნახველის ამოღება. ფოთლებისაგან ამზადებენ ნახარშს შეფარდებით 1:10, ადუღებენ 10 წთ-ის განმავლობაში.



ტყის ფურისულა-
Primula Sibthorpii Hoffm

ტყის ჩიტისთვალა

Asperula odozata Y

Ясменник душистый

20-40 სმ სიმაღლის სწორმდგომი მრავალწლიანი ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ენდოსებრთა (ღუბიაცეაე) ოჯახიდან. 4-6 სმ სიგრძის ლანცეტა ფოთლები სწორმდგომ წახნაგოვან ღეროზე განლაგებულია რგოლებად. ყვავილები თეთრია, ისინი შეკრებილია კენწრულ ნახევარქოლგებად. ნაყოფი მრგვალია, გარედან დაფარულია კაუჭიანი ბეწვით.

გავრცელებულია მთელი ტყის სარტყელში, დაჩრდილულ წიფნარ და ნაძვნარ-სოჭნარ ტყეებში.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი, რომელსაც აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში. აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. მიწისზედა ნაწილები შეიცავს კუმარინებს, გლუკოზიდ ასფერულოზიდს, ფლავონოიდებს, პიროკატეხინის ჯგუფის მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფისებს, ასკორბინის მჟავას.

გამოყენება. აჭარის ხალხურ მედიცინაში მცენარის ნაყენი ცივ წყალზე გამოიყენება უძილობის, ნერვებაშლილობისა და მუცლის ტკივილის დროს, როგორც დამამშვიდებელი, ასევე როგორც ოფლმდენი, შარდმდენი და ნივთიერებათა ცვლის გამაუმჯობესებელი საშუალება. ნაყენის მოსამზადებლად 2 ჩ.კ. დაჭრილ ბალახს უნდა დაასხათ 1 ჭიქა ცივი წყალი, დადგათ 8-10 სთ-ის განმავლობაში და მიიღოთ მთელი დღის მანძილზე სუფრის კოვზით. (საჭიროა დოზების ზუსტი დაცვა).



ტყის ჩიტისთვალა – *Asperula odorata* Y

უკვდავა (ნეგო)

***Helichrysum graveolens* (Bieb.) Sweet.**

Бессмертник сильнопахучй

უკვდავა (ნეგო) 15-30 სმ. სიმაღლის მრავალწლიანი ფეურიანი ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან. ახასიათებს მოთეთრო ბუსუსებით დაფარული სწორმდგომი ღერო. ფესვთანური ფოთლები მოგრძოა, ხოლო ღეროს ფოთლები კი ლანცეტისებური. ფოთლები ორივე მხრიდან დაფარულია რუხი ფერის ხშირი ბუსუსებით. ყვითელი ყვავილები შეკრებილია კალათა ყვავილედებად, რომლებიც თავის მხრივ ქმნიან კენწრულ ფარს. კალათაში ვითარდებიან მილისებური ყვავილები, ნაყოფი წვრილი თესლურაა, რომელსაც უვითარდება საფრენი აპარატი. ყვავილობს ივნის – სექტემბერში, ნაყოფი მწიფდება ნოემბერში.

გავრცელებულია სუბალპურ სარტყელში, სადაც იზრდება კლდეებზე, ქვალორდიან ადგილებზე. სარიჩაი, ჩირუხი, მაღალმთა, თხილვანის იალაღები.

სამკურნალო ნედლეულია ყვავილედები, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში.

ქიმიური შემცველობა: ნეგოს ყვავილები შეიცავენ ფლავონებს და ფლავონურ გლიკოზიდებს, საპონინებს, სტერინს, ეთერზეთებს, კაროტინს, ვიტამინს C და K, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ნატრიუმს, კალიუმს, რკინის მარილებს.

გამოყენება. ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის დაავადებების დროს. ის ძლიერი ნალველმდენი საშუალებაა, ამცირებს სისხლში ბილირუბინისა და ქოლესტერინის რაოდენობას, აძლიერებს კუჭისა და კუჭქვეშა ჯირკვლის სეკრეციას.

ქოლეცისტიტის და ჰეპატიტის დროს გამოიყენება შემდეგი ნახარში: 3 ს.კ. უკვდავას ყვავილს უნდა დაასხათ 200 მლ. (1 ჩ .ჭ.) ოთახის ტემპერატურის წყალი, დაახუროთ თავზე და ადულოთ წყლის აბაზანაზე 30 წუთის განმავლობაში. გაცივების შემდეგ გაწუროთ, გააციოთ წყლით 200 მლ-მდე და მიიღოთ 1 ს.კ. 3-4-ჯერ დღეში ჭამამდე 10-15 წთ-ით ადრე.



უკვდავა (ნეგო) – *Helichrysum graveolens* (Bieb.) Sweet.

უცუნა ლამაზი

***Colchicum speciosum* Stev.**

**Безвременник великолепный
Безвременник красивый**

15-30 სმ. სიმაღლის მრავალწლიანი, ტუბერბოლქვიანი, ბალახოვანი მცენარეა შროშანასებრთა (Liliaceae) ოჯახიდან. მოკლე ღეროზე ვითარდება 3-4 შიშველი

მბრწყინავი, ხორცოვანი, წაგრძელებულ-ლანცეტა 25-40 სმ. სიგრძის ფოთლები ერთი ტუბერბოლქვიდან ვითარდება 1-3 მოვარდისფრო ყვავილი. ყვავილსაფარი სამწევრიანი წრებისაგან შედგება და შიგნითა მხრიდან ბუსუსებით არის დაფარული. ყვავილობს აგვისტო-სექტემბერში, ამ პერიოდში მცენარეს ღერო და ფოთლები არა აქვს. განაყოფიერებული ნასკვი მიწაში იზამთრებს და მომდევნო წლის გაზაფხულზე მომწიფებული კოლოფი ფოთლებთან ერთად მიწის ზედაპირზე ამოდის. თესლი ივნისში მწიფდება და მცენარის მიწისზედა ნაწილი ხმება.

გავრცელებულია წაბლნარ, წიფლნარ და წიფლნარ-რცხილნარ ტყეებში, ალპურ სამოვრებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ტუბერბოლქვი და თესლი, რომლებსაც ამზადებენ ზაფხულში, აშრობენ მზეზე.

ქიმიური შემცველობა: ტუბერ-ბოლქვები შეიცავენ ალკალოიდებს, რომელთა შორის მნიშვნელოვანია კოლხიციინი.

გამოყენება: გამოიყენება ნიკრისის ქარის წინააღმდეგ, კოლხამინი კი ქრონიკული ლეიკოზისა და კანის კიბოს სამკურნალოდ. დოზების გადაჭარბებამ შეილება გამოიწვიოს საერთო ინტოქსიკაცია, ამიტომ უცუნას გამოყენება მხოლოდ ექიმის ზედამხედველობით შეიძლება.



უცუნა ლამაზი-Colchicum speciosum Stev.

ფარსმანდუკი

Achillea millefolium L.

ТИСЯЧОЛИСТНИК

მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან, წვრილი მხოხავი ფესვებით, ღერო შებუსუსულია 60-120 სმ სიმაღლის, წვრილი, სწორმდგომი, ფუძესთან გამსხვილებული, ხისებრი, ბოლოვდება ფარი ყვავილედით. ღეროს ზედა ნაწილში ფოთლები მჯდომარეა, ხოლო ფესვთან ახლო მდებარე - მოკლეყუნწიანი. ყვავილეთი შედგება თეთრი, ზოგჯერ ვარდისფერი ენისებრი ყვავილებისაგან. ყვავილობს ივნის-სექტემბერში, ნაყოფი მწიფდება ივლის-სექტემბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის ზედა სარტყელამდე გზების გასწვრივ ქვიშიან ადგილებში და გაჩეხილ ტყეებში.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის ყვავილები, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის დასაწყისში. ყვავილედთან ერთად აჭრიან ღეროს 15 სმ სიგრძეზე და აშრობენ ჰაერზე მზისგან დაფარულ ადგილას. გამხმარი მცენარის გამოყენება შეიძლება 5 წლის მანძილზე

ქიმიური შემცველობა. მცენარე შეიცავს მრავალ ბიოლოგიურად აქტიურ ნივთიერებებსა და ვიტამინებს. ფოთოლი შეიცავს ალკალოიდ-ახილენს, ფოთლებსა და ყვავილედში გვხვდება ეთერზეთები 0,8%; მთრიმლავი ნივთიერებები, ინულინი, ასპარაგინი, ნიტრატები, ორგანული მჟავები, კაროტინები, ვიტამინები C და B.

გამოყენება: მედიცინაში ყვავილების ნაყენი გამოიყენება როგორც ტკივილგამაყუჩებელი, სისხლდენის შემაჩერებელი, სპაზმების საწინააღმდეგო საშუალება. იყენებენ ასევე ნაწლავისა და ნაღვლის ბუშტის დაავადებების, კუჭის წყლულის, გასტრიტის, ფილტვების ტუბერკულოზის, რევმატიზმის დროს, ქრილობების შეხორცებისა და ორგანიზმში ნივთიერებათა ცვლის გასაუმჯობესებლად. ახასიათებს ალერგიისა და ანთების საწინააღმდეგო მოქმედება, მადის გაძლიერება, ისტერიისა და ნევრასტენიის დროს მოქმედებს როგორც დამამშვიდებელი.

ნაყენის მომზადება: 1 სუფრის კოვზ მცენარეს უნდა დაასხათ 1 ჩაის ჭიქა ადუღებული წყალი და გააჩეროთ 4-5 საათი, შემდეგ გაწურეთ და მიიღოთ 1 სუფრის კოვზი 6-8-ჯერ დღეში.



ფარსმანდუკი – *Achillea millefolium* L.

ფ ი თ რ ი

Viscum album L.

Омела белая

ფითრი 50სმ-მდე სიმაღლის მარადმწვანე ბუჩქია ფითრისებრთა (Loranthaceae) ოჯახიდან, რომელიც პარაზიტობს მსხლის, ვაშლის, ფიჭვის, ცირცელის, ვერხვის, ტირიფის, აკაციის და სხვა ხეების ტოტებზე. ფითრის ბუჩქს აქვს მომრგვალებული ფორმა, მისი ღეროები დიკოტომიურად არის დატოტილი და მასზე საპირისპიროდ არის განლაგებული მკრთალი მწვანე ელიფსური ფოთლები. მოთეთრო-მოყვითალო ყვავილები განლაგებულია ღეროს მუხლებში. ნაყოფი ბურთისებრი კენკრაა,

თავდაპირველად მწვანე, შემდეგ თეთრი, რომელიც გარშემორტყმულია წებოვანი ნაყოფგარემოთი. ყვავილობს მარტ-აპრილში, ნაყოფმსხმოიარობს სექტემბერ-ოქტომბერში.

გავრცელება: მცენარე პარაზიტობს მთის შუა სარტყლამდე გავრცელებულ პატრონ-მცენარეებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ყლორტები, რომელსაც აგროვებენ შემოდგომაზე და ზამთარში, მათი გაშრობა ხდება ჩრდილში. შენახვის ვადა 3 წელია.

ქიმიური შემცველობა: ყლორტები შეიცავს ალკალოიდებს, ქოლინებს, აცეტილქოლინებს, ორგანულ მჟავებს, ვიტამინ C-ს, კაროტინოიდებს.

გამოყენება: ფითრს, როგორც დამამშვიდებელ საშუალებას უძველესი დროიდან იყენებენ ეპილეფსიის, ისტერიის, თავბრუსხვევის, უძილობის, თავის ტკივილის და მაღალი არტერიული წნევის დროს. ფოთლებისგან მზადდება პრეპარატი „აკოფიტი“.

ოჯახურ პირობებში შეიძლება მოვამზადოთ ნაყენი: 15 ფოთოლს დაასხით 1 ჭიქა მდუღარე წყალი ან 6-8 ფოთოლი მოხარშეთ 1 ჭიქა წყალში – 5 წუთი. მიიღეთ თითო სუფრის კოვზი 3-ჯერ დღეში.



შ ო მ რ ო – *Viscum album L.*

ფშანის ეკალი

Ononis arvensis

Стальник полевой

40-80 სმ სიმაღლის დატოტვილი ღეროიანი ყვითელი ბუსუსებით დაფარული ეკლიანი ბალახოვანი მცენარეა პარკოსანთა (აბაცეაე) ოჯახიდან. ფოთლები სამყურაა, თანაფოთლებიანი. ყვავილები ვარდისფერია ან თეთრი, ისინი შეკრებილია გორგლისებრ ყვავილედებად. ნაყოფი ოდნავ გაბერილი პარკია. გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის შუა სარტყლამდე. იზრდება ტენიან ადგილებში, ბუჩქნარებში. თაფლოვანი მცენარეა.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურა და ფესვები, რომელთაც აგროვებენ შემოდგომა-გაზაფხულზე, რეცხავენ, ჭრიან 3-4სმ სიგრძის ნაჭრებად და აშრობენ.

ქიმიური შემცველობა: ფესვები და ფესურები შეიცავს გლიკოზიდებს – ონონინს, ონიცერინს, ფლავონოიდებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ეთერზეთებს, საპონინებს.

გამოყენება: მცენარის ფესვებისაგან დამზადებულ პრეპარატებს აქვთ გამხსნელი მოქმედება. ფარმაცევტული მრეწველობა ამზადებს მცენარის სპირტიან ნაყენს, რომელსაც იყენებენ ბუასილის დროს. ოჯახურ პირობებში ნახარშის მოსამზადებლად 3 ჩ.კ. დაქუცმაცებულ ფესვებს უნდა დაასხათ 1ლ ცივი წყალი და მოხარშოთ ნელ ცეცხლზე, სანამ 0,5ლ არ დადუღდება, შემდეგ ნახარში გაფილტროთ და შეინახოთ მაცივარში. მიიღოთ 1/4 ჭიქა ჭამამდე 2-4 კვირის განმავლობაში, რის შედეგად იკურნება შეკრულობა და წესრიგდება დეფეკაცია.



ფშანის ეკალი – *Ononis arvensis*

ქაფუნა

***Herniaria glabra* L.**

грыжник голый

5 – 10 სმ. სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა მიხაკისებრთა (*Caryophyllaceae*) ოჯახიდან. ღეროები დატოტვილია, თითქმის გართხმული შიშველი ან სუსტად შებუსუსული მოყვითალო-მწვანე. ფოთლები მოპირისპირეა, წაგრძელებულ კვერცხისებრი, წვრილი და შიშველი, ხასიათდება არომატული სუნით. წვრილი ყვავილები შეკრებილია ფოთლის ილღებში ჯგუფურად. ისინი შედგებიან 5 წევრიანი წრეებისაგან. ნაყოფი პატარა ერთთესლიანი კაკალია. ყვავილობს ივლის-სექტემბერში. ნაყოფი მწიფდება ოქტომბერში.

გავრცელებულია მთის ზედა და სუბალპურ სარტყელში. იზრდება მშრალ, ქვიან და სილიან ადგილებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში. ამრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ბალახი შეიცავს საპონინისმაგვარ გლიკოზიდ პერიარინს, ალკალოიდ პარონიხინს, კუმარინებსა და ეთეროვან ზეთებს.

გამოყენება. ცენარისაგან მიღებული პრეპარატები გამოიყენება შარდის ბუშტის მწვავე ანთებისა და სპაზმების დროს, როგორც შარდმდენი თირკმლის ყველა სახის დაავადებისას. მცენარის ბალახისაგან მზადდება ნაყენი. რისთვისაც 20 გრ. (1 ს.კ.) გამომშრალ და დაქუცმაცებულ ნედლეულს უნდა დაასხათ 1 ჩ.ჭ. მდულარე წყალი, გააჩეროთ 4 სთ, გაწუროთ და მიიღოთ ს.კ.-ით 3-ჯერ დღეში.



ქაფუნა-*Herniaria glabra* L.

ქაცვი

Hippophae rhamnoides L.

Облепиха

1,5 – 4 მ. სიმაღლის ეკლიანი ხისმაგვარი ბუჩქია ფშატისებრთა (laeagnaceae) ოჯახიდან. ფოთლები ვიწრო ხაზურაა, ქვედა მხრიდან მურა-ვერცხლისფერი. ყვავილები წვრილი, ორსახლიანი. ნაყოფი წვნიანი, სტაფილოსფერი კურკიანა, 1 სმ-მდე სიგრძის.

გავრცელებულია ზღვისპირა სილნარში, მდინარის შლამიან ნარიყზე. აჭარაში გავრცელებულია გონიოში, ერგეში, თხილნარში, უხვადაა მდინარე ჭოროხის ქვედა დინებაში.

ქიმიური შემცველობა: ნაყოფი შეიცავს: პიგმენტებს, კაროტინებს, ვიტამინებს – C, P, B₁, B₂, B₆, ესენციის, ნიკოტინის და ფოლიის მჟავას, მთრიმლავ ნივთიერებებს, კუმარინს, ფლავონოიდებს, ეთერზეთებს, მიკროელემენტებს – კალიუმს, კალციუმს და სხვა.

კაროტინები შეიცავენ ვიტამინ C - ს, რომელიც ზეგავლენას ახდენს სუნთქვისა და ნივთიერებათა ცვლის პროცესზე. არეგულირებს საჭმლის მომწელებელ, შარდგამომყოფ სისტემასა და კანში ნივთიერებათა მიმოცვლას. ასტიმულირებს ორგანიზმის ზრდას, აძლიერებს იმუნიტეტს ინფექციური დაავადებებისადმი, განსაზღვრავს ჰორმონების ნორმალურ სეკრეციას. ვიტამინი C არის ძლიერი ანტიოქსიდანტი, ის არეგულირებს ორგანიზმში მიმდინარე ქანგვით პროცესებს, ხელს უშლის ტოქსიკური და მავნე ნივთიერებების დაგროვებას, გავლენას ახდენს ცილების, ცხიმებისა და ნახშირწყლების მიმოცვლაზე.

შემადგენლობიდან გამომდინარე ქაცვი ხასიათდება ანტიოქსიდანტური და ბაქტერიოციდული მოქმედებით, აძლიერებს ორგანიზმის იმუნიტეტს, ნივთიერებათა ცვლას, ხასიათდება რეგენერაციის უნარით, დადებითად მოქმედებს საჭმლის მომწელებელ ტრაქტზე, განსაკუთრებით წყლულის შემთხვევაში.

ქაცვი შეიცავს ვიტამინების უნიკალურ ნაკრებს და ბიოლოგიურად აქტიურ ნივთიერებებს, სწორედ მისი ასეთი შემადგენლობის გამო ის გამოიყენება კუჭის წვენის დაბალი მჟავიანობის, ნაწლავის ჰიპოკინეზიის, შეკრულობის, ტოქსიკური ჰეპატიტის სამკურნალოდ.

ქაცვის ზეთი გამოიყენება კანის დაზიანების, დამწვრობის, ტროფიკული წყლულის, ნაწოლების, საშვილოსნოს ყელის წყლულის სამკურნალოდ. გამოიყენება ასევე ჰაიმორიტის, ქრონიკული ტონზილიტის, პულპიტის, პერიოდონტიტის და ათეროსკლეროზის სამკურნალოდ. ქაცვის ზეთით მკურნალობენ კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულს და ჰემაროის.

ქაცვის ზეთი შედგება კაროტინებისა და კაროტინოიდების ნარევისაგან – 180 მგ%, ტოკოფეროლი – 110 მგ% და გლიცერიდებისაგან: ოლეინის, ლინოლენის, პალმიტინისა და სტეარინის მჟავასაგან.



ქაცვი-Hippophae rhamnoides L.

ქერიშქლა, ბამბიქულა

Verbascum thapsus L.

Медвежье ухо

1 მ-მდე სიმაღლის თეთრად შებუსუსული ორწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა შავწამლისებრთა (Scrophulariaceae) ოჯახიდან სწორმდგომი ღეროთი და მორიგეობით განლაგებული წაგრძელებული კიდემთლიანი ფოთლებით. ყვითელი

ყვავილები მოთავსებულია ღეროს წვერში და ქმნის მტევან ყვავილედს. ნაყოფი კოლოფია. რომელშიც მრავალი წვრილი თესლი მწიფდება. მცენარე ყვავილობს მაის-აგვისტოში, ნაყოფები მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის შუა სარტყლამდე, მშრალ ქვიან ადგილებში.

სამკურნალო ნედლეულია ყვავილები ჯამის ფოთოლაკების გარეშე, რომელიც უნდა შეგროვდეს მშრალ ამინდში, გაიფინოს თხელ ფენად და გაშრეს ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ყვავილები შეიცავს ლორწოვან ნივთიერებებს 2,5%-ს, შაქრებს 11%, საპონინებს, ეთერზეთებს, კუმარინებს, ფლავონოიდებს.

გამოყენება: სამედიცინო პრაქტიკაში ყვავილები გამოიყენება დამარბილებელ საშუალებად ძლიერი ხველებისა და სასუნთქი გზების სხვა დაავადების დროს. ყვავილებისაგან მზადდება ნაყენი დოზით 20 გრამი 200 მლ მდულარე წყალზე. იღებენ ყავის ჭიქით 3-4-ჯერ დღეში.



ქერიფქლა, ბამბიქულა - *Verbascum thapsus* L.

ქინძი

Coriandrum sativum L.

Кориандр обыкновенный

ერთწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ქოლგოსანთა (Umbelliferae) ოჯახიდან, სიმაღლით 70 სმ. წვრილი, მარაოსმაგვარი ფესვებით. ღერო სწორმდგომი, შიშველი, მრგვალი, ფუძესთან დატოტვილი აქვს. ქვედა ფოთლები ბუმბულისებრი, შუა და ზედა მჯდომარე. ყვავილები პატარა, თეთრი ან ვარდისფერია, 5 წევრიანი, შეკრებილია რთულ მრავალრიცხოვან ქოლგა ყვავილედებად. ჯამი 5 ფოთოლაკიანი, გარეთა 2 უფრო გრძელია, ვიდრე 3 შიგნითა. გვირგვინი შედგება 5 ფურცლისაგან თეთრი ან ვარდისფერი. მტვრიანა 5. ნაყოფები სფეროსებრი 0,5 სმ. დიამეტრისაა, ძლიერი სუნის მქონე. ყვავილობს მაის-ივლისში, ნაყოფი მწიფდება ივლის-აგვისტოში.

გავრცელებულია: რუსეთში, უკრაინაში, კავკასიაში.

ქიმიური შემცველობა: ნაყოფი შეიცავს 0,7-1% ეთერზეთებს, რომელიც შეიცავს 60-70% ლინალოლს, 5%-მდე გერანიოლს, აგრეთვე ბორნეოლს, ტერპინოლენს, ფელანდრენს, პინენს, ციმოლს, დეცილურ ალდეჰიდს და დეცილურ მჟავას. ნაყოფში არის ასევე ცხიმი, რომლის შემადგენლობაში შედის: 92% გლიცერიდები, 7,5% არასაპნოვანი ნივთიერებები, ალკალოიდები, ვიტამინი C.

სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფი, რომელსაც აგროვებენ მშრალ ამინდში. ხანგრძლივი შენახვის მიზნით აშრობენ ჰაერზე ყვავილობის პერიოდში. შენახვის ვადაა 4 წელი.

გამოყენება: გამოიყენება როგორც ნაღველმდენი, საჭმლის მომნელებელი სისტემის მოქმედების ანტისეპტიკური და გამაძლიერებელი, აგრეთვე როგორც ტკივილგამაყუჩებელი და ჭრილობის შესახორცებელი საშუალება. მედიცინაში იყენებენ საჭმლის მონელების გასაუმჯობესებლად და გაზების გამოსადევნად, როგორც ნედლი ასევე გამხმარი სახით. გამონაწერი წვენი რძესთან ერთად აყუჩებს ძლიერ ტკივილს. ნედლი მცენარე თაფლთან და ქიშმიშთან ერთად გამოიყენება საკვერცხეების სიმსივნის დროს. ნაყოფების ნაყენი სპირტზე გამოიყენება როგორც დამამშვიდებელი საშუალება ნერვული აშლილობისა და ისტერიის დროს.

ნახარშის მომზადება: 1 ჩაის კოვზ დაფქველ ნაყოფს უნდა დაასხათ 20 მლ. ადუღებული წყალი, გააცხელოთ 15წთ. მანძილზე, გააჩეროთ 40 წთ და მიიღოთ 2 სუფრის კოვზი 3-4-ჯერ დღეში.

მრეწველობაში გამოიყენება პურისა და საკონდიტრო ნაწარმის არომატიზირებისათვის. საქართველოში მას ეძახიან ქინძს, სომხეთში - ქინძას, აზერბაიჯანში – კიშნიტს, რუსეთში – კინძას.



ქინძი-Coriandrum sativum L.
ქრიზანთემა.

Crysanthemum sinense Sab.

Хризантема садовая

მრავალწლიანი ბალახია რთულყვავილოვანთა (Compositae) ოჯახიდან. ახასიათებს 80-120 სმ. სიმაღლის სწორმგომი ღერო, რომელიც ზედა ნაწილში დატოტვილია. ფოთლები განლაგებულია მორიგეობით წაგრძელებულ-კვერცხისებრი. ყვავილები ყვითელი, პატარა, შეკრებილია კალათებად და ქმნის ხშირ ფარს ღეროს წვერში. ყვავილობს ივნისიდან აგვისტომდე.

სამკურნალო ნედლეულია ყვავილობის პერიოდში შეგროვებული ყვავილების კალათა. გამხმარ ყვავილებს აქვთ კამფორის სუნი.

ქიმიური შემცველობა: ყვავილების კალათა შეიცავს მწარე ნივთიერებებს: ტანაცეტინს, ეთერზეთებს 0,3%, ბორნეოლს, ორგანულ მჟავებს, ფლავონოიდებს,

ასკორბინის მჟავას 8მგ%-მდე, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ალკალოიდებს, ტერპენს. ფოთლებში ასკორბინის მჟავა 12მგ%-მდეა.

გამოყენება: ქრიზანთემა ატონიზირებს საჭმლის მომნელებელ ტრაქტს და აძლიერებს მის სეკრეციას. ყვავილედის ნაყენი ამცირებს გულის რიტმს, ზრდის არტერიულ წნევას და აძლიერებს ნაღვლის გამოყოფას. ახასიათებს მკვეთრად გამოხატული ჭიის საწინააღმდეგო და ანტიმიკრობული მოქმედება. ქრიზანთემის კალათის ნაყენი (70-100მლ. 2-3 ჯერ დღეში) გამოიყენება კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის სამკურნალოდ. ბალახსა და ყვავილში დიდი რაოდენობით მთრიმლავი ნივთიერებების შემცველობა განაპირობებს კანსა და ლორწოვანზე ანთების საწინააღმდეგო მოქმედებას. ყვავილედის წყლის ნაყენი გამოიყენება ასკარიდოზის, ღვიძლის დაავადების, ჰეპატიტის, ენტეროკოლიტის, გასტრიტის, ღვიძლის წვენის შენელებული სეკრეციის დროს. ბულგარეთში ქრიზანთემას ყვავილების კალათა გამოიყენება, როგორც ანტისეპტიკური, სპაზმოლიტიკური და ჭიების საწინააღმდეგო საშუალება. გარდა ამისა იყენებენ ნერვული აშლილობის, კუჭის სპაზმის, თირკმლებისა და შარდის ბუშტის ანთების, კენჭოვანი დაავადების, თავის ტკივილის, პადაგრის, მალარიის სამკურნალოდ. საფრანგეთში ყვავილედი გამოიყენება, როგორც ჭიების საწინააღმდეგო, მატონიზირებელი ანტისეპტიკური საშუალება. 5გრ. ყვავილედს ასხამენ 1ლ. ადუღებულ წყალს და ღებულობენ დღეში 1-2 ჯერ ჭამამდე.

ხალხულ მედიცინაში ქრიზანთემა უძველესი დროიდან გამოიყენება ციებ-ცხელების, ტუბერკულოზით გამოწვეული ინტოქსიკაციის, საჭმლის მომნელებელი სისტემის დაავადების, სიყვითლის, მომატებული მჟავიანობის სამკურნალოდ.



ქრიზანთემა- *Crysanthemum sinense* Sab.

ქრისტესბეჭედა

***Sanicula europea* Y**

Подлесняк европейски

20-70 სმ სიმაღლის სწორმდგომი, მრავალწლოვანი მცენარეა ქოლგოსანთა (პიაცეაე) ოჯახიდან. ფოთლები მომრგვალოა, 3-5 ნაკვეთიანი, ხერხვილა, გრძელი ყუნწით, ფესვთანური. მოთეთრო-მოვარდისფერო ყვავილები ქმნიან თავაკ ყვავილედებს, რომლებიც თავის მხრივ ქოლგებად იკრიბებიან. ნაყოფი ყავისფერი თესლურაა, რომელსაც აქვს კაუჭი. ყვავილობს მაის-ივნისში, ნაყოფი მწიფდება ივნის-სექტემბერში.

გავრცელებულია მაღალი მთის სარტყელში, იზრდება დაჩრდილულ ადგილებში ნაძვნარში, წიფლნარში, ნაძვნარ-სოჭნარში.

სამკურნალო ნედლეულია ნორჩი ყლორტები, რომელთაც აგროვენებ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შედგენილობა: ყლორტები შეიცავენ გლიკოზიდებს, ლორწოს, ფლავონოიდებს.

გამოყენება. მცენარის ნორჩი ყლორტების ნაყენი წყალზე გამოიყენება ხველებისა და ფილტვებიდან სისხლღებინების დროს. ნაყენი მზადდება შეფარდებით 1:10.



ქრისტესბჭედა – *Sanicula europaea* Y

ქრისტესისხლა

Chelidonium majus L.

Чистотел большой

60- 100 სმ. სიმაღლის მრავალწლოვანი ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ყაყაჩოსებრთა (Papaveraceae) ოჯახიდან. მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ნარინჯისფერ წვეს. ყუნწიანი კენტფრთართული ფოთლების ნაწილი ფესვის ყელთან არის შეკრებილი, ნაწილი კი ღეროზეა განლაგებული. ისინი ზედა მხრიდან ღია მწვანეა, ქვედა მხრიდან კი მოთეთრო, დაფარულია წვრილი თეთრი ბუსუსებით. ყვავილები ყვითელია, შედგება 2 ჯამის ფოთოლაკის და 4 გვირგვინის ფურცლისაგან, მარვალი მტვრიანასაგან და 1 ბუტკოსაგან. ნაყოფი გრძელი

კოლოფია, მრავალრიცხოვანი შავი თესლით. ყვავილობს აპრილ-ივნისში, ნაყოფი მწიფდება მაის-აგვისტოში.

გავრცელებულია მთის სარტყელში. გვხვდება საცხოვრებელ სახლებთან, გზების გასწვრივ, დანაგვიანებულ, ქვიან ადგილებში.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა ნაწილი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში და ამრობენ სწრაფად ორპირ ქარში, რადგან რაც უფრო სწრაფად შრება ბალახი, მით მეტად ინახება მათში რძეწვენი. ნედლეულის შენახვის ვადა 3 წელია.

ქიმიური შემცველობა: მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ალკალოიდებს, რომელთა რაოდენობა ფოთლებში 2%-ია, ფესვებში 4%. ალკალოიდებისაგან აღსანიშნავია ხელიდონინი, სანგვინარინი, ხელერიტრინი, ჰემოხელიდონინი, ის ასევე შეიცავს კაროტინს, ასკორბინის მჟავას, ორგანულ მჟავებს.

გამოყენება. ქრისტესისხლას ბალახი გამოიყენება ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის სამკურნალოდ. ცდებით გამოკვლეულ იქნა, რომ ქრისტესისხლას პრეპარატები აფერხებენ ავთვისებიანი სიმსივნის ზრდას, ამიტომ რეკომენდებულია კიბოს ოპერაციის შემდგომ გამოსაყენებლად, მეტასტაზების განვითარების შესაფერხებლად, აგრეთვე სიმსივნისწინა მდგომარეობის (პოლიპების დროს). ქრისტესისხლას პრეპარატებმა კარგი შედეგი გამოიღო განსაკუთრებით გარეგანი სიმსივნეების მკურნალობაში, კერძოდ, ტუჩის, კანის, შარდგამომყოფი ხვრელის, საშვილოსნოს ყელის კიბოს მკურნალობაში. ქრისტესისხლას პრეპარატებს გააჩნიათ ფუნგისტატიკური და ბაქტერიოციდული მოქმედება თვით ტუბერკულოზის ჩხირის მიმართაც.

ხალხურ მედიცინაში ქრისტესისხლას წვენი გამოიყენება მეჭეჭების და კოჟრების მოსაცილებლად.

ბალახისაგან ამზადებენ ნაყენს, რისთვისაც 10 გრ (1 ჩ.კ.) ნედლეულს უნდა დაასხათ 1 ჩ.ჭ. მდუღარე წყალი, გააჩეროთ 1 ღამის განმავლობაში და მიიღოთ ჭამამდე 0,5 სთ-ით ადრე.



ქრისტესისხლა-Chelidonium majus L.

ღ ვ ე დ კ ე ც ი

Periploca graeca L

Обвойник греческий

გართხმული ან მცოცავი ბუჩქია ღვედკეცისებრთა (Asclepiadaceae) ოჯახიდან. ღეროს სიგრძე 15-30 მ-ია, ფოთლები მოპირდაპირეა, მოკლევუნწიანი, შიშველი, კვერცხისებრი ლანცეტა, სიგრძით 6-10 სმ. ყვავილებს აქვს გრძელი ყუნწი, გვირგვინი მომწვანო-იისფერია, ნამგლისებრი, 5 ნაკვეთიანი, კიდევში ხავერდოვანი. შეკრებილია ექვსყვავილიან ნახევარქოლოგებად. ნაყოფი წყვილად განლაგებული, გლუვი, მუქი ყავისფერი ფოთლურაა 9-11 სმ სიგრძით. მთელი მცენარე შეიცავს შხამიან რძეწვენს.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებზე, ფერდობებზე, სილნარებზე და სანაპირო გორაკებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ღეროს ქერქი, რომელსაც ამზადებენ ადრე გაზაფხულზე თებერვალ-მარტში, ღეროში წვენთა მოძრაობის დაწყებამდე. ქერქი შიგნიდან ყვითელია და გლუვი, აქვს მწარე გემო, აშრობენ შეგროვებისთანავე ჩრდილში, ორპირ ქარში ან საშრობში.

ქიმიური შემცველობა: ქერქი შეიცავს საგულე გლიკოზიდებს, რომელთა შორის მნიშვნელოვანია პერიპლოცინი.

გამოყენება: გლიკოზიდი - პერიპლოცინი გამოიყენება 0,025% ხსნარის სახით ამპულებში გულის უკმარისობის და სისხლის მიმოქცევის დარღვევის დროს.

ოჯახურ პირობებში შეიძლება მომზადდეს ნაყენი, რისთვისაც 5 გრ. ნედლეულს უნდა დაასხათ 1 ჩ.ჭ. მდულარე წყალი, გააჩეროთ 3 სთ-ის განმავლობაში და მიიღოთ ს.კ.-ით 3-ჯერ დღეში.



ღ ვ ე ღ კ ე ც ი – *Periploca graeca* L

ყურბენი
Vitis vinifera

Виноград культурный

მრავალწლოვანი ბუჩქისებური ლიანა ყურძნისებრთა ოჯახიდან. ლიანას სიგრძე აღწევს 30-40 მ. ასაკოვანი მცენარის ღეროს ქერქი ყავისფერია, ხოლო ახალგაზრდა

მცენარეებისა მოყვითალო ან მოწითალოა. ფოთლები მორიგეობითი, დაკბილული 3 ან 5 ნაკვთიანი, ყვავილობს მაის-ივნისში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში. ყვავილბი პატარა, ორსქესიანი, მომწვანო ფერისაა, შეკრებილია ცოცხისებურ ყვავილედებად. ნაყოფი ფორმის, ფერისა და გემოს მიხედვით მრავალფეროვანია, შეიძლება იყოს მწვანე, ვარდისფერი, ყვითელი, მუქი-წითელი, შავი-იისფერი. ნაყოფი წვნიანია 1-დან 4-მდე წვრილი თესლით. სამკურნალო მიზნით იყენებენ ნაყოფს და ფოთლებს.

ქიმიური შემცველობა: ნაყოფი შეიცავს 20% შაქარს, 5,5% საქაროზას, კვერციტინს, გლიკოზიდებს, 2,5% ორგანულ მჟავებს, მათ შორის 60% ვაშლის, 40% ღვინის, მჟაუნის და სალიცილის მჟავას, C და B ჯგუფის ვიტამინებს, ნაყოფის კანში ნაპოვნია მთრიმლავი და მღებავი ნივთიერებები, ფიტოსტერინი, პალმიტინის მჟავა და ენოკარპოლის სპირტი. თესლებში აღმოჩენილია ყურძნის ზეთი 20%-მდე, მთრიმლავი ნივთიერებები, ლეციტინი 8%, ვანილინი, ფლობაფენი. ფოთლები შეიცავს 20% შაქარს, ინოზიტს, კვერციტინს, ღვინისა და ვაშლის მჟავას.

გამოყენება: მედიცინაში იყენებენ ჰიპერტონული და საჭმლის მომნელებელი სისტემის დაავადებების, ბრონქიტის, ტუბერკულოზის, სისხლნაკლებობის, ქრონიკული ნეფრიტის, ნივთიერებათა ცვლის დარღვევის სამკურნალოდ.

ფოთლის ნაყენი: 1 სუფრის კოვხ გამხამარ დაფქულ ფოთლებს უნდა დაასხათ 1 ჩაის ჭიქა ადუღებული წყალი, გააჩეროთ 30 წუთი და მიიღოთ 1-2 სუფრის კოვხი 3-ჯერ დღეში ჭამამდე 30 წუთით ადრე.

ქიშმიშის ნახარში: 100 გრამ ქიშმიშს უნდა დაასხათ 200 მლ. წყალი და ადუღოთ 10 წუთი, გაწუროთ, დაუმატოთ ლიმონის მჟავა და მიიღოთ ჩაის ჭიქის მესამედი დღეში 3-4-ჯერ.



ყურძენი- *Vitis vinifera*

შაშბაღახა

Leonurus quinquelobatus Gilib

Пустырник пятилопастный

1მ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი, გახევებულ ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ტუჩოსანთა Lamiaceae ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია, ოთხწახნაგა ღია მწვანე. ფოთლები ღეროზე მოპირისპირედ არის განლაგებული, ისინი კვერცხისებრია და გაყოფილია 5 წაგრძელებულ დაკბილულ ნაწილად. ორტუჩა ვარდისფერი ყვავილები განლაგებულია ფოთლების ილღებში. ჯამის ფოთოლაკები ეკლიანია, ნაყოფი 4 თესლიანი კაკლუჭა. მცენარე ყვავილობს ივნის-აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-ოქტომბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებში და მთისწინეთში, ტენიან ფერდობებზე, ბაღებში, ჩაის პლანტაციებში. ადგილსამყოფელია მწვანე კონცხი, ჩაქვი.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა ნაწილი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში. აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში ან საშრობში 50-60°C –ზე.

ქიმიური შემცველობა: ბალახი შეიცავს ალკალოიდებს, საპონინებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფლავონოიდებს, ეთერ ზეთებს.

გამოყენება: შავბალახას პრეპარატები წარმოადგენენ დამამშვიდებელ საშუალებას ცენტრალური ნერვული სისტემის აგზნების, უძილობის დროს. ასევე აუმჯობესებს გულის მუშაობას, აწესრიგებს წნევას. მისგან მზადდება პრეპარატები: შავბალახას თხევადი ექსტრაქტი, შავბალახას ნაყენი სპირტზე კატაბალახასთან ერთად და აბები.

ოჯახურ პირობებში მზადდება ნაყენი: 15 გ ბალახს უნდა დაასხათ 1 ჭიქა ადუღებული წყალი და მიიღოთ 3-5-ჯერ დღეში თითო ს.კ. ჭამამდე 1 საათით ადრე.



შავბალახა – Leonurus quinquelobatus Gilib

შავი კუნელი

Crataegus pentaguna W. et K.

Боярышник черноплодный

3-10 მ სიმაღლის ეკლიანი ბუჩქი ან დაბალი ხეა ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან, მორიგეობით განლაგებული, მოკლევუნწიანი უკუკვერცხისებრი, თათისებრდანაკვთული, ზემოდან პრიალი ფოთლებით, ყვავილები თეთრია და შეკრებილია ფარისებრ ყვავილედად. ნაყოფები მოგრძოა, შავი ფერის მუქი წითელი რბილობით და 3 თესლით. მცენარე ყვავილობს მაის-ივნისში, ნაყოფები მწიფდება აგვისტო სექტემბერში.

გავრცელებულია აჭარისწყლის ხეობის შუა სარტყლის კლდეებზე, გაჩეხილ ტყეებში, ტყის პირებსა და ქვა-ღორღიან ფერდობებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ყვავილები და ნაყოფები, რომლებსაც აგროვებენ მშრალ ამინდში.

ქიმიური შემცველობა: ყვავილები შეიცავს ფენოლურ ნაერთებს- ფლავონურ გლიკოზიდებს, ფენოლებს, აცეტილქოლინს, კვერცეტინს, ქოლინს. ნაყოფები შეიცავს ჰიპეროზიდს, ციანიდინ-3-არაბინოზიდს, მალვიდინ-3-არაბინოზიდს, პეონიდინ-3-არაბინოზიდს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, აცეტილქოლინს, ქოლინს და ტრიმეთილამინს.

ყვავილებს აშრობენ დახურულ ადგილებში ან საშრობში 40⁰ C –ზე. ნაყოფები მზადდება სრული სიმწიფის პერიოდში და აშრობენ მზეზე ან საშრობში 70⁰ C –ზე.

გამოყენება: ყვავილებისა და ნაყოფებისაგან მზადდება პრეპარატები, რომლებიც გამოიყენება საგულე საშუალებებად გულის მუშაობის დარღვევისას, მძიმე დაავადებების გადატანის შემდეგ გულის სისუსტისას და ჰიპერტონული დაავადებების დროს.

მედიცინაში კუნელს იყენებენ უძველესი დროიდან. კუნელის პრეპარატები აძლიერებენ გულის კუნთის შეკუმშვას, ამცირებენ მის აგზნებადობას, აძლიერებენ სისხლის მიმოქცევას, ახდენენ გულის მუშაობის რითმის მოწესრიგებას, ამცირებენ სისხლის წნევას და ქოლესტერინის რაოდენობას სისხლში.

მცენარისაგან მზადდება პრეპარატები: ნაყოფების ნაყენი და ნაყოფების თხიერი ექსტრაქტი. ეს უკანასკნელი შედის კარდიოვალენის შედგენილობაში.

ოჯახურ პირობებში შეიძლება მომზადდეს ნაყენი: 1 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ნაყოფს ან ყვავილებს უნდა დაასხათ 1 ჭიქა არაყი, მოათავსოთ თავდახურულ ჭურჭელში და გააჩოთ 7 დღე. შემდეგ გაწურეთ და მიიღეთ 20-30 წვეთს დღეში 3-4-ჯერ ჭამის წინ. ნაყენი მზადდება ადუღებული წყლითაც. გაცივების შემდეგ გაწურეთ და მიიღეთ 3-4 სუფრის კოვზი 3-4-ჯერ დღეში.

შავი მოცხარი

Rubus nigrum

Черная смородина

1-2 მ. სიმაღლის ბუჩქია, ფოთლები მწვანე, დანაკვეთილი, კიდეებზე განლაგებულია ცხიმოვანი ჯირკვლები, ყვავილები მოთავსებულია დაკიდულ ტოტებზე, მოყვითალო-მომწვანო ფერის, კიდეებში მოწითალო-ყავისფერი, ნაყოფი შავი ფერის კენკრაა, ყვავილობს აპრილ-მაისში.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები, რომლებიც შეიცავენ ეთერზეთებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ვიტამინ C და ალკალოიდებს

ქიმიური შემცველობა: ნაყოფი შეიცავს ვიტამინებს – C, B და P, ორგანულ მჟავებს, პექტინს, მთრიმლავ და მინერალურ ნივთიერებებს.

გამოყენება: ფოთლებს იყენებენ რევმატიზმის, პოდაგრის, შარდის შეკავების, წყალმანკის, კუჭის ქრონიკული აშლილობის დროს, იგი გამოიყენება ასევე როგორც მატონიზირებელი, ანთების საწინააღმდეგო და კუჭ-ნაწლავის დაავადებების სამკურნალო საშუალება.

ფოთლის ნახარში: 1-2 ჩაის კოვზ ფოთოლს უნდა დაასხათ 1/4 ლ. ცივი წყალი აადუღოთ, გააცივოთ და მიიღოთ ჩაის კოვზით დღეში 3-ჯერ.



შავი მოცხარი-Rubus nigrum

შავი ძაღლყურძენა

Solanum nigrum L.

Послен черный

40-70 სმ. სიმაღლის ერთწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა ძაღლყურძენასებრთა (Solanaceae) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომი და დატოტვილია. მორიგეობით განლაგებული ფოთლები წაგრძელებულ კვერცხისებრია. ყვავილები თეთრია, ბორბლისებრი, შედგება ხუთწევრიანი წრეებისაგან. ნაყოფი 1 სმ-მდე დიამეტრის შავი მორგვალო კენკრაა. ყვავილობს ივნის-სექტემბერში, ნაყოფი მწიფდება ივლის-ოქტომბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის ზედა სარტყლამდე. იზრდება ბაღებში, მინდვრებში, ბუჩქნარებში, მდინრეთა ნაპირებზე, წყალსატევების ნაპირებზე, ბოსტნებში და სხვა.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი და ნაყოფი, რომელთაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში. ნედლეულის შენახვის ვადა 2 წელია.

ქიმიური შემცველობა. ბალახი შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს, მწარე გლიკოზიდ დუკლამარინს და გლიკოალკალოიდ სოლანინს. ეს უკანასკნელი

კენკრის მომწიფების მომენტისათვის სრულიად ქრება. ამიტომ მწიფე ნაყოფი საჭმელად ვარგისია, ხოლო უმწიფარმა ნაყოფმა შეიძლება გამოიწვიოს მოწამვლა. კენკრაში დიდი რაოდენობითაა C ვიტამინი.

გამოყენება. მცენარის პრეპარატები გამოიყენება დამამშვიდებლ და ტკივილგამაყუჩებელ საშუალებად. აჭარის ხალხურ მედიცინაში იყენებენ ბალახის ნაყენს ან ნახარშს ნერვული აღგზნებადობის, ნევროზის, თავისტკივილების, კრუნჩხვითი შეტევებისა და შინაგანი ორგანოების სპაზმების დროს.

ნაყენის მოსამზადებლად ერთ ჩ.კ. დაქუცმაცებულ ბალახს უნდა დაასხათ 2 ჩ.კ. ჭიქა მდულარე წყალი, დადგათ 3-4 საათის განმავლობაში, გაწუროთ და მიიღოთ თითო ს.კ. სამჯერ დღეში.



შავი ბალყურბენა-Solanum nigrum L.

შვიტა

Equisetum arvense L.

Хвощ полевой

მრავალწლიანი, ბალახოვანი ფესურიანი, სპოროვანი მცენარეა. ძაფხულის ღერო მწვანე, სწორმდგომი და დატოტვილია, რომელიც ბოლოვდება სპორის შემცველი თავთავით. სიმაღლით 15-30 სმ. აღწევს. გავრცელებულია ტენიან ადგილებში ჭაობების, ტბების, მდინარეების მახლობლად, მისი მწვანე ყლორტების შეგროვება ხდება ივნის-აგვისტოში.

ქიმიური შემცველობა. მცენარე შეიცავს: საპონინ ეკვიზეტონინს, ალკალოიდ ეკვიზეტინს, რომელიც იხსნება ვაშლისა და მჟაუნის მჟავაში, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ცილებს, ზეთს, მინერალურ მარილებს, კაროტინს, ვიტამინ C.

გამოყენება: ხალხურ მედიცინაში შვიტა უძველესი დროიდან გამოიყენება, იგი აძლიერებს შარდის გამოყოფას, ამცირებს შარდში ცილების რაოდენობას, აუმჯობესებს ორგანიზმში ნივთიერებათა ცვლას, ამცირებს ანთებით პროცესებს, ახორციებს ჭრილობებს, ხასიათდება სისხლდენის შემაჩერებელი და ანტისეპტიკური მოქმედებით. მცენარის ნახარში და ნაყენი გამოიყენება ფილტვებისა და სასუნთქი გზების დაავადების, შარდის ბუშტის ანთების, შინაგანი სისხლდენის და მალარიის დროს. ნაყენი გამოიყენება აგრეთვე ნაღვლის ბუშტის კენჭოვანი დაავადებების, პოდაგრისა და რევმატიზმის დროს. გამოიყენება როგორც შარდმდენი საშუალება. გარეგანი მიზნით იყენებენ ხანგრძლივად შეუხორცებადი ჭრილობების მოსაწმენდად, წყლულისა და პირის ღრუს ანთებითი პროცესების დროს.

მეცნიერულ მედიცინაში მცენარის ნაყენი გამოიყენება ორგანიზმის შემუპების დროს შარდმდენ საშუალებად, აგრეთვე შარდის ბუშტისა და საშარდე გზების ანთებითი პროცესების დროს. საშვილოსნოდან და სწორი ნაწლავიდან სისხლდენის შემაჩერებელ საშუალებად. იყენებენ ასევე დიზენტერიისა და ფილტვის ტუბერკულოზის სამკურნალოდ.

ნაყენის მომზადება: 4 სუფრის კოვზ გამხმარ მცენარეს უნდა დაასხათ 2 ჩაის ჭიქა ადუღებული წყალი, გაწურონ და მიიღონ მთელი დღის განმავლობაში.



შვიტა-Equisetum arvense L.

შინდი

Cornus mas

Кизил

Кизил

7-6 მ. სიმაღლის ხეა ან ბუჩქი, მიეკუთვნება შინდისებრთა (Cornaceae) ოჯახს. ფოთლები კვერცხისებრი ან ლანცეტაა, მოკლე ყუნწიანი 10 სმ-მდე სიგრძის, ყვავილები ყვითელია, ოთხწევრიანი და შეკრებილია ქოლგისებრ ყვავილედად. ნაყოფი ოვალური, წვნიანი, მუქი წითელი კურკიანაა. მცენარე ყვავილობს ფოთლების გაშლამდე მარტ-აპრილში, ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელება: კულტურული მცენარეა, ველურად გვხვდება ყირიმსა და ამიერკარპატებში.

სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფები, რომელსაც აგროვებენ სრული სიმწიფისპერიოდში, ფენენ თხლად და აშრობენ ორპირ ქარში ან სპეციალურ საშრობში 50-60⁰ -ზე.

ქიმიური შემცველობა: ნაყოფები შეიცავს 10%-მდე შაქრებს, ძირითადად გლუკოზასა და ფრუქტოზას, 2-3 % ორგანულ მჟავებს, პექტინებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, C ვიტამინს. C ვიტამინის შეცველობით შინდის ნაყოფი აღემატება შავ მოცხარს.

გამოყენება: მედიცინაში შინდის ნაყოფს იყენებენ კუჭ-ნაწლავის დაავადებების დროს, როგორც კარგ შემკვრელ საშუალებას. შინდის ფიტონტოციდები დამლუპველად მოქმედებს ტიფისა და დიზენტერიის მიკრობებზე, კუჭაშლილობის დროს იყენებენ ნაყოფის ნახარშსა და ნაყენს, რისთვისაც 10-20 გრ. ნაყოფს უნდა დაასხათ 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალი და მიიღოთ 1/2 ჩაის ჭიქა დღეში 4-ჯერ. შემკვრელი მოქმედებით ხასიათდება ფოთლებიც, რომლისგანაც მზადდება ნაყენი: 1 სუფრის კოვზი 1 ჩაის ჭიქა ადუღებულ წყალზე.



შინდი-Cornus mas

შხამა

Veratrum lobelianum Bernh.

Черемица лобелия

1,5 მ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა შროშანასებრთა Liliaceae ოჯახიდან. ღერო მსხვილია და ხშირადშეფოთილი, ფოთლები ფართე ელიფსურია 20 სმ. სიგრძის და 16 სმ. სიგანის, ქვედა მხრიდან მოკლე ბეწვითაა დაფარული. ყვავილები მომწვანო-ყვითელია, ბორბლისებრი, 6 გვირგვინის ფურცლით. შეკრებილია აღმამდგომ საგველად. ნაყოფი კოლოფია ფრთიანი თესლით. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში, ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში. შხამიანი მცენარეა.

გავრცელებულია სუბალპური სარტყლის ტენიან მდელოებზე, ტყის პირას, სათიბებში, საძოვრებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურა და ფესვები, რომელთაც აგროვებენ ადრე გაზაფხულზე, რეცხავენ, ფენენ თხლად და აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ფესურა და ფესვები შეიცავენ 2,5% ალკალოიდებს (ვერატრინს, ვერატრამინს, ვერმინს და პროტოვერატრიდინს).

გამოყენება: შხამას პრეპარატები გამოიყენება კანის სოკოვანი დაავადებისა და კანის პარაზიტების წინააღმდეგ. ამ მიზნით გამოიყენება ნახარში შემდეგი დოზით: 60-70 გრ. წვრილად დაჭრილ ნედლეულს ასხამენ 1 ლ. წყალს, ხარშავენ 5-7 წუთის განმავლობაში ნელი დუღილით, გაგრილებულ ნახარშს ურევენ მცირე დოზით საფუარს და აჩერებენ 3 სთ-ს. მასში დასველებულ საფენებს იდებენ სოკოთი დაავადებულ ადგილზე. განსსაკუთრებით კარგ ეფექტს იძლევა ეგზემით დაავადების დროს. განუწყვეტელი მკურნალობით 1-2 კვირის განმავლობაში ავადმყოფი სრულად იკურნება. შხამას ფესვებისა და ფესურების სპირტზე დაყენებული ნაყენი (! : 4) ნაცადი საშუალებაა ჭორფლისა და ხალების მოსაცილებლად.



შხამა-Veratrum lobelianum Bernh.

ჩვეულებრივი ასისთავა

Centaurium erythraea Rafn

Золотитысячник

ორწლიანი ან მრავალწლიანი მცენარეა ნალველასებრთა (Centianaceae) ოჯახიდან. ღეროები სწორმდგომი, ოთხწახნაგოვანი, 30 სმ-მდე სიმაღლის, ზედა ნაწილში დატოტვილია, ქვედა ფოთლები როზეტში წაგრძელებულ-კვერცხისებურია, მოკლეყუნწიანი, ლანცეტისებური, მჯდომარე. ყვავილები შეკრებილია ფარისებრ, მცირე ყვავილოვან ყვავილედებად. ჯამი მილისებრი, ხუთკბილიანი, გვირგვინი ვარდისფერი, 1 სმ-მდე სიგრძის მილით და 1 სმ-მდე დიამეტრით რბილი გადანაკეცი, ნაყოფი ხაზოვან-ცილინდრული კოლოფებია, რომლშიც

მრავალრიცხოვანი მრგვალი მოყავისფრო თესლია მოთავსებული. ყვავის ივნის-სექტემბერში ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-ოქტომბერში.

გავრცელებულია კავკასიის მთებში, ხარობს მდელოებზე, მდინარეების, ტბების ნაპირებზე, ჭაობების შემოგარენში, ტყის პირას, ნასვენ მიწებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ასისტავას მიწისზედა ნაწილი (ბალახი). იგი შეიცავს 1%-მდე ალკალოიდებს, რომელთაგანაც უმთავრესია გენციანინი, შეიცავს ასევე გლიკოზიდებს, ეთერზეთებს, ოლეინმჟავას და ასკორბინმჟავას. ასისტავას აგროვებენ ყვავილობის დასაწყისში, ივნის-აგვისტოში, მცენარეს ჭრიან ნიადაგიდან 5-10 სმ-ზე. ნედლეულს აშრობენ ღია ცის ქვეშ, ჩრდილში, სხვენზე, განიავებულ შენობებში ან 45° ტემპერატურიან საშრობში. მშრალ ნედლეულს ინახავენ 2 წლის განმავლობაში.

გამოყენება: ასისტავას ბალახისაგან ამზადებენ ნაყენს და ნახარშს, რომელსაც იღებენ, როგორც სიმწარეს მადის აღსამკვრელად და ორგანიზმის საჭმლის მომნელებელი მოქმედების გასაუმჯობესებლად. ისინი ახდენენ აგრეთვე მსუბუქ სასაქმებელ გავლენას კუჭის შეკრულობის დროს. ასისტავა განსაკუთრებით ეფექტურია კუჭის წვენის დაბალი მჟავიანობისა და მეტეორიზმის დროს. მას იყენებენ ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის (ნაღველმდენი მოქმედების გამო) დაავადებათა სამკურნალოდ.

ნაყენის მომზადება: 1 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ბალახს უნდა დაასხათ 1 ჩაის

ჭიქა ადუღებული წყალი, გააჩეროთ 30 წუთის განმავლობაში და მიიღოთ 1-2 სუფრის კოვზი 3-4-ჯერ დღეში ჭამამდე 30 წუთით ადრე. ნახარშს ამზადებენ 10 გრამი ბალახისა და 1 ჩაის ჭიქა წყლისაგან და ისევე გამოიყენებენ როგორც ნაყენს.

ხალხურ მედიცინაში ასისტავას იყენებენ კუჭის კატარის, შეკრულობის, ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის დაავადებების, სისხლნაკლებობისა და ორგანიზმის სხვა დაავადებებით გამოწვეული დაუძლურების დროს.

ჩვეულებრივი გლედიჩია

Gledichia triacanthos

Гледичия

მიეკუთვნება პარკოსნების ოჯახს (abaceae). მაღალი ხეა 25-40 მ. სიმაღლის, ტოტები დაფარულია მუქი რუხი 10სმ სიგრძის ეკლებით. ფოთოლი ფრთისებრი, ყვავილი მომწვანო-მოყვითალო, სურნელოვანი, შეკრებილია მტევნებად. ყვავილობს ივნის-ივლისში. ნაყოფი ბრტყელი, მრავალთესლიანი, მუქი ყავისფერი პარკია 40 სმ-მდე სიგრძის.

გავრცელებულია ჩრდილოეთი ამერიკაში, კულტივირებულია მთელ სამხრეთში, ფართოდაა გავრცელებული ყირიმში.

სამკურნალო ნედლეულია მწიფე ნაყოფი, ნაყოფის გარსი და ახალგაზრდა ფოთოლი. ნაყოფს აგროვებენ მაშინ, როცა პარკი ღებულობს მუქ ფერს და ადვილად იხსნება. ფოთლებს აგროვებენ ზაფხულის პირველ ნახევარში, მზიან ამინდში.

ქიმიური შემცველობა: ნაყოფი შეიცავს: ალკალოიდს, ფლავონოიდს, მთრიმლავ და ლორწოვან ნივთიერებებს, ვიტამინებს C- ს და საპონინს.

გამოყენება: გლედიჩიას პრეპარატს იყენებენ საჭმლის მომნელებელი ტრაქტის სპაზმის დროს, რაც დაკავშირებულია ალკალოიდ-ტრიაკანტინის შემცველობასთან, გამოიყენება ასევე როგორც ადგმზნები და ამოსახველებელი საშუალება. თესლის კანის ნაყენი ეფექტურად წმენდს სისხლძარღვებს, იგი საუკეთესო საშუალებაა მოხუცებულობის სკლეროზის პროფილაქტიკისათვის. ნაყენი მზადდება შემდეგნაირად: 2 სუფრის კოვზ დაფქულ თესლის კანს უნდა დაასხათ 0,9ლ. ადუღებული წყალი, გააჩეროთ 1 სთ. და მიიღეთ 2 დღის მანძილზე. მკურნალობის კურსი 2 კვირაა.

თესლის ნაყენი გამოიყენება როგორც ამოსახველებელი საშუალება ბავშვებში. 1 ჩაის კოვზ დაფქულ ნაყოფს უნდა დაასხათ 0,5ლ. ადუღებული წყალი, გააჩეროთ 2სთ. გაწუროთ და მიიღოთ 1 ჩაის კოვზი 3 ჯერ დღეში. ახალგაზრდა ფოთლების ნაყენი ხასიათდება მაღალი ბაქტერიოციდული და ანთების საწინააღმდეგო მოქმედებით, უფრო ეფექტურია ვიდრე ნოშპა. მისი მოქმედების ხანგრძლივობაა 6-8 სთ. იყენებენ კუჭის ტკივილის, სპაზმური კოლიტის, გასტრიტისა და სისხლის წნევის სამკურნალოდ.

ფოთლების ნაყენის მომზადება: 1 ჩაის ჭიქა ახალგაზრდა ფოთლებს უნდა დაასხათ 0,5ლ არაყი ან 40%-იანი სპირტი, გააჩეროთ 2 კვირა სიბნელეში, შემდეგ გაწურეთ და მიიღეთ 1 სუფრის კოვზი დღეში 3-4 ჯერ.

ნაყოფის ნახარში გამოიყენება ქრონიკული გასტრიტის, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის, ნაღვლის ბუშტის ქრონიკული ანთებისა და სპაზმური კოლიტის დროს. ნახარშის მომზადება: 1 სუფრის კოვზ დაფქველ ნაყოფს უნდა დაასხათ 1 ჩაის ჭიქა წყალი და ადუღოთ წყლის აბაზანაზე 3-წთ. შემდეგ გააცივოთ, გაწუროთ და მიიღოთ 1 სუფრის კოვზი დღეში 4-5-ჯერ ჭამამდე 30წთ. ადრე.



ჩვეულებრივი გლედიჩია -*Gledichia triacanthos*

ჩვეულებრივი გოგრა

Cucurbita pepo L.

Тыква обыкновенная

ერთწლიანი მცენრეა გოგრასებრთა (Cucurbitaceae) ოჯახიდან. ხასითდება მხვიარა, ხორკლიანი, ულვაშებიანი ღეროთი. ფოთლები მოკლექუნწიანი, უხეში, განიერი, მთლიანი ან თათისებურია. ფოთლის უბეებში ვითარდება მარტოული ან ყვავილედში შეკრებილი ნარინჯისფერი ყვავილები და ულვაშები, რომელიც სახეშეცვლილი ყვავილთანია. ულვაშების საშუალებით გოგრა ემაგრება საყრდენს, გოგრას ყვავილები ერთსქესიანი და ერთსახლიანი ან ორსახლიანია, აქვს 5 მტვრიანა, რომელთაგან 4 შეზრდილია, ერთი კი განცალკევებული. ნაყოფი მრავალრიცხოვანი მოყვითალო-მოთეთრო თესლია. მცენარე ყვავის ივლის-სექტემბერში, ნაყოფი მწიფდება სექტემბერ-ნოემბერში.

გოგრა წარმოადგენს საკმაოდ ცნობილ საბოსტნე კულტურას, რომელიც საქართველოს თითქმის ყველა რაიონში მოჰყავთ, ჩვენში იგი ცნობილია კვახის, ხაპის, გოგრუქას სახელწოდებით.

ქიმიური შემცველობა: გოგრის ხორციანი ნაწილი შეიცავს შაქრებს, ფოსფორის და სხვა მჟავებს, კალიუმს, კალციუმს, მაგნიუმს, რკინას, 96% წყალს და სხვადასხვა ვიტამინებს. გოგრის თესლი შეიცავს ეთერზეთებს, ფიტოსტერინებს, კრისტალურ ცილას, კრისტალურ გლობულინს, ორგანულ მჟავებს, ფისს, ნაცარს და სხვა.

გამოყენება: საქართველოში გოგრის თესლს იყენებენ, როგორც ჭიის გამომდენ საშუალებას, განსაკუთრებით თასმისებური და იშვიათად მრგვალი ჭიის საწინააღმდეგოდ. თესლს იღებენ კარგად დამწიფებული გოგრის ნაყოფისაგან, ასუფთავებენ რბილობისაგან და ამრობენ ჰაერზე. თესლების შენახვა ერთ წელზე მეტ ხანს არ შეიძლება. გამოყენების წინ თესლს აცლიან კანს ისე, რომ უნარჩუნებენ შიგნითა მურა-მწვანე ფერის თხელ გარსს. გასუფთავებულ და როდინში დანაყილი თესლებისაგან ამზადებენ ფაფას თაფლით ან შაქრით, ან უბრალოდ დანაყილ თესლს ურევენ მურაბას ან თაფლს და აძლევენ ავადმყოფს უზმოზე. (ულუფის ნორმა მოზარდისათვის არის 300 გრ. 3-დან 4 წლამდე ასაკის ბავშვებისათვის 75 გრ. 5-დან 7-წლამდე 100 გრ., 10-დან 12-წლამდე 150 გრ.) 3-4

საათის შემდეგ აძლევენ სასაქმებელ საშუალებას, 30 წუთის შემდეგ კი უკეთებენ ოცნას.

გოგრის ხორციანი ნაწილის ქიმიური შემადგენლობა საშუალებას იძლევა შევიტანოთ იგი კვების რაციონში. მას იყენებენ კუჭის შემკვრელ საშუალებად კუჭ-ნაწლავის აშლილობის დროს. გოგრა ძალზედ სასარგებლოა ათეროსკლეროზით დაავადებულთათვის.. გოგრის რბილობში კალიუმისა და რკინის შემცველობა საშუალებას იძლევა გამოყენებული იქნეს გულ-სისხლძარღვთა დაავადების დროს.

გოგრის ხორციანი ნაწილი აძლიერებს დიურეზს (შარდის გამოყოფას), რაც იწვევს თირკმლებიდან ქოლესტერინის გამოყოფას და ამ მიზნით მას ხშირად უნიშნავენ თირკმლებისა და ღვიძლის დაავადების დროს. ასეთ შემთხვევაში ამზადებენ მოხარშული რბილობის ფაფას, რომელსაც ღებულობენ დღეში 2-ჯერ, ზოგჯერ ამავე მიზნით იყენებენ რბილობიდან გამოწურულ ახალ წვესს.



ჩვეულებრივი გოგრა-Cucurbita pepo L.

ჩვეულებრივი კვლიავი

Carum carvi

Тмин

ორწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა ქოლგოსანთა (Umbeliferae) ოჯახიდან. აქვს 10-50 სმ. სიგრძის სწორმდგომი, ზედა ნაწილში დატოტვნილი ღერო. ფოთოლგანლაგება ღეროზე მორიგეობითია, ფესვთანა ფოთლები ვიწრო სამკუთხოვანია 6-8 სმ.სიგრძისა და 2-8 სმ. სიგანის. ღეროს ზედა ფოთლები გრძელყუნწიანია. პატარა ზომის ყვავილები შეკრებილია ქოლგა ყვავილედად. ნაყოფი მურა ფერისაა, წაგრძელებული. ყვავის მათ-ივნისში, ნაყოფი მწიფდება ივლის-აგვისტოში.

გავრცელებულია ტყის პირებში, მდელოებზე, მინდვრებზე, ხშირად დანაგვიანებულ ადგილებში, კვლიავი გვხვდება ტყის შუა სარტყლიდან სუბალპებამდე.

სამკურნალო ნედლეულია კვლიავის ნაყოფი და თესლი.

ქიმიური შემცველობა: ნაყოფი და თესლი შეიცავს ეთერზეთებს, ცხიმზეთებს, ცილოვანი ნივთიერებებს, ნაცარს.

გამოყენება: მედიცინაში კვლიავის ნაყოფს ხშირად იყენებენ საჭმლის მონელების გასაუმჯობესებლად და ნაწლავში ლკობისა და დუდილის პროცესების შესამცირებლად. ხშირად მას უნიშნავენ კუჭის სპაზმების, საჭმლის მონელების პროცესის მოშლილობისა და მეტეორიზმის დროს. კვლიავის ნაყოფის ნაყენი რეკომენდირებულია ატონიური შეკრულობის, კუჭისა და ნაწლავის კრუნჩხვითი ტკივილების დროსაც.

ნაყენის მომზადება: ერთ სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ნაყოფს უნდა დაასხათ 1 ჩაის ჭიქა ადულებული წყალი, დადგათ თავდახურულ ჭურჭელში გაცივებამდე, გაწურეთ და მიიღოთ 2-6 სუფრის კოვზი 5-6-ჯერ დღეში ჭამამდე. ბავშვებისათვის ნაყენი შეიძლება დაატკბოთ შაქრით ან სიროფით.

ხალხურ მედიცინაში კვლიავის დაქუცმაცებული თესლის ფხვნილი გამოიყენება მადის აღმძვრელად. მეძუძური დედები კვლიავის ნახარშს იყენებენ რძის გამოყოფის გასაძლიერებლად.

კვლიავს ახასიათებს ძლიერ სურნელოვანი და მწარე გემო. გამოიყენება მთლიანი სახით ან დაფქული ისეთი კერძების დასამზადებლად, როგორცაა სალათები, პაშტეტები და ა.შ. თესლები კი ცომეულის მოსამზადებლად. კვლიავის ეთეროვანი ზეთი გამოიყენება წამლების არომატიზაციისათვის.



ჩვეულებრივი კვლიავი-Carum carvi

ჩვეულებრივი მათიტელა

Polygonum aviculare L.S.I.

Горец обикновенный

ერთწლიანი ბალახოვანი მცენარეა მათიტელასებრთა (Polygonaceae) ოჯახიდან. აქვს ფუძიდანვე დატოტვილი მიწაზე გართხმული ან წამოწეული ღერო. ფოთლები წაგრძელებული-ლანცეტურია 2-2,5 სმ. სიგრძის და 0,3-0,5 სმ. სიგანის. ყვავილი მოვარდისფრო ან თეთრი 5 წევრიანი, წვრილი. ნაყოფი სამწახნაგოვანი მუქი

წაბლისფერი კაკალია. ყვავის ივნის-ოქტომბერში, ნაყოფი მწიფდება ივლის-ოქტომბერში.

გავრცელებულია აჭარაში ჩაქვში, ქობულეთში, გონიოში, ბოტანიკურ ბაღში. ხარობს საცხოვრებელ სახლებთან ახლოს, ქუჩებში, გზის პირას, სამოვრებზე.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის მიწისზედა ნაწილი (ბალახი), ნედლეულს ამზადებენ ყვავილობის პერიოდში. აყვავებულ ყლორტებს წყვეტენ ან ჭრიან ნამგლით. ნედლეულს ამრობენ მზის პირდაპირი სინათლისაგან დაცულ ადგილებში, კერძოდ ათავსებენ თხელ ფენად ქაღალდზე

ქიმიური შემცველობა: ბალახი შეიცავს ფლავონოიდებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფისს, ვიტამინებს, მწარე გლიკოზიდებს და ა.შ.

გამოყენება: აჭარის ხალხურ მედიცინაში ფოთლებს იყენებენ კანის დაავადების დროს. გამთბარ, დასრესილ და დარბილებულ ფოთლებს იყენებენ კვიმატას დროს შემოსადებად და გველის ნაკბენის სამკურნალოდ.

მატიტელას აქვს კუჭის შემკვრელი, სისხლდენის შემაჩერებელი და შარდმდენი მოქმედება. განსაკუთრებით ეფექტურია მატიტელა მარილების ცვლის დარღვევის მკურნალობისას. დასაღვეად ამზადებენ ნაყენს შემდეგნაირად: 20 გრამ ბალახს უნდა დაასხათ 1 ჩაის ჭიქა ადუღებული წყალი, გააჩეროთ და თითო სუფრის კოვზი მიიღოთ 3-ჯერ დღეში.

ხალხურ მედიცინაში იყენებენ ასევე მატიტელას ფესვების ნახარშს, რომელიც დამზადებულია 1 : 10 პროპორციით. ისევე როგორც ფოთლების ნაყენს, მატიტელას ქორფა ბალახს იყენებენ გარეგანი დანიშნულებით, კერძოდ ჭრილობებსა და წყლულებზე დასაღებად. მშრალი ბალახის ნაყენისაგან ამზადებენ კომპრესს დაჟეჟილობის სამკურნალოდ. ბალახის აბაზანის მიღება რეკომენდირებულია ბავშვებისათვის კანის დაავადების დროს.



ჩვეულებრივი მათიტელა - Polygonum aviculare L.S.I.

ჩვეულებრივი მაცვალი

Rubus caesius L.

Ежевика сизая

Ежевика сиза

2 მეტრამდე სიმაღლის ეკლიანი ნახევრადბუჩქია, აჭარაში მცენარეს ბარდს ეძახიან. უვითარდება ერთწლიანი ვეგეტაციური და ორწლიანი გენერაციული გამერქნებული ყლორტები. ფოთლები 3 ფოთოლაკიანია, კვერცხისებრომბული, კიდედაკბილული. ყვავილები თეთრია, 3 სმ. დიამეტრის, შეკრებილია ფარისებრ ყვავილედად. ნაყოფი შავი ნაკრები კურკიანაა, ყვავილობს მაისიდან აგვისტომდე, ნაყოფი მწიფდება აგვისტოში.

გავრცელებულია ტყეებში, ბუჩქნარებში, გამეჩხრებულ ტყეებში, ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის შუა სარტყლამდე.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები და ნაყოფი. ფოთლებს აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში, ნაყოფს სრული სიმწიფის პერიოდში.

ქიმიური შემცველობა: ნაყოფი შეიცავს 3-5% შაქარს (გლუკოზას და ფრუქტოზას), 1,5% ორგანულ მჟავებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, პექტინებს, B ჯგუფის ვიტამინებს, კაროტინს, ასკორბინის მჟავას, კალიუმს, სპილენძს, მანგანუმს. ფოთლები შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფლავონოიდებს, ვიტამინ C-ს, ორგანულ მჟავებს.

გამოყენება: მაცვლის ფოთლებისაგან მზადდება სასარგებლო და სასიამოვნო ჩაი, რისთვისაც ნედლ ფოთლებს ათავსებენ თავდახურულ ჭურჭელში და დგამენ მზეზე, ფოთლები ჭკნება და შავდება, შემდეგ ფენენ ჰაერზე თხელ ფენად გასაშრობად. მაცვლის მწიფე ნაყოფი და წვენი გამოიყენება გაცივების დროს მაღალი ტემპერატურის დასაწევად, როგორც ოფლმდენი და შარდმდენი საშუალება. ვიტამინების დიდი რაოდენობის შემცველობის გამო ითვლება ორგანიზმის გამამლიერებელ და დამამშვიდებელ საშუალებად კლიმაქტერული ნევროზის დროს.

ნაყენი მზადდება: 1 სუფრის კოვზ ფოთლებს უნდა დაასხათ 200 მლ. (1 ჩაის ჭიქა) მდულარე წყალი, გააჩეროთ 4 სთ და მიიღოთ 1/3 ჭიქა 3-4-ჯერ დღეში ჭამის წინ. ფოთლების ნაყენი წარმოადგენს შემკვრელ საშუალებას.



ჩვეულებრივი მაყვალი-Rubus caesius L.

ჩვეულებრივი მოცი

Vaccinium myrtillus L.

Черника

15-40 სმ. სიმაღლის ფოთოლმცვენი ბუჩქია მანანასებრთა (Vacciniaceae) ოჯახიდან. აქვს მხოხავი ფესურა, 1-3,8 სმ. სიგრძისა და 0,8-3 სმ. სიგანის დატოტვილი ღერო ღია მწვანე ფერის, რომლებიც ფოთლებივით კვერცხისებურია, თითქმის მომრგვალო. თავჩაქინდრული ყვავილები ვარდისფერია ან თეთრი მწვანე ელფერით, 3-4,5 სმ.

დიამეტრის გვირგვინით. ნაყოფი, წვნიანი, ბურთისებრი კენკრაა, მუქი წითელი რბილობით, 6-8 მმ. დიამეტრის, მრავალრიცხოვანი წვრილი თესლით. ყვავის მაისივნიში, ნაყოფი მწიფდება ივლის-აგვისტოში.

გავრცელებულია ტყის ზედა და სუბალპურ ზონაში, ასევე წიფლის ტყეში, არყნარში, კავკასიური როდოდენდრონის რაყაში, ხავსიან სუბალპურ მდელოებზე, მთელ მაღალმთიან მხარეში.

სამკურნალო ნედლეულია მოცვის ნაყოფი და ფოთლები.

ქიმიური შემცველობა: ნაყოფი შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს 17%-მდე, ორგანულ მჟავებს 7%-მდე, შაქრებს 20%-მდე, კაროტინს 196 მგ%-მდე, ვიტამინს 0,04 მგ%, C ვიტამინს 6 მგ%, ფლავონოიდებს, ანტოციანებს, პექტინს, შემფერავ ნივთიერებებს. ფოთლები შეიცავს: მთრიმლავ ნივთიერებებს, გლიკოზიდებს, ეთერზეთს, ორგანულ მჟავებს, C ვიტამინს, მაგნიუმს, რკინას, ქრომს, სპილენძს და სხვა მარილებს.

გამოყენება: მოცვის კენკრას იყენებენ საკვებად, მისი შემკვრელი თვისება განისაზღვრება კენკრაში მთრიმლავი ნივთიერების არსებობით. კენკრისაგან მომზადებულ გემრიელ მოცვის ღვინოს აქვს სამკურნალო დიეტური თვისებები და რეკომენდირებულია, როგორც დიარეას საწინააღმდეგო ეფექტური საშუალება. ასეთივე მოქმედება აქვს ახალ კენკრას, წყლიან ნაყენსა და კენკრის ნახარშს – მოცვის კისელს. მოცვის კენკრა კუჭ-ნაწლავის მოქმედების კარგი რეგულატორია, ის ახდენს სასურველ მოქმედებას კუჭისა და ნაწლავის კატარის დროს. მას იყენებენ ასევე დიზენტერიის დროსაც.

ნაყენის მომზადება: 3-4 ჩაის კოვზ კენკრას უნდა დაასხათ 2 ჩაის ჭიქა ადუღებული წყალი, გააჩეროთ 4-5 საათის განმავლობაში და მიიღოთ 1/4 ჩაის ჭიქა 5-6-ჯერ დღე-ღამის მანძილზე. ნახარშის მოსამზადებლად აიღეთ 1 სუფრის კოვზი კენკრა და 2 ჩაის ჭიქა წყალი, ადუღეთ მანამ, სანამ არ დარჩება 1 ჩაის ჭიქა სითხე, გაწურეთ და მიიღეთ თბილი სახით 1/4 ჩაის ჭიქა დღეში 4-ჯერ ჭამის წინ. მოცვის კენკრა შედის ფაღარათის საწინააღმდეგო ჩაის შემადგენლობაში.

კისელის მოსამზადებლად 1 სუფრის კოვზი კენკრა უნდა მოხარშოთ 1,5 ჩაის ჭიქა წყალში, 1 ჩაის კოვზი სახამებლისა და შაქრის დამატებით, მიიღეთ ნახევარი ჭიქა 3-ჯერ დღეში.

გამოყენება: მოცვის წვენი და კენკრის ნახარში გამოიყენება პირის ღრუს, ღრძილების, ხახისა და ხორხის ლორწოვანი გარსის ანთების დროს მოცვის კენკრის ექსტრაქტი შეიცავს მხედველობის გამაუმჯობესებელ ნივთიერებებს, მისი მიღება რეკომენდირებულია იმ პირთათვის, რომელთა სამუშაო მოითხოვს მხედველობის მნიშვნელოვან დაძაბვას.

ხალხურ მედიცინაში მოცვის კენკრას იყენებენ თირკმლების კენჭოვანი დაავადების, ნიკრისის ქარის, რევმატიზმის, სისხლნაკულობისა და სხვა დაავადებათა სამკურნალოდ. მისი ფოთლებისაგან სახლის პირობებში ამზადებენ ჩაის, რომელსაც იყენებენ შარდის ბუშტის ანთების, კუჭის ჭვალის, ქრონიკული ენტერიტის, ნაღველკენჭოვანი, შარდკენჭოვანი დაავადებებისა და დიაბეტის დროს.



ჩვეულებრივი მოცვი-Vaccinium myrtillus L.

ჩვეულებრივი სვია

humulus lupulus L.

Хмель обыкновенный

მრავალწლიანი გრძელფესურიანი ბალახოვანი ლიანაა კანაფისებრთა (Cannabaceae) ოჯახიდან. 5 მ-მდე სიგრძის ბოჭკოვანი ღერო ეხვევა ხეებსა და ბუჩქებს, ფოთლები გულისებრია, მთლიანი ან 3-5 ნაკვთიანი, ხერხებილა გრძელი ყუნწებით. ორსახლიანი მცენარეა, მამრობითი ყვავილები წვრილია, ილლიური, განლაგებულია ღეროების და ტოტების წვეროებზე და შეკრებილია საგველასებრ ყვავილედად. მდედრობით თავაკ ყვავილედებს აქვს გრძელი ყუნწი, ყვავილსაფარი, ღია მწვანეა და ჯირკვლოვანი 1 ბუტკოთი. დაყვავილების შემდეგ ყვავილსაფარი იზრდება, მსხვილდება და თანაყვავილებთან ერთად ქმნის დამახასიათებელ გირჩისმაგვარ კაკლუჭა ნაყოფს ერთი თესლით. მცენარე ყვავილობს ივნის-აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება ივლის-სექტემბერში.

გავრცელებულია მთის შუა სარტყლამდე ტყეებში, მდინარეთა ხეობებში, ტყის პირებზე.

სამკურნალო ნედლეულია გირჩისმაგვარი ნაყოფები, რომლებსაც აგროვებენ სიმწიფის პერიოდში, როცა ისინი ფერით მომწვანო-ყვითელია. ამრობენ მზისგან დაცულ პირობებში, ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ნაყოფები შეიცავს მწარე ნივთიერება ლუპულინს, ალკალოიდ ჰუმულინს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, გუმფისს, ეთეროვან ზეთებს და ვალერიანის მჟავას.

გამოყენება: გირჩები გამოიყენება დამამშვიდებელ საშუალებად ნერვული აგზნებულობის და უძილობის დროს. ასევე შეიძლება გამოყენებული იქნას ტკივილგამაყუჩებელ საშუალებად, შარდის ბუშტის ანთების დროს. მცენარე შედის დამამშვიდებელი ჩაის შემადგენლობაში. მზადდება პრეპარატები „ხოვალენტინი“ და „ვალოსედინი“.

ოჯახურ პირობებში შეიძლება მოვამზადოთ ნაყენი: 1 ს.კ. დაქუცმაცებულ ნაყოფებს უნდა დაასხათ 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალი, გააჩეროთ 1 ღამის განმავლობაში, მიიღოთ თბილ მდგომარეობაში 2 ს.კ. 3-4-ჯერ დღეში.



ჩვეულებრივი სპობა – humulus lupulus L.

ჩვეულებრივი ღოღო (ღვალო)

Rumex crispus L.

Щавель курчавый

1 მ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი მსხვილფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა მათიტელასებრთა (Polygonaceae) ოჯახიდან. აჭარაში მცენარეს ღვალოს ეძახიან. ღერო სწორმდგომია, მთელ სიგრძეზე დაღარული და ზედა ნაწილში დატოტვილი. ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული, ფორმით სამკუთხა, კვერცხისებრი და ტალღისებრად დაკბილული. ღეროზე განლაგებული ფოთლები კენწეროს მიმართულებით თანდათან პატარავდება. ყვავილები წვრილი, მომწვანო-მოყვითალო. 6 ფურცლიანი ყვავილსაფრით, შეკრებილია კენწრულ ცილინდრულ ყვავილედად. ნაყოფი სამწახნაგოვანი კაკლუჭაა, ყვავილობს მაის-ივლისში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის ზედა სარტყლამდე. იზრდება დანაგვიანებულ ადგილებში, საცხოვრებელ სახლებთან ახლოს, სათიბებში, გზების გასწვრივ, პლანტაციებში, ბაღებში, ბოსტნებში.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურები და ფესვები, რომლებსაც ამზადებენ შემოდგომაზე. თხრიან, რეცხავენ, ფენენ თხელ ფენად და აშრობენ ჰაერზე. შრობა ითვლება დამთავრებულად თუ ნედლეული გადალუნვისას ტყდება.

ქიმიური შემცველობა. ფესურები შეიცავენ 12% მთრიმლავ ნივთიერებებს, 4% ანტრაქინონის წარმოებულებს, ფლავონოიდებს (რუტინს), ეთერზეთებს, C და K ვიტამინებს.

გამოყენება. ღოლოს ფესურების პრეპარატები დიდი დოზით ახდენენ სასაქმებელ მოქმედებას, მცირე დოზით კი შემკვრელ მოქმედებას. სასაქმებლად უნიშნავენ ფესურების ფხვნილს 0,5-1 გრ. ერთ მიღებაზე. კოლიტის, ატონური შეკრულობის, ბუასილის და უკანა ტანის ნახეთქების დროს. სასაქმებელი მოქმედება ვლინდება 8-10 სთ-ის შემდეგ, ამიტომ სასურველია მისი მიღება ღამით.

მზადდება ნახარშიც 1 ჩ.კ. ღოლოს ფესურისა და 1 ჩ.კ. წყლისაგან. ადუღებენ 5 წუთს. ღებულობენ ძილის წინ 0,5 ჭიქას.



ჩვეულებრივი ღოღო (ღვალო)

Rumex crispus L.

ჩინური ჩაი

Thea chinensis L

Чай Китайский

1 – 1,5 მ. სიმაღლის მარადმწვანე ბუჩქია ჩაისებრთა (Theaceae) ოჯახიდან. ღერო ძირიდანვე იტოტება. ფოთლები პრიალაა, ხერხებილა, მუქი მწვანე ფერის, მორიგეობით განლაგებული. თეთრი ყვავილები მარტოულია ან ჯგუფურადაა განლაგებული ფოთლის იღლიებში. ყვავილსაფარი ორმაგია, გვირგვინი 5-9 ფურცლისაგან შედგება, მტვრიანა მრავალრიცხოვანი. ნაყოფი 3-4 ბუდიანი კოლოფია, მრგვალი პრიალა თესლებით. ყვავის აგვისტო-სექტემბერში, ნაყოფი მწიფდება ოქტომბერ-დეკემბერში.

გავრცელებულია ინდოეთისა და ინდოჩინეთის მთებში. ჩაის მნიშვნელოვანი მწარმოებელია ინდოეთი, შრი-ლანკა და ჩინეთი. საქართველოში შემოტანილია XIX

საუკუნის დასაწყისში. ფართოდ არის გავრცელებული დასავლეთ საქართველოში, მისგან შექმნილია ადგილობრივი ქართული ჯიშები.

სამკურნალო ნედლეულია ნორჩი ყლორტები, რომელსაც აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში. აშრობენ ჩრდილში ან საშრობში 50-60⁰C – ზე.

ქიმიური შემცველობა: ნორჩი ყლორტები შეიცავს 35% მთრიმლავ ნივთიერებებს, ალკალოიდებს (კოფეინს, თეოლინს, თეობრომინს), ფლავონოიდებს, ეთერზეთებს, ვიტამინებს C, B₁, B₁₂, K, P, PP, მინერალურ მარილებს.

გამოყენება: მოკრეფილ ნორჩ ყლორტებს აჭკნობენ, რის შედეგად ისინი რბილდებიან, შემდეგ ფოთლებს გრეხენ, ასეთი სახით მათში გრძელდება ფერმენტაციის პროცესი. ამ დროს ჩაის ქიმიური შედგენილობა მნიშვნელოვნად იცვლება, იგი იძენს არომატს და შავ ფერს. ჩაის სამკურნალო თვისებები განპირობებულია კოფეინით, რომელიც ადაგზნებს ნერვულ სისტემას და აძლიერებს ორგანიზმის ტონუსს. იგი სასარგებლოა დასუსტების, გამოფიტვის და გონებრივი აქტივობის დაქვეითების დროს.

არ შეიძლება კოფეინის გამოყენება ძლიერი აგზნებულობის, უძილობის, გულ-სისხლძარღვოვანი სისტემის და ჰიპერტონული დაავადებების დროს. ჩაის სამივე ალკალოიდი შედის პრეპარატ “თეოფედრინის” შემადგენლობაში, რომელიც გამოიყენება ბრონქიალური ასთმის დროს. ტანინების მაღალი შემცველობის გამო ჩაი ახდენს შემკვრელ მოქმედებას და აუმჯობესებს საჭმლის მონელებას.



ჩინური ჩაი - *Thea chinensis* L

ცირცელი

***Sorbus boissieri* S.**

Рябина

10 -20 მ. სიმაღლის ხემცენარეა ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან მომყოლოტკბო ნაყოფით. ნაყოფი ბურთისებრი ან მსხლისებრი ფორმისაა, ნარინჯისფერწითელი შეფერილობის. შეიცავს 1,5% ცილებს, 12% შაქრებს, 0,5-3% ორგანულ მჟავებს, კაროტინებს, ვიტამინებს: C, B, PP, რკინას, იოდს, მარგანეცს, სპილენძს, კობალტის მარილებს.

ცირცელის ნაყოფი ფართოდ გამოიყენება მედიცინაში, კერძოდ როგორც პროფილაქტიკური და სამკურნალო საშუალება ავიტამინოზის დროს. ნაყოფი,

ყვავილი და ფოთოლი გამოიყენება როგორც ოფლმდენი, შარდმდენი და სისხლდენის შემაჩერებელი საშუალება. ნაყოფი სასარგებლოა ტუბერკულოზის დროსაც. სორბიტის შემცველობის გამო ნაყოფი გამოიყენება დიაბეტიკებისათვის.

ნაყოფისა და ფოთლების ნახარში მომზადება: 15 გრ. ნედლეულს უნდა დაასხათ 1 ჩაის ჭიქა ცხელი წყალი და ადუღოთ 10წთ. გააჩეროთ 2სთ. და მიიღოთ 2 სუფრის კოვზი დღეში 2-3 ჯერ.

ხველების, თირკმლების დაავადების, ქალის სასქესო ორგანოების დაავადებისა და ჰემაროის დროს იყენებენ ყვავილის ნახარშს: 10გრ. ნედლეულს უნდა დაასხათ 1 ჩაის ჭიქა წყალი და ადუღოთ 10 წთ. და მიიღოთ 50 გრ. დღეში 2-3 ჯერ.

გასტრიტის, დაქვეითებული მჟავიანობის, ჰემაროის, ღვიძლისა და თირკმლების დაავადების, ათეროსკლეროზის და სისხლდენის დროს იყენებენ ნაყოფის ნახარშს: 20 გრ. გამხმარ ნაყოფს უნდა დაასხათ 1 ჩაის ჭიქა ადუღებული წყალი, გააჩეროთ 4 სთ. და მიიღოთ ნახევარი ჩაის ჭიქა დღეში 2-3 ჯერ ჭამის წინ.

ავიტამინოზის დროს იყენებენ ცირცელის ნაყენს: 1 სუფრის კოვზი ნაყოფი უნდა აადუღოთ 1 ჩაის ჭიქა წყალთან ერთად, გააჩეროთ 4სთ. და მიიღოთ ნახევარ ჩაის ჭიქა დღეში 2-3 ჯერ.

ცირცელს შესწევს უნარი შეაჩეროს ორგანიზმში საკვები ნივთიერებები ანუ შეუძლია ადამიანისათვის ენერჯის შენარჩუნება. მშრალი ნაყოფი ასტიმულირებს სისხლის მიმოქცევასა და ამცირებს სისხლში ქოლესტერინის შემცველობას, ამიტომაც ის გამოიყენება როგორც ეფექტური საშუალება ჰიპერტონიისა და ათეროსკლეროზის სამკურნალოდ.

სისხლნაკლებობის დროს ამზადებენ ნაყენს: 2 სუფრის კოვზს უნდა დაასხათ 2 ჩაის ჭიქა ადუღებული წყალი, გააჩეროთ 1 სთ. და მიიღოთ დღეში 3-4 ჯერ.

რევმატიზმის, პოლიართრიტის, თირკმლებისა და შარდის ბუშტის დაავადების დროს რეკომენდირებულია მწიფე ნაყოფებისაგან დამზადებული სიროფი: 1 კგ. ნაყოფისა და 600 გრ. შაქრისაგან.



ცირცელი-Sorbus boissieri S.

ცხენისკბილა

Leucojum aetivum L.

Белоцветник летный

30-60 სმ. სიმაღლის მრავალწლიანი ბოლქვიანი ბალახოვანი მცენარეა ზამბახისებრთა (Amaryllidaceae) ოჯახიდან. ბოლქვი მომრგვალოა, ღერო სწორმდგომი და დაღარული. ფოთლები ხაზური, პარალელურმარღვიანი სიგრძით 1,5 სმ. თეთრი ყვავილები შეკრებილია ქოლგა ყვავილედებად. ყვავილსაფარი 6 წევრიანია წვერზე მწვანე წერტილებით. ნაყოფი მწვანე სფერული ხორცოვანი კოლოფია შავი თესლით. ყვავილობს მარტ-აპრილში, ნაყოფი მწიფდება მაის-ივნისში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებზე, დაჭაობებულ ადგილებში მთელ სანაპირო ზოლზე.

სამკურნალო ნედლეულია ბოლქვი, რომელსაც აგროვებენ ზაფხულში ან შემოდგომაზე, რეცხავენ და აშრობენ ჰაერზე.

ქიმიური შემცველობა: ბოლქვი შეიცავს ალკალოიდებს, რომლის ერთ-ერთი კომპონენტია გალანთამინი 0,12%.

გამოყენება. მედიცინაში გალანთამინი გამოიყენება დამბლის შემდეგ კუნთების ფუნქციის აღსადგენად.



ცხენისკბილა-*Leucojum aestivum* L.

ცხენისწაბლი

Aesculus hippocastanum Y

Каштан конский

20 მ-მდე სიმაღლის მრგვალვარჯნიანი ხეა ცხენისწაბლისებრთა (იპპოცასტანაცეაე) ოჯახიდან. ივითარებს გრძელყუნწიან, თათისებრ რთულ ფოთლებს და თეთრ, წითელლაქებიან, სურნელოვან ყვავილებს, რომლებიც შეკრებილია სწორმდგომ სარქველებად. ნაყოფი 8 სმ-მდე დიამეტრის ბურთისებრი კოლოფია, რომელიც იხსნება 3 მსუსხავეკლებიანი საგდულით, მასში 1 თესლია, ყვავილობს აპრილ-მაისში, ნაყოფი მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გავრცელება: მცენარე კულტივირებულია, რგავენ ქუჩებში გამწვანების მიზნით.

სამკურნალო ნედლეულია ქერქი, თესლი და ყვავილი. ქერქს აგროვებენ ადრე გაზაფხულზე ყვავილობის პერიოდში, თესლს გვიან შემოდგომით. ნედლეულს აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ქერქი და ყვავილები შეიცავს ფლავონოიდებს, საპონინებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ნაყოფი – ცხიმებს.

გამოყენება. ცხენისწაბლისაგან დამზადებული პრეპარატები ამცირებენ სისხლის კოაგულაციას, ამაგრებენ კაპილარებსა და ვენების კედლებს, ხელს უშლიან სისხლძარღვებში თრომბის წარმოქმნასა და ხელს უწყობენ წარმოქმნილი თრომბის გაწოვას. კარგი შედეგი მიიღება ჰიპერტონული დაავადებათა მკურნალობის დროსაც, როცა გაზრდილია სისხლის კოაგულაცია. ნაყოფისაგან მზადდება წყალ-სპირტიანი ექსტრაქტი ესკუზანი და ესფლაზიდი, როგორც ვენების მატონიზირებელი და ანტითრომბული საშუალება. ამავე მიზნით იყენებენ ყვავილებისაგან დამზადებულ წვენს 25 წვეთს 2-3-ჯერ დღეში და ქერქის წყლიან ნაყენს შეფარდებით 1:10.



ცხენისწაბლი – *Aesculus hippocastanum* Y

ძახველი ჩვეულებრივი

Viburnum opulus L

Калина обикновенная

4მ – მდე სიმაღლის ბუჩქია ცხრატყავასებრთა (Caprifoliaceae) ოჯახიდან. ნაცრისფერი-მურა დახეთქილი ქერქით, აქვს ერთმანეთის საპირისპიროდ განლაგებული, მრგვალი ან კვერცხისებური, 5-10 სმ-მდე სიგრძის, 3-5 ნაკვთიანი, იშვიათად მთლიან ყუნწიანი ფოთლები. ყვავილედეები ფარისებურია. თეთრი, ხუთწევრიანი ყვავილები ორი ტიპისაა: გვერდითა – უნაყოფო, მსხვილი, 2,5 სმ-მდე დიამეტრის, შუა – ნაყოფის მომცემი, უფრო წვრილ გვირგვინიანი 0,5 სმ. დიამეტრის. ნაყოფი წითელი კვერცხისებური ან ბურთისებური კურკიანაა, 1 სმ-მდე დიამეტრის. ყვავის მაის-ივლისში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელებულია მთის ტყიან სარტყელში. ხარობს მდინარეების, ტბების, ჭაობების ნაპირებზე, ნესტიან, შერეულ და ფოთლოვან ტყეებში, რგავენ ბაღებსა და პარკებში, როგორც დეკორატიულ მცენარეს.

სამკურნალო ნედლეულია ძახველის ქერქი და ნაყოფი. ქერქს ამზადებენ წვენი აქტიური მოძრაობის პერიოდში, აპრილ-მაისში, როცა ადვილად სცილდება მერქანს. ამისათვის ჭრიან ბუჩქებს, აცლიან ქერქს, ჭრიან 10 სმ. სიგრძის ნაჭრებად, ქერქს ამრობენ ღია ცის ქვეშ, სხვენზე, სარდაფში, საფენზე გაშლილს და იცავენ მტვრისაგან. ძახველის ქერქი შეიძლება შევინახოთ 4 წლის განმავლობაში. მათ აჭკნობენ ჰაერზე და ამრობენ აგრეთვე ღუმელში, სანამ ძლიერ ფაშარ მდგომარეობამდე არ მიიყვანენ.

ქიმიური შემცველობა: ქერქი შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს 2%-მდე, ფისებს 6,5%-მდე, ორგანულ მჟავებს, გლიკოზიდ ვიბურინს, ფლავონოიდებს, C და B ვიტამინებს. ნაყოფში ბევრია ასკორბინის მჟავა, შაქრები, მთრიმლავი ნივთიერებები, ორგანული მჟავები, კაროტინი, ვიტამინი K. თესლში არის 21%-მდე ცხიმოვანი ზეთი.

გამოყენება: ძახველის ქერქის პრეპარატებს აქვს დამამშვიდებელი და კრუნჩხვების საწინააღმდეგო მოქმედება. დამამშვიდებელ საშუალებად გამოყენებისათვის ქერქის

ნახარშს ამზადებენ შემდეგი წესით: 2 სუფრის კოვზ ქერქი და 1 ჭიქა წყალი ადუღეთ 5 წუთის განმავლობაში, გააჩერეთ 2 სთ. და მიიღეთ სუფრის კოვზით 3-ჯერ დღეში. დამამშვიდებელი მოქმედება აქვს ძახველის ნაყოფს, რომელიც დააყენეთ როგორც ჩაი (1 სუფრის კოვზი 1 ჭიქა ადუღებულ წყალში) და მიიღეთ 1/2 ჭიქა 2-ჯერ დღეში. ასეთი ჩაი სასარგებლოა ჰიპერტონული დაავადების სამკურნალოდ. ორგანიზმში ვიტამინების უკმარისობის დროს ნაყოფს ჭამენ ნატურალური სახით.



მახველი ჩვეულებრივი-Viburnum opulus L

პირტკბილა

Glycyrrhiza glabra L.

Солодка голая

1მ-მდე სიმაღლის დატოტვილ ღეროიანი და გრძელ ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა პარკოსანთა ოჯახიდან. მორიგეობით განლაგებული ფოთლები

ფრთართულია, შედგება 6-8 ფოთლისაგან, სიგრძით 3-4 სმ და სიგანით 2 სმ. ღია იისფერი ყვავილები შეკრებილია მტევნებად. ნაყოფი მუქი ყავისფერი სწორი ან მოხრილი პარკია. სიგრძით 5-6 სმ და სიგანით 2-3 სმ. მცენარე ყვავილობს ივნის-აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელებულია კინტრიშისა და ჩოლოქის შესართავებთან, სილიან-თიხნარ ნიადაგებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურა და ფესვი, რომელსაც აგროვებენ შემოდგომაზე ან გაზაფხულზე, რეცხავენ, ჭრიან და აშრობენ ჰაერზე.

ქიმიური შემცველობა: ფესურა და ფესვი შეიცავს 23% გლიკოზიდ გლიცირიზინს, ფლავონოიდებს, ორგანულ მჟავებს და ასკორბინის მჟავას.

გამოყენება: ფესურებისა და ფესვებისაგან მიღებული პრეპარატები გამოიყენებიან ზემო სასუნთქი გზების დაავადების დროს, როგორც ამოსახველებლი, დამარბილებელი და ანთების საწინააღმდეგო საშუალება. მზადდება სიროფი, მშრალი და თხევადი ექსტრაქტი, ფხვნილი და გულმკერდის ელექსირი.

ოჯახურ პირობებში სასუნთქი გზების დაავადების დროს ნახველის ამოსაღებად შეიძლება მომზადდეს ნახარში დოზით: 15 გრ ფესვს დაუმატეთ 2 ჭიქა წყალი და ადუღეთ 15 წუთი. მიიღეთ 1 ს.კ. 4-5-ჯერ დღეში.



ძირტკბილა - *Glycyrrhiza glabra* L.

წამალწვრილი

***Cyperus badius* Desf.**

Сыть темнокаштановая

40-80 სმ სიმაღლის მცოცავ ფესურიანი მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ისლისებრთა (ჩყპერტაცეაე) ოჯახიდან. ხაზური უხეში ფოთლები მბრწყინავია, ქვემოთა მხარეს კარგად აჩნია თეთრი ძარღვები. წვრილი ყვავილები შეკრებილია თავთავებად, რომელთა სიგრძე 5-10 მმ-ია. მცენარე ყვავილობს მთელი ზაფხულის განმავლობაში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-ოქტომბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობების სილნარებზე. ქობულეთი, ბათუმი, გონიო და სხვა.

სამკურნალო ნედლეულია ფესვები, რომელთაც აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ფესვები შეიცავს კუმარინებსა და ფუროკუმარინებს.

გამოყენება: აჭარის ხალხურ მედიცინაში მცენარეს საყმაწვილოს ბალახს ეძახიან. აგრეთვე იყენებენ ღრძილების ანთების დროს. ამზადებენ ნახარშს, რისთვისაც გამომშრალ ფესვებს ასხამენ 1 ჩ.ჭ ცივ წყალს და მიჰყავთ ადუღებამდე, შემდეგ აციებენ, წურავენ და ივლებენ პირის ღრუში დღეში 3-ჯერ.

წითელი კუნელი

Crataegus kyrtyla Fing.

Боярышник красноплодный

3-10 მ სიმაღლის ეკლიანი ბუჩქი ან დაბალი ხეა მორიგეობით განლაგებული, მოკლევუნწიანი უკუკვერცხისებრი, თათისებრდანაკვეთული ზემოდან პრიალი ფოთლებით ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან. ყვავილები თეთრია და შეკრებილია ფარისებრ ყვავილედად. ნაყოფები მოგრძოა, წითელი ფერის მუქი წითელი რბილობით და 3 თესლით. მცენარე ყვავილობს მაის-ივნისში, ნაყოფები მწიფდება აგვისტო- სექტემბერში.

გავრცეება. იზრდება აჭარისწყლის ხეობის შუა სარტყლის კლდეებზე, გაჩეხილ ტყეებში, ტყის პირებზე და ქვა-ღორღიან ფერდობებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ყვავილები და ნაყოფები, რომლებიც გროვდება მშრალ ამინდში. ყვავილებს აშრობენ ჩრდილში ან საშრობში 40⁰ C –ზე. ნაყოფებს აგროვებენ სიმწიფის პერიოდში და აშრობენ მზეზე ან საშრობში 70⁰ C –ზე.

ქიმიური შემცველობა: ყვავილები შეიცავს ფლავონურ გლიკოზიდებს, ფენოლებს, აცეტილქოლინს, კვერცეტინს, ქოლინს. ხოლო ნაყოფები— ჰიპეროზიდს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, აცეტილქოლინს, ქოლინს და ტრიმეთილამინს.

გამოყენება – ყვავილებისა და ნაყოფებისაგან მზადდება პრეპარატები, რომლებიც გამოიყენებიან საგულე საშუალებებად გულის მუშაობის დარღვევისას, გულის სისუსტისას, მძიმე დაავადებების გადატანის შემდეგ და ჰიპერტონული დაავადებების დროს.

მედიცინაში კუნელს იყენებენ უძველესი დროიდან. კუნელის პრეპარატები აძლიერებენ გულის კუნთის შეკუმშვას, ამცირებენ მის აგზნებადობას, აძლიერებენ სისხლის მიმოქცევას გულსა და ტვინის ძარღვებში, ახდენენ გულის მუშაობის რითმის მოწესრიგებას, ამცირებენ სისხლის წნევას. ექსპერიმენტით დადგენილია, რომ კუნელის ექსტრაქტი მნიშვნელოვნად ამცირებს ქოლესტერინის რაოდენობას სისხლში. მცენარისაგან მზადდება პრეპარატები—ნაყოფების ნაყენი, ნაყოფების თხიერი ექსტრაქტი, ეს უკანასკნელი შედის კარდიოვალენის შედგენილობაში.

ოჯახურ პირობებში შეიძლება მომზადდეს ნაყენი: 1 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ნაყოფს ან ყვავილებს ასხამენ 1 ჭიქა არაყს, ათავსებენ

თავდახურულ ჭურჭელში და აჩერებენ 7 დღეს. შემდეგ წურავენ და იღებენ 20-30 წვეთს დღეში 3-4-ჯერ ჭამამდე. ნაყენი მზადდება ადუღებული წყლითაც. გაცივების შემდეგ წურავენ და იღებენ 3-4 სუფრის კოვზს 3-4-ჯერ დღეში.



წითელი კუნელი- *Crataegus kyrtyla* Fing.

წითელი მოცვი

Rodococcum (Vaccinium) vitis idaeae L.

Брусника

15 – 25 სმ. სიმაღლის მცოცავ ფესურიანი მარადმწვანე ბუჩქია, სწორმდგომი დატოტვილი ღეროთი და მორიგეობით განლაგებული წვრილი, ტყავისებრი, მბრწყინავი, კვერცხისებრი ფოთლებით, რომელიც დაფარულია შავი წერტილოვანი ჯირკვლებით. ღეროებისა და ტოტების წვერში ვითარდება ვარდისფერი მტევან ყვავილედებად შეკრებილი ყვავილები. გვირგვინი ზარისებრია, 4-5 წვერიანი. ნაყოფი მრგვალი წითელი კენკრაა. ყვავილობს მაის-ივნისში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელებულია სუბალპურ სარტყელში იზრდება კლდეებსა და ბუჩქნარებში კავკასიურ შქერთან და მოცვთან ერთად. ხინო, საყორნია, ტბეთი, გოდერძის უღელტეხილი.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები და მწიფე ნაყოფი. ფოთლებს აგროვებენ ადრე გაზაფხულზე, გამოზამთრებულს, რადგან ზაფხულში შეგროვილი ფოთლი შავდება. ნაყოფები გროვდება სრული სიმწიფის დროს. ნედლულს აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში, შენახვის ვადაა 2 წელი.

ქიმიური შემცველობა: ფოთოლი შეიცავს 5-7% გლიკოზიდ არბუტინს, 0,5-0,6% ფლავონოიდებს- დელფინიდინ-3-არაბინოზიდი, პეტუნიდინ-3- არაბინოზიდი, ციანიდინ-3-არაბინოზიდი, მალვიდინ-3-არაბინოზიდი, პეონიდინ-3-არაბინოზიდი, 14-15% მთრიმლავ ნივთიერებებს, ვიტამინ C-ს და ორგანულ მჟავებს. ნაყოფი შეიცავს 7% შაქრებს, რომლის შემადგენლობაში შედის გლუკოზა და ფრუქტოზა, ვაშლის, ლიმონის, ღვინისა და ბენზოის მჟავები, მთრიმლავი ნივთიერებები, გლიკოზიდეი, უჯრედისი, ვიტამინ C-ს ნაყოფში დიდი რაოდენობითაა მანგანუმი (0,4%).

გამოყენება. წითელი მოცვის ფოთოლი და ნაყოფი გამოიყენება შარდმდენ საშუალებად, რომელიც წმენდს ორგანიზმს კენჭებისაგან. მზადდება ნაყენი ან ნახარში შეფარდებით 1 : 10. იღებენ 1 ს.კ. 3-4-ჯერ დღეში, ფოთლები შედის შარდმდენი ჩაის შემადგენლობაში.



წითელი მოცვი

Rhodococcum (Vaccinium) vitis idaeae L.

წითელი სამყურა

Trifolium pratense Y

Клевер луговой

30-50 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა პარკოსანთა (აზაცეაე) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომა ან გართხმულია, ფოთლები სამყურაა, ყუნწიანი, თავისი არშიებით. ვარდისფერი ყვავილები შეკრებილია თავაკ ყვავილედებად. ნაყოფი ერთ ან ორთესლიანი ოვალური პარკია წითელ-ყვითელი ან იისფერი თესლებით. ყვავილობს მაისიდან სექტემბრამდე, ნაყოფი მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. იზრდება ტყის პირას, მინდვრებში, პლანტაციებში.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი, რომელსაც აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში. აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა: ბალახი შეიცავს კაროტინებს, პროტეინებს, გლიკოზიდებს, ფლავონოიდებს, ეთერზეთებს, ორგანულ მჟავებს.

გამოყენება: ხალხურ მედიცინაში ბალახის ნახარშს იყენებენ ნახველის ამოსაღებად და ანტისეპტიკურ საშუალებად ქრონიკული ხველების, ბრონქიტის, ბრონქიალური ასთმის დროს. ნახარშის მოსამზადებლად 1 ს.კ. გამომშრალ ნედლეულს ასხამენ 1 ჩ.ჭ. ცივ წყალს, ადუღებენ 5 წუთის განმავლობაში, იღებენ ყავის ჭიქით 3-4 –ჯერ დღეში.



წითელი სამყურა-Trifolium pratense Y

წიწაკა

Capsicum annuum L

Перец крфанный

ერთწლიანი საბოსტნე კულტურაა ძალყურძენასებრთა (Solanaceae) ოჯახიდან. აქვს დატოტვილი ღერო და კვერცხისებრი წამახვილებული ფოთლები. ყვავილები თეთრია, მარტოული ან მცირეყვავილიან ჯგუფებად შეკრებილი. ნაყოფი მრავალთესლიანი წითელი კენკრაა, ყვავილობს ივნის-აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება ივლის-სექტემბერში. მცენარე ველური სახით უცნობია.

სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფი, რომელსაც აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში და აშრობენ მზეზე. ნედლეულის შენახვის ვადაა 3 წელი.

ქიმიური შემცველობა: ნაყოფი შეიცავს ალკალოიდ კაფსიცინს, რომელსაც აქვს ცხარე გემო და გამაღიზიანებელი თვისება, ეთეროვან ზეთებს, სტეროიდულ საპონინებს, კაროტინს და ვიტამინებს (C, P, B₁, B₁₂). C ვიტამინის შემცველობით წიწაკის ნაყოფი აღემატება ყველა ბოსტნეულს.

გამოყენება: მედიცინაში იყენებენ წიწაკის სპირტიან ნაყენს (10-20 წვეთი ჭამამდე), იგი აუმჯობესებს მადას და საჭმლის მონელებას, ასევე აქვს ბაქტერიოციდული თვისება. ასეთივე ნაყენს მზესუმზირას ან სხვა მცენარეული ზეთის ორმაგი რაოდენობით იყენებენ კანში შესაზელად როგორც სახსრების რევმატიული ტკივილის, ასევე რადიკულიტის, ნევრალგიის და კუნთების ანთების დროს. მეცნიერული მედიცინა წიწაკის ნაყოფისაგან ამზადებს პრეპარატ “კაფსიკამს”.



წიწაკა- *Capsicum annuum* L

წიწმატურა

Capsella bursa-pastoris vL. Medik

Пастушья сумка

ერთწლიანი მცენარეა ჯვაროსანთა (Cruciferae) ოჯახიდან. აქვს მარტივი ან დატოტვილი 40 სმ-მდე სიმაღლის ღერო. ქვედა ფოთლები როზეტში

წაგრძელებულ-ლანცეტურია, დანაკვეთული, 9სმ-მდე სიგრძის, ყუნწებიანი. ღეროს ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული, წაგრძელებული ან ლანცეტურია, მთლიანი, როზეტულ ფოთლებზე პატარა, მჯდომარე, ისრისებური ფუძეებით. წვრილი ყვავილები, რომელთაც აქვთ 4 ჯამისფოთოლაკი, 4 გვირგვინის ფურცელი, 6 მტვრიანა, 1 ზედა ნასკვიანი ბუტკო, შეკრებილია მოგრძო, მრავალყვავილოვან მტევნად, ნაყოფი მოყვითალო-მოყავისფრო თესლიანი სამკუთხა ჭოტაკებია. ყვავის აპრილიდან სექტემბრამდე, ნაყოფი მწიფდება მაის-ოქტომბერში.

გავრცელებულია რუსეთის მთელ ტერიტორიაზე გარდა უკიდურესი ჩრდილოეთისა, იზრდება დასახლებულ პუნქტებში, გზების გაყოლებაზე, მინდვრებში, ბოსტნებში, ბაღებში, ვენახებში, ნაყარ მიწებზე, ჯებირებზე.

ქიმიური შემცველობა: მედიცინაში იყენებენ წიწმატურას მიწისზედა ნაწილს, მასში ნაპოვნია გლიკოზიდები, საპონინები, ალკალოიდი ბურსინი, ქოლინი, აცეტილქოლინი, ღვინის, ფუმარინის, ვაშლისა და ლიმონის მჟავა, მთრიმლავი ნივთიერებები, ეთერზეთი, C ვიტამინი (200 მგ%), კაროტინი, ვიტამინი, მინერალური მარილები.

ბალახს ამზადებენ მცენარის ყვავილობის პერიოდში, მიწიდან ფესვებიანად თხრიან, შემდეგ ფესვებს აჭრიან და ყრიან, აშრობენ ნებისმიერი ხელმისაწვდომი საშუალებით, გაშრობის შემდეგ ნედლეულს გადაარჩევენ და ინახავენ სამი წლის განმავლობაში.

გამოყენება: წიწმატურას ძველთაგანვე იყენებდნენ საშვილოსნოდან სისხლდენის დროს. მას ხმარობენ თხიერი ექსტრაქტის ან ნაყენის სახით. სახლის პირობებში ნაყენის დასამზადებლად 10 გ. ბალახს უნდა დაასხათ 1 ჭიქა ადუღებული წყალი, თითო სუფრის კოვზი მიიღეთ 3-5-ჯერ დღეში. წიწმატურას სისხლდენის შემაჩერებელი მოქმედება განპირობებულია პერიფერიული ძარღვების შევიწროვებით, ამიტომ წიწმატურას ნაყენი შეიძლება გამოვიყენოთ სხვა შინაგანი სისხლდენების დროსაც.

ხალხურ მედიცინაში ამ მცენარის ბალახი გამოიყენება გასტრიტის, კუჭის წყლულოვანი დაავადების, ბუასილის, შარდის ბუშტის ანთების, ქალური დაავადებების დროს. ასევე ეფექტურია წიწმატურას ნაყენი ფილტვების ტუბერკულოზით დაავადების მკურნალობისას, ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის დაავადებების დროს და როგორც ფაღარათის საწინააღმდეგო საშუალება.

გამოიყენება წყლით განზავებული ბალახის წვენი შეფარდებით 1 : 1 და მიიღება თითო სუფრის კოვზი 3-ჯერ დღეში.



წიწმატურა - *Capsella bursa-pastoris* vL. Medik

წყავი

Laurocerasus officinalis L.

Лавровишня

20 მ-მდე სიმაღლის მარადმწვანე ხეა ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან. აქვს მუქი რუხი ფერის ქერქი. 10-18 სმ სიგრძისა და 8 სმ-მდე სიგანის მოკლევუნწიანი,

წაგრძელებულ-ელიფსური ფორმის, ტყავისებური ფოთლები, ზემოდან მუქი მწვანე, ქვემოდან ღია მწვანე შეფერილობის, ფოთოლგანლაგება მორიგეობითი. სურნელოვანი თეთრი ფერის ყვავილები, რომელიც შედგება 5 ჯამის ფოთოლაკის, 5 გვირგვინის ფურცლის, 20 მტვრიანასა და 1 ბუტკოსაგან, შეკრებილია მტევნებად. ნაყოფი მომრგვალო-კვერცხისებური, მოშავო რბილობით, 8 მმ. დიამეტრის. ყვავის აპრილში, ნაყოფი მწიფდება ივლისში.

გავრცელებულია მთის მთელ სარტყელში, ტყის ხეობებს შორის, სადაც სხვა მარადმწვანე ხეებთან და ბუჩქებთან ერთად ქმნის ქვეტყეს. ველური ფორმით გავრცელებულია კავკასიაში, სამხრეთ-აღმოსავლეთ ევროპაში, მცირე აზიაში.

ქიმიური შემცველობა: ფოთოლი შეიცავს დიდი რაოდენობით ეთერზეთებს, 5-10% ტანინებს, ფესვებში კი 10-11% ტანინებია. წყავი ასინთეზირებს ბიოლოგიურად აქტიურ ნივთიერებებს, მათ შორის ამიგდალინს, რომელსაც გააჩნია ანესთეზიის ეფექტი, სწორედ ამის გამო მას იყენებენ როგორც ტკივილგამაყუჩებელ და საგულე საშუალებას. აგრეთვე ანტოციანიდებს პეონიდინ – 3 – არაბოფურანოზიდი, ციანიდინ – 3 – არაბოფურანოზიდი, პეონიდინ – 3 – არაბოპირანოზიდი, ციანიდინ - 3 – არაბოპირანოზიდი

წყავის პრეპარატები გამოიყენება ნაწლავების, ღვიძლის და გულის დაავადების დროს. ნაყოფი გამოიყენება ნაწლავებისა და ღვიძლის ფუნქციის მოშლის, აგრეთვე სისხლძარღვების შევიწროების დროს. წყავის ფოთლებისაგან მიიღება წყავის წყალი, რომელსაც წყავის წვეთებს უწოდებენ და იყენებენ, როგორც დამამშვიდებელ საშუალებას, აგრეთვე მისი გამოყენება რეკომენდირებულია გულის დაავადების დროს.

წყავის ფოთლების ნახარში რძესთან ერთად გამოიყენება ფილტვების კიბოს სამკურნალოდ.

ნახარშს ამზადებენ შემდეგნაირად: 2 სუფრის კოვზი წყავის ფოთოლი და 1ლ. რძეე აადუღეთ, გააჩერეთ 20 წუთი და მიიღეთ თბილ მდგომარეობაში ნახევარი ჩაის ჭიქა დღე-ღამეში 3-4-ჯერ ჭამამდე 1 სთ-ით ადრე ან ჭამიდან 2-3 საათის შემდეგ 3 კვირის მანძილზე. ერთი კვირის შესვენების შემდეგ ისევ გააგრძელეთ მიღება 3 კვირის მანძილზე.



წყავი-Laurocerasus officinalis L.

წყლის მათიტელა

Polygonum hydropiper L.

Перец перечный, Перец водяной

30-60 სმ. სიმაღლის ერთწლიანი მწარე გემოს მქონე ბალახოვანი მცენარეა მათიტელასებრთა (Polygonaceae) ოჯახიდან. სწორმდგომი ღერო ფუძიდანვე იტოტება. ფოთლები ლანცეტისებრია, ზედა მხარეზე აქვს რუხი ლაქები. ყვავილები წვრილია, თეთრი ან მომწვანო და შეკრებილია თავთავებად, მისი კენწრული ნაწილები თავდახრილია. ნაყოფი შავი ან მუქი ყავისფერი კაკალია. მცენარე ყვავილობს მაისიდან სექტემბრამდე, ნაყოფი მწიფდება ივლის-ოქტომბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის შუა სარტყლამდე. გვხვდება ნესტიან მდელოებზე, თხრილებსა და სარწყავ არხებში, გზების გასწვრივ, ნაგავსაყრელებზე, ნასვენ მიწებზე, ნაკადულების, მდინარეების, ტბების და სხვა წყალსატევების ნაპირებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში. ჭრიან ნამგლით ან თიბავენ, თხლად ფენენ და აშრობენ ჩრდილში ორპირ ქარში, ფარდულში ან საშრობში. შენახვის ვადა 2 წელია.

ქიმიური შემცველობა: ბალახი შეიცავს 2%-მდე ფლავონოიდებს, რომელთა მთავარი კომპონენტებია რუტინი, კვერცეტინი, ჰიპეროზიდი, 8,2% მთრიმლავ ნივთიერებებს, კაროტინს, ქოლინს, C, K ვიტამინებს, მანგანუმის, მაგნიუმის, კალიუმის მარილებს.

გამოყენება: უძველესი დროიდან მედიცინაში მცენარეს იყენებენ როგორც სისხლდენის შემაჩერებელ საშუალებას. მის პრეპარატებს შეუძლია გაძლიეროს სისხლის შედედება და შეაჩეროს სისხლდენა საშვილოსნოდან, ეფექტურია ასევე ნაყენის ან ნახარშის გამოყენება ჰემაროის სამკურნალოდ. ნაყენი ან ნახარში მზადდება შეფარდებით 1 : 10.



წყლის მატიტელა-Polygonum hydropiper L.

წყლის სამყურა

Menyanthes trifoliata L.

Бахта

მრავალწლიანი მწვანე ბალახოვანი მცენარეა (Enyathea) ოჯახიდან. აქვს გრძელი მხოხავი ფესურა. ახასიათებს ელიფსური ან წაგრძელებულ-უკუკვერცხისებური, კიდემთლიანი, სამად განაკვეთული ფოთოლი, რომელიც გრძელყუნწიანია და განლაგებულია მორიგეობით. ჯამი 5 ფურცლიანი, შეუზრდელი. 5 ფოთლიანი, თეთრი ან მოვარდისფრო ყვავილები შეკრებილია მტევან ყვავილედებად. ნაყოფი მომრგვალო კოლოფია. ყვავილობს მაის-ივნისში, ნაყოფს იძლევა ივლის-აგვისტოში.

გავრცელებულია ზღვისპირა ადგილებში, ქობულეთში, გოდერძის უღელტეხილის ჭაობიან ადგილებში, ჩირუხში.

ქიმიური შემცველობა: წყლის სამყურას ფოთლებში აღმოჩენილია გლიკოზიდები (მენიანტინი და გელიანტინი), მთრიმლავი ნივთიერებები, ალკალოიდები, გენციანინი, აგრეთვე დეზოქსილგალინი. (ბალახში აღმოჩენილია ცხიმოვანი ზეთები, ქოლინი და სხვა, ფესვებში-გლიკოზიდი, მელიანთინი, მთრიმლავი ნივთიერებები, ინულინი, პექტინოვანი ნივთიერებები და სხვა).

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები, რომელთაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ სწრაფად ჰაერზე ან სახურავის ქვეშ ყრიან თხელ ფენად. ნელი გამრობის დროს ფოთლები მუქდება.

გამოყენება: ფოთლის ნაყენი გამოიყენება მადის აღმძვრელად, კუჭის სეკრეციის გამაძლიერებლად და საჭმლის მონელების გასაუმჯობესებლად, ასევე როგორც ნაღველმდენი საშუალება ღვიძლისა და ნაღველმდენი გზების დაავადებების დროს. წყლის სამყურას მიღება აუმჯობესებს ავადმყოფის საერთო მდგომარეობას.

წყლის სამყურას ფესვების ნაყენს ღებულობენ ნერვული სისტემის ფუნქციის მოშლილობისას ნერვული ადგუნებულობის, უძილობის, დამაბულობის დროს. 1 : 1 ასხამენ ადუღებულ წყალს და აჩერებენ 30 წუთის განმავლობაში.



წელის სამეურა-*enyanthes trifoliata* L.

ჭარხალი

Beta vulgaris

Свекла обыкновенная

ერთი, ორი ან მრავალწლიანი მცენარეა ამარანტისებრთა (*Amaranteaceae*) ოჯახიდან. გავრცელებულია კავკასიაში, ყირიმში, ხმელთაშუა ზღვის ქვეყნებში, წინა აზიაში, ინდოეთში, საფრანგეთში, დიდბრიტანეთში, სკანდინავიაში. ჭარხალი მოჰყავთ ბოსტნებსა და მინდვრებში შაქრის მისაღებად და როგორც ბოსტნეული. ველური ფორმა ერთწლიანია და ხასიათდება წვრილი ფესვით, ხოლო კულტურულ ფორმას აქვს ხორცოვანი მსხვილი ფესვი და ის ორწლიანია. პირველ წელს ივითარებს მხოლოდ ფესვს და ფესვთან ახლოს მდებარე როზეტას გულისებური ფორმის ფოთლებით. მეორე წელს ხორცოვანი ფესვიდან წარმოიქმნება წაგრძელებული ღერო 0,5-დან 1,25მ. სიმაღლის. ღერო სწორმდგომია, ფოთლები მსხვილი, ლანცეტისებური. ზედა ფოთლების ილიაში ვითარდება 2-3 წვრილი მჯდომარე ყვავილების გორგალი, რომლებიც ქმნიან რთულ თავთავს. ყვავილები ორსქესიანია, შედგება ჯამისებური ფორმის მწვანე 5 ფურცლიანი გვირგვინისაგან, მტვრიანა 5, ბუტკო 1.

ქიმიური შემცველობა: ჭარხლის ფესვი და ფოთოლი შეიცავს ვიტამინებს: A, C, B₁, B₅, B₆, E, PP, ფოლის მჟავას, რკინას, კალიუმს, კალციუმს, მაგნიუმს, ფოსფორს,

კობალტს, ნახშირწყლებს, ცილებს, ამინომჟავებს, ცხიმებს, ორგანულ მჟავებს-ლიმონის, ღვინის, რიბოფლავინის, თიამინის, აზოტის შემცველ ნივთიერებებს. ფესვი შეიცავს 14-18% მშრალ ნივთიერებას, 11-12% შაქარს, 1,7% ცილას, 5-17მგ ვიტამინ C, B₁, B₂ – კაროტინს, – რუტინს, ორგანულ ნივთიერება-ბეტაინს, რომელიც აჩქარებს ზრდასა და მონაწილეობს ქოლინის წარმოქმნაში, ქოლინი აუმჯობესებს თირკმლების მუშაობას.

გამოყენება: ხალხურ მედიცინაში ჭარხალი უძველესი დროიდან გამოიყენება როგორც სამკურნალო საშუალება. ბუნებრივი ანტიოქსიდანტების დიდი რაოდენობით შემცველობის გამო მას იყენებენ ონკოლოგიურ დაავადებათა პროფილაქტიკისათვის. ვიტამინებისა და რკინის შემცველობის გამო კი ანემიის სამკურნალოდ. ცინკისა და ფოსფორის შემცველობის გამო ბავშვებში გამოიყენება რაქიტისა და ინფექციური დაავადებების სამკურნალოდ. ხელს უშლის ნაწლავის პათოგენური მიკროფლორის განვითარებას, აუმჯობესებს კანის მიკროფლორის მდგომარეობას, გამოიყენება ასევე ჰიპერტონიის, ცინგის, შაქრის დიაბეტის, თირკმლის კენჭოვანი დაავადებების სამკურნალოდ. ჭარხლის შემადგენლობაში შემავალი ნივთიერებები ამცირებენ სისხლის წნევას და სისხლში ქოლესტერინის შემცველობას. ფესვის შემადგენლობაში შემავალ ნივთიერებებს ახასიათებთ სისხლძარღვების გაფართოების, საპაზმოლიტიკური და დამამშვიდებელი მოქმედება. ამიტომაც, ჭარხალი რეკომენდირებულია ჰიპერტონიის, ათეროსკლეროზის და გუსისხლძარღვთა სისტემის დაავადებათა სამკურნალოდ. ჭარხლის ფესვი შეიცავს პექტინოვან ნივთიერებებს, რომელიც იცავს ორგანიზმს რადიაქტიური ნივთიერებებისა და მძიმე მეტალების ზემოქმედებისაგან (ტყვია, სტრონციუმი და სხვა), შესწევს ქოლესტერინის გამოყოფის უნარი და ხელს უშლის ნაწლავში მიკროორგანიზმების განვითარებას. ჭარხალი სასარგებლოა ავადმყოფობის შემდეგ დაუძლურებული ორგანიზმისათვის.

ჰიპერტონული დაავადებისა და სისხლძარღვთა სპაზმების დროს რეკომენდირებულია ჭარხლისა და თაფლის წვენი თანაფარდობით (1:1). ავიტამინოზის, ანემიის, გულ-სისხლძარღვთა და საჭმლის მომნელებელი სისტემის დაავადებათა დროს სასურველია ახალი ჭარხლის წვენის მიღება ნახევარი ჩაის ჭიქა 5-6 ჯერ დღეში, ჭამამდე 15-20 წთ. ადრე. სისმსივნური დაავადების დროს ჭარხლის წვენის მიღება რეკომენდირებულია ნახევარი ჩაის ჭიქა დღეში 3-4 ჯერ.

გაცივების დროს ხალხური მედიცინა გვიჩვენებს მოხარშული ჭარხლის წვენი ჩავიწვეთოთ ცხვირში.



ჭარხალი-*Beta vulgaris*

ჭილი

Iuncus effuses Y

Ситник расходящийся

1 მ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარე ჭილისებრთა (Iუნცაცეაე) ოჯახიდან. ღეროები ცილინდრული ან წვრილია, შეკრებილია ჯგუფურად, შიგნიდან ამოვსებულია რბილი, თეთრი მასით. ღეროზე ვითარდება ცოცხისებრი ყვავილები, რომელთა ძირას ზის ერთადერთი ზევით მიმართული მწვანე ფოთოლი და ისეთ შთაბეჭდილებას ქმნის, თითქოს ღეროს გაგრძელება იყოს.

ყვავილები წვრილი, მურა მომწვანოა, შეკრებილია სარქველებად. ნაყოფი სამბუდიანი კოლოფია. ყვავილობს მაის-სექტემბერში.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობიდან მთის შუა სარტყლამდე. იზრდება სველ, დაჭაობებულ ადგილებში.

სამკურნალო ნედლეულია ღეროები, რომელთაც აგროვენებ მთელი ზაფხულის განმავლობაში.

ქიმიური შემცველობა. ფოთოლი შეიცავს კუმარინებს.

გამოყენება. აჭარის მოსახლეობა მცენარეს „ჭილოფს“ ეძახის, სამკურნალოდ იყენებენ ღეროებს, რომელსაც აგროვენებ, ცოტათი დატკეპნიან, დაიდებენ ხორცმეტზე და შეიხვევენ. ამ პროცედურას იმეორებენ 2 კვირის განმავლობაში. ხორცმეტი სრულიად ქრება.



ჭილი – Iuncus effusus Y
ჭინჭარი

Urtika dioica L.

Крапива двудомная

მრავალწლიანი მსუსხავი ბალახოვანი მცენარეა ჯინჭრისებრთა (Urticaceae) ოჯახიდან, რომელსაც აქვს მცოცავი ფესურა, 120 სმ-მდე სიმაღლის სწორმდგომი,

ოთხნახნაგოვანი, უხეში ბეწვით დაფარული ღერო, ასევე ერთმანეთის მოპირისპირედ განლაგებული, ლანცეტისებური, 15 სმ-მდე სიგრძისა და 8 სმ-მდე სიგანის დაკბილული ფოთლებიც დაფარულია უხეში ბეწვით. მცენარე ორსახლიანია, ყვავილები მომწვანო, წვრილი, ერთსქესიანი, მარტივი ოთხწევრიანი ყვავილსაფარით, თავთავისებურ ყვავილედად შეკრებილი სხედან ზედა ფოთლების ილღებში. მამრობით ყვავილებს აქვთ 4 მტვრიანა, მდედრობითს ერთი ზედა კვანძიანი ბუტკო. ნაყოფი მოყვითალო - მონაცრისფრო კვერცხისებური კაკლუჭია. ყვავის მაისიდან ოქტომბრამდე, ნაყოფი მწიფდება ივლის - სექტემბერში.

გავრცელებულია გზებთან ახლოს, საცხოვრებელ სახლებთან, ხრამებში, მდინარეების ნაპირებზე, ნესტიან ტყეებსა და ბუჩქნარებში.

გამოყენება: მედიცინაში იყენებენ ჭინჭრის ფოთლებს, ისინი მდიდარია ვიტამინებით, კერძოდ ასკორბინმჟავით (0,6 %) და კაროტინით (50 მგ %) ასევე B ვიტამინებით, ფოთოლში არის მთრიმლავი ნივთიერებები 10 %-მდე, სახამებელი – 10 %-მდე, შაქრები – 25%, ქლოროფილი 8%, ასევე გუმფისი, სიტოსტერინი, მარილები, მსუსხაობა განპირობებულია ჭიანჭველმჟავათი, რომელიც ბეწვის უჯრედულ წვენშია.

ჭინჭრის ფოთლებს ამზადებენ მცენარის ყვავილობის დროს მაისიდან სექტემბრამდე. ფოთლებს აშრობენ გადასაფარებლის ქვეშ სხვენზე, სარდაფში. მშრალი ფოთლები შეიძლება შევინახოთ 2 წლის მანძილზე.

ჭინჭრის ნორჩ ყლორტებს იყენებენ საკვებად, მათ ხარშავენ და ამიერკავკასიაში ამზადებენ ნაციონალურ კერძებს.

მედიცინაში ჭინჭარს იყენებენ მისი სისხლის შემაჩერებელი თვისებების გამო, რომელიც განისაზღვრება ვიტამინისა და მთრიმლავი ნივთიერებების არსებობით. საშვილოსნოდან, ფილტვებიდან, ნაწლავური, ბუასილის და ცხვირიდან სისხლდენის დროს იყენებენ თხიერ ექსტრაქტს ან ნაყენს. ნაყენს ამზადებენ შემდეგნაირად: 15 გ. მშრალ, დაქუცმაცებულ ფოთლებს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა ადუღებულ წყალს, აჩერებენ 10 წუთის განმავლობაში და სვამენ თითო სუფრის კოვზს 3-4 - ჯერ დღეში. ჭინჭარს იყენებენ პროფილაქტიკურ საშუალებად ჰიპო- და ავიტამინოზის დროს. ჭინჭრით მკურნალობენ ათეროსკლეროზს, სისხლნაკლებობას და შაქრიან დიაბეტს.

ხალხურ მედიცინაში ჭინჭარს იყენებენ შარდმდენ, სისხლის გამწმენდ, ცხელების საწინააღმდეგო და ჭრილობის შემახორცებელ საშუალებად. იყენებენ ასევე ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის, თირკმელ-კენჭოვანი დაავადების, წყალმანკის, რევმატიზმის, ბრონქიტის, ტუბერკულოზის, კუჭის სპაზმების, შვეკრულობის, ნერვული შეტევების დროს.

მშრალი, დაქუცმაცებული ჭინჭრის ფოთლების ნაყენისაგან მომზადებულ საფენებსა და აბაზანებს იყენებენ ჭრილობების, ფურუნკულების, კანის დაავადებათა სამკურნალოდ. თმის ცვენის წინააღმდეგ იყენებენ შემდეგ ნახარშს: 10 მგ. დაქუცმაცებულ ჭინჭრის ფოთლებს, 0,5 ლ. წყალს და 0,5 ლ. ძმარს ადუღებენ 30 წუთს, წურავენ და საღამოს ძილის წინ იბანენ თავს.



ჭინჭარი-Urtica dioica L.

ჭინჭრის დედა

Lamiium album L.

Глухая крапива

მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ტუჩოსანთა (Lamiaceae) ოჯახიდან, აქვს ჰორიზონტალური ფესურა, 60 სმ-მდე სიმაღლის სწორმდგომი, ოთხწახნაგოვანი ღერო, საპირისპიროდ განლაგებული, კვერცხისებრი ან გულისებრი, 10 სმ-მდე სიგრძის და 8 სმ-მდე სიგანის, დაკბილული, ყუნწებიანი ფოთლები, არასწორი ყვავილები რომელთაც აქვთ ხუთკბილიანი მწვანე ჯამი, ორტუჩა თეთრი ან მოყვითალო გვირვინი, 4 მტვრიანა, შავი იისფერი სამტვრე და ერთი ზედა ნასკვიანი ბუტკო, შეკრებილია რგოლებად ზედა ფოთლების ილიაში, ნაყოფი იშლება 4 მუქნაცრიფერ კაკლუჭად. ყვავის აპრილ - აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება ივნის-სექტემბერში.

გავრცელებულია რუსეთის ევროპულ ნაწილში, ციმბირში, შორეულ აღმოსავლეთში, კავკასიაში, ყაზახეთსა და შუა აზიაში. იზრდება ტყეებში, ტყის პირას, მინდვრებში, ბუჩქნარებში, გზების გაყოლებაზე, ბაღებში, წყალსატევების ნაპირებთან.

სამკურნალო ნედლეულია ჭინჭრის დედის ყვავილები და ფოთლები.

ქიმიური შემცველობა: ყვავილები შეიცავენ ალკალოიდებს, გლიკოზიდებს, საპონინებს, ფლავონოიდებს, მთრიმლავ ნივთიერებესი, ლორწოს, ჰისტამინს, ქოლინს, C ვიტამინს, ფოთლები კი ალკალოიდ ლამინს და ყვავილებში არსებულ სხვა ნივთიერებებს.

გამოყენება: ჭინჭრის დედას ხალხურ მედიცინაში იყენებენ კუჭ-ნაწლავის დაავადებათა დროს, რასაც თან ახლავს ფაღარათიანობა. ყვავილის ნაყენს იყენებენ ნახველის ამოღების გასაუმჯობესებლად ტრაქეიტის, ბრონქიტის, ბრონქიალური ასთმისა და სუნთქვის ორგანოების სხვა დაავადებებისას. ნაყენს ხმარობენ ასევე სისხლდენის შესაჩერებლად ფილტვებიდან, ნაწლავიდან, საშვილოსნოდან. ნერვული აღზნებულობის, ისტერიის, უძილობის დროს ურჩვენ მიიღონ ყვავილებისა და ფოთლების ნაყენი. საკმაოდ გავრცელებულია მცენარის გამოყენება როგორც სისხლის გამწმენდი საშუალება ბავშვებში ფურუნკულოზის, ეგზემის,

კანის წყლულების, გამონაყარის დროს. ყვავილების ნაყენს იყენებენ გარეგანი მკურნალობისათვის ჭრილობებისა და დამწვრობისას.

შინაგანი გამოყენებისათვის ამზადებენ ნაყენს 1 სუფრის კოვზი ნედლეულისა (ყვავილები ან ბალახი) და 1 ჩაის ჭიქა ადუღებული წყლისაგან, მას იღებენ 4-5-ჯერ დღეში 1/2 ან 1 ჭიქას.



ჭინჭრის დედა-*Lamiuim album L.*

ჭოროხის მუხა,

ჰართვისის მუხა

Quercus Dchoroxiensis L

Quercus Harthvisiana L.

Дуб Чорохский.

Дуб Гартвиский

25 მეტრამდე სიმაღლის ფოთოლმცვენი ხეა წიფლისებრთა (agaceae) ოჯახიდან. აქვს კარგად განვითარებული ვარჯი, 8-15 სმ.სიგრძისა და 3-7 სმ. სიგანის წაგრძელებული ფოთლები, ორივე მხრიდან შიშველი. ყვავილები წვრილია, ერთსქესიანი, ქართი დამამტვერიანებელი. მამრობითი ყვავილები გრძელყუნწიანი, მომწვანო ფერის დაკიდებული მტევანია, ყვავილსაფარი 4-8 ფურცლიანია, მტვრიანა 4-12. მდედრობითი ყვავილები მჯდომარეა, მრავალრიცხოვანი ქერცლოვანი გვირგვინის ფურცლებით, ყვავილსაფარი 4-6 ფურცლიანია, ნასკვი 3-4 ბუდიანი.

ნაყოფი ერთთესლიანი რკოა, დაფარულია მბრწყინავი ყავისფერი კანით, მჯდომარეა ან მოკლე ყუნწზე ზის.

გავრცელებულია თითქმის მთელ ამიერკავკასიაში, განსაკუთრებით მთის შუა სარტყელ ტყეებში. აჭარაში გავრცელებულია ქობულეთის რაიონის სოფ. ქაქუთის მიდამოებში მთისწინა ვაკეებზე, სადაც გაშენებულია ჩაის პლანტაციები.

ქიმიური შემცველობა: მთრიმლავი ნივთიერებები 10-20%, პექტინები, ფლავონოიდები 6%, სახამებელი 5-8%, ცხიმები 5%- მდე, ცილები და შაქრები 5-6%.

მუხის ქერქს ამზადებენ ადრე გაზაფხულზე, წვენი მოძრაობის დაწყებისთანავე, რაც ემთხვევა კვირტების გაშლას, ამ დროს ქერქი ადვილად ეცლება მერქანს. ხისა და ტოტების მოჭრა აკრძალულია, ღეროებსა და ტოტებზე აკეთებენ ნახევრად მრგვალ ნაჭდევებს 25 –30 სმ-ის მანძილზე, რის შემდეგაც ქერქს აცლიან მერქანს. ქერქის შესაგროვებლად იყენებენ ახალგაზრდა მუხის ხეებს. ქერქს აშრობენ ჩრდილში ქარზე ან კარგად განიავებულ შენობაში. ნედლეული არ უნდა გაჭუჭყიანდეს და არ უნდა დასველდეს, რადგან დასველებული ქერქი კარგავს მასში შემავალი მთრიმლავი ნივთიერებების დიდ ნაწილს. მშრალი ქერქი მოღუნვისას ტყდება, ხოლო გამოუმშრალი კი იღუნება. ქერქის შენახვის ვადა 5 წელია.

მუხის ქერქი გაიცემა აფთიაქებიდან ნახარშების მოსამზადებლად საშინაო პირობებში, რომელიც გამოიყენება გარეგანი დანიშნულებისათვის. გარდა ამისა ხალხურ მედიცინაში ქერქის ნახარში გამოიყენება კუჭ-ნაწლავის დაავადებების, ღრძილების ანთების, პირის ღრუს ლორწოვანი გარსისა და საშარდე გზების ანთების დროს.

ნახარშის მომზადება: ნახარშს ამზადებენ თანაფრდობით 1:10.

ხარისშუბლა

Senecio platyphylloides somm. et. Lev.

Крестовник широколистный

2 მეტარმდე სიმაღლის მრავალწლიანი, ფესურიანი, ბალახოვანი მცენარეებია ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია და სიგრძეზე წვრილად დაღარული. ფოთლები გრძელყუნწიანია, ღეროს ქვედა ნაწილში მორიგეობით

განლაგებული სამკუთხა, ფართეფუძიანი ფოთოლი ღეროს ეხვევა, ხოლო ზედა ნაწილში განლაგებული ფოთლები კი პატარა ზომისაა და წაგრძელებულ ლანცეტისებურია. ყვითელი ყვავილები შეკრებილია კალათა ყვავილედებად, რომლებიც თავის მხრივ კენწრულ ფარისებრ ყვავილეებს ქმნიან. ნაყოფი თესლურაა. ყვავილობს ივლის-სექტემბერში, ნაყოფი მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში.

გავრცელებულია ტყის ზედა და სუბალპურ სარტყელში ზღვის დონიდან 1500-2500 მეტრამდე. გვხვდება ტყის პირას, მინდვრებზე, მაღალბალახეულობაში, მდელოებზე.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის ყველა ნაწილი, რომელსაც ამზადებენ ყვავილობის პერიოდში.

ქიმიური შემცველობა: მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ალკალოიდებს, პლატიფილინს, სენეციფილინს, ნეოპლატიფილინს, სარაცინს.

გამოყენება: ბათუმის ქიმიურ-ფარმაცევტული ქარხანა ამზადებს პრეპარატ “პლატიფილინის ჰიდროარტრატს”, რომელსაც მუცლის ღრუს მუსკულატურის სპაზმების დროს იყენებენ, ასევე გამოიყენება ჰიპერტონიის, სტენოკარდიის და სისხლძარღვების სპაზმის დროსაც.

Senecio rhombifolius (Adam.) Sch.-- ზემოთ განხილული სახეობისაგან განსხვავდება იმით, რომ ღეროს შუა და ქვედა ნაწილში განლაგებული ფოთლები ღეროს არ ეხვევა. მცენარისაგან მზადდება პრეპარატი “სარაცინის ჰიდროარტრატი”, რომელსაც იყენებენ შინაგანი ორგანოების მუსკულატურის სპაზმების დროს, კერძოდ, ჰილოროსპაზმის, სპასტიკური კოლიტის, საშარდე გზების სპაზმებისას.

ხ ა ხ მ 0

Allium cepa L.

Л У К

მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა შროშანისებრთა (Yiliaceae) ოჯახიდან. 10-15 სმ დიამეტრის გაბრტყელებულ-ბურთისებური ბოლქვებით. ფოთლები ფესვთანურია, ყვავილები წვრილი, მოთეთრო, შეკრებილია ქოლგებად. ნაყოფი კოლოფია, თესლი შავი ფერის სამწახნაგოვანი. მცენარის ყველა ნაწილს აქვს

სპეციფიური ცხარე გემო და სუნი. ყვავის ივლის-აგვისტოში. ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელება: მცენარე წარმოადგენს ბოსტნეულ კულტურას.

სამკურნალო ნედლეულია ბოლქვი.

ქიმიური შემცველობა: ბოლქვი შეიცავს 0,01-0,05% ეთეროვან ზეთებს, 10-11% შაქრებს, ვიტამინ C-ს (10 მგ/%) და B₁-ს, პროვიტამინ A-ს, ფლავონოიდ კვერცეტინს.

გამოყენება: ბოლქვები გამოიყენება ხველების საწინააღმდეგოდ ამოსახველებელ საშუალებად თავლთან ან შაქართან ერთად, რისთვისაც საშუალო ზომის ხახვის ბოლქვი უნდა დააქუცმაცოთ, დაუმატოთ ან 1 ს.კ. თავლი ან 1 ს.კ. შაქარი. გააჩეროთ 4 საათი და გამოყოფილი წვენი მიიღოთ ჩაის კოვზით 4-5-ჯერ დღეში.



ხ ა ხ 3 0 – Allium cepa L

ხბოშუბლა

Galega officinalis L

Козлятник лекарственный

მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარე პარკოსანთა (leguminosae) ოჯახიდან, რომელსაც აქვს 90 სმ–მდე სიმაღლის ღერძულა ფესვი, დატოტვილი სქლად შეფოთლილი ღერო. მორიგეობით განლაგებული, არადანაკვეთული, 20 სმ–მდე სიგრძის ფოთლები შედგებიან ხაზოვან ლანცეტური ფურცლებისგან. ცისფერი ან იისფერი არასწორი ფარვანასებრი აგებულების ყვავილები შეკრებილი 25 სმ–მდე სიგრძის სქელ მტევნებად და მოთავსებულია ფოთლების ილღებში. ნაყოფი მრავალთესლოვანი პარკია. ყვავის ივნის–აგვისტოში, პარკები მწიფდებიან აგვისტო–სექტემბერში. მცენარე შხამიანია.

გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებში, იზრდება ტენიან ადგილებში, რკინიგზის გასწვრივ, მდელოებზე.

ქიმიური შემცველობა: მცენარის ფოთოლი შეიცავს ალკალოიდებს, რომელთაგან მნიშვნელოვანია გალენა.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის მიწისზედა ნაწილს(ბალახსა და თესლს). ისინი შეიცავენ ალკალოიდებს, კერძოდ გალეგინს და პეგანინს, საპონინებს. იღებენ ბალახს მცენარის ყვავილობის ფაზაში, აშრობენ ჰაერზე, ჩრდილში. თესლის მისაღებად აგროვებენ მწიფე ნაყოფს და აშრობენ მზეზე.

გამოყენება. ხბოშუბლას პრეპარატები ინსულინისებურად მოქმედებს შაქრიანი დიაბეტის დროს, განსაკუთრებით იოლი ფორმის შემთხვევაში, რაც განპირობებულია ალკალოიდ გალენის ზემოქმედებით, რაც იწვევს სისხლში შაქრის დონის შემცირებას. მისი ფარმაკოლოგიური თვისებებია აგრეთვე სარძევე ჯირკვლების მოქმედების აქტიურობა, შარდმდენი, ოფლმდენი და ჭიის საწინააღმდეგო მოქმედება.

ოჯახის პირობებში ამზადებენ ნახარშს ბალახისაგან 1:10 ან თესლისაგან 1:20 თანაფარდობით და ღებულობენ თითო სუფრის კოვზს 3–4 ჯერ დღეში.



ხბოშუბლა-Galega officinalis L

ხეშავი

Rhamnus cathartica L.

Крушина слабительная

4–5 მ. სიმაღლის დატოტვილი ბუჩქია ხეჭრელისებრთა (Rhamnaceae) ოჯახიდან. ღეროზე მორიგეობით არის განლაგებული ელიფსური, ზემოდან პრიალა და ქვემოდან ხავერდოვნად შებუსული ფოთლები, რომელთა ილღიებში ჯგუფურად ვითარდება მოყვითალო-მწვანე ყვავილებით. ნაყოფი შავი კენკრაა ყვითელი თესლით. ყვავილობს მაის-ივნისში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო–სექტემბერში.

გავრცელებულია მთის შუა, ზედა და სუბალპურ სარტყელში. იზრდება ტყის პირას, ბუჩქნარებში, ტყეთაშორის მდელოებზე. ხულო, საფილეთი, რიყეთი, გოდერძის უღელტეხილი, ნაღვარევი, ტბეთი და სხვა.

სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფი, რომლებსაც აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში. ნედლეულის შენახვის ვადაა 2 წელი.

ქიმიური შემცველობა: ნაყოფი შეიცავს 0,8% ანტრაგლიკოზიდებს, ფლავონოიდებს, შაქრებს, პექტინს, გუმფისს.

გამოყენება: ის გამოიყენება, როგორც კუჭისამშლელი საშუალება, რომელსაც იწვევენ ანტრაგლიკოზიდები. იყენებენ ბუასილის, ჰემაროის და უკანა ტანის ნახეთქების დროს.

ნაყენის მოსამზადებლად 1 ს.კ. გამომშრალ ნაყოფს უნდა დაასხათ 1 ჩ.ჭ. მდუღარე წყალი, დადგათ 2 სთ-ის განმავლობაში და მიიღოთ საღამოს 0,5 ჭიქა. ხეშავის ნაყოფი შედის გამხსნელი ნაკრების შემადგენლობაში.



ხეშავი-Rhamnus cathartica L.

ხეჭრელი

Frangula alnus Mill

Крушина ломкая

6 მეტრამდე სიმაღლის ხე ან ბუჩქია ხეჭრელისებრთა (Rhamnaceae) ოჯახიდან. მონაცრისფრო-რუხი ან ნაცრისფერი ქერქით. ახასიათებს მორიგეობით განლაგებული, ფართო კვერცხისებური 3-11 სმ. სიგრძისა და 3-7 სმ სიგანის ფოთლები. წვრილი მოთეთრო-მოყვითალო ყვავილები ჯგუფებადაა განლაგებული ფოთლის ყუნწების უბეებში. ნაყოფი შავი წვნიანი, 8-10 მმ. დიამეტრის კენკრაა 2-3 ყავისფერი თესლით. ყვავილობს ივნის-ივლისში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-ოქტომბერში.

გავრცელება: ხეჭრელი გვხვდება ზღვისპირა დაბლობიდან თითქმის ტყის ზედა საზღვრამდე. განსაკუთრებით უხვადაა ფოთლოვანი ტყის ქვედა სარტყელში. საქართველოში გავრცელებულია ხულოში, რიყეთში, გოდერძის უღელტეხილზე, ნაღვარევში, ტბეთში და სხვა.

სამკურნალო ნედლეულია ხეჭრელის ქერქი, რომელსაც ამზადებენ გაზაფხულსა და ზაფხულის დასაწყისში წვენის მოძრაობის დროს. ჩრდილში გამშრალ ქერქს ინახავენ ჭურჭელში ისე, რომ არ დანესტიანდეს.

ქიმიური შემცველობა: ხეჭრელის ქერქის მთავარ მოქმედ საწყისად ითვლება ანტრაგლუკოზიდები, გლუკოფრანგულინები, ფრანგულაროზიდები და

ფრანგულინები, ფოთლებსა და ნაყოფებში გარდა ჩამოთვლილისა კიდევ გვხვდება ალკალოიდები. ხეჭრელის ახალ ქერქში მოიპოვება მომწამლავი ნივთიერება – სამნიეტოქსინის სახელწოდებით, რომელიც იწვევს მოწამვლასა და პირღებინებას. ერთი წლის შემდეგ ის სრულად ქრება, ამიტომ გამშრალი ქერქი ამ მხრივ სავსებით უვნებელია.

ანტრაგლიკოზიდები ორგანიზმში მოხვედრისას, საჭმლის მომნელებელი ფერმენტების ზემოქმედების შედეგად აძლიერებენ მსხვილი ნაწლავის პერისტალტიკას, მაგრამ არ იწვევენ სხვა დანარჩენი ნაწლავების ლორწოვანის გარსის გაღიზიანებას. ამიტომაც ხეჭრელის ქერქი ითვლება მსუბუქად მოქმედ კუჭის ამშლელ საშუალებად.

გამოყენება: სამკურნალო მიზნით ხეჭრელის ქერქს იყენებენ ატონიური შეკრულობის, კოლიტის, ორსულობის დროს შეკრულობის და ჰემაროის დროს. კერძოდ, ავადმყოფებს ენიშნებათ ქერქის ნახარში, რომელიც მოქმედებას იწყებს მიღებიდან 8-10 სთ შემდეგ.

ხალხურ მედიცინაში ქერქის ნახარშს იყენებდნენ, როგორც კუჭის ასაშლელ საშუალებას, ციებ-ცხელების და მუნის საწინააღმდეგო საშუალებას. ნაყოფებს კი იყენებდნენ წყალმანკის, ჭიების საწინააღმდეგოდ და ღვიძლის სამკურნალოდ.

ნახარში მზადდება შემდეგნაირად: 2 სუფრის კოვზი დაქუცმაცებული ქერქი და 1 ჩაის ჭიქა წყალი უნდა ადუღოთ 20 წუთის განმავლობაში, შემდეგ გააჩეროთ 2 საათი, გაწუროთ და მიიღოთ 1/2 ჭიქას საღამოს ძილის წინ.



ხეჭრელი-Frangula alnus Mill

ჯადვარი

Orchis masculata L.

Ятрышник мужской

мужской

50 სმ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი, ტუბერიანი, ბალახოვანი მცენარეა ჯადვარისებრთა – (orchidaceae) ოჯახიდან. ფოთლები მოგრძო – ოვალურია, 7-14 სმ. სიგრძისა და 2-4 სმ. სიგანით. ღერო და ფოთოლი დაფარულია წითელი ლაქებით. ყვავილები წითელია ორტუჩა, ქვედა ტუჩს უვითარდება დეზი. ყავილობს მაის-ივლისში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელებულია მთელი ტყის სარტყელში სუბალპებამდე. იზრდება ტყის პირას, მდელოებზე, ბუჩქნარებში, სათიბებში.

სამკურნალო ნედლეულია ტუბერი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში ან ყვავილობის დამთავრების შემდეგ. ტუბერების შეგროვებისას საჭიროა დაკვირვება, ადამიანის ხელის მტევნის მსგავსი ორი ტუბერიდან ერთი მუქი ნაცრისფერია, ეს წინა წლის უვარგისი ტუბერია, ხოლო მეორე მოყვითალო-მოთეთროა, ეს ახალი სამკურნალოდ ვარგისი ტუბერია.

შეგროვილ ტუბერებს რეცხავენ და 5 წუთით აჩერებენ მდულარე წყალში, ამით იგი კარგავს გაღივების უნარს და მწარე გემოს, შემდეგ ფენენ ჩრდილში და აშრობენ.

ქიმიური შემცველობა: ტუბერი შეიცავს 5%-მდე წყალში ხსნად ლორწოს, 30% სახამებელს, 10% შაქრებსა და ცილოვან ნივთიერებებს.

გამოყენება: ჯადვარის გამომშრალი ტუბერისაგან მზადდება პრეპარატი “სალეპი”, რომელსაც იყენებენ კუჭ-ნაწლავის დაავადებების, კერძოდ ენტეროკოლიტისა და გასტრიტის დროს, როგორც შემომგარსველი საშუალება.



ჯადვარი – *Orchis masculata* L.

ლიტერატურა

1. ლ. ი. სკლიარევი, ი. ა. გუბანოვი –სამკურნალო მცენარეები
ოჯახურ პირობებში. თბილისი 1993
2. ს. ჩაგელიშვილი , მ. გოგორიშვილი – საქართველოს სამკურნალო
მცენარეები და მათი გამოყენება. თბილისი 1991
3. ლ. ერისთავი – ფარმაკოგნოზია. თბილისი 2005
4. Муравьева Д. А., Самылина И. А., Яковлев Г. П., Фармакогнозия,
М. Медицина, 2002
5. Турова А. Д., Сапожникова Э.Н., Лекарственные растения СССР
и их применение – М. Медицина, 1984