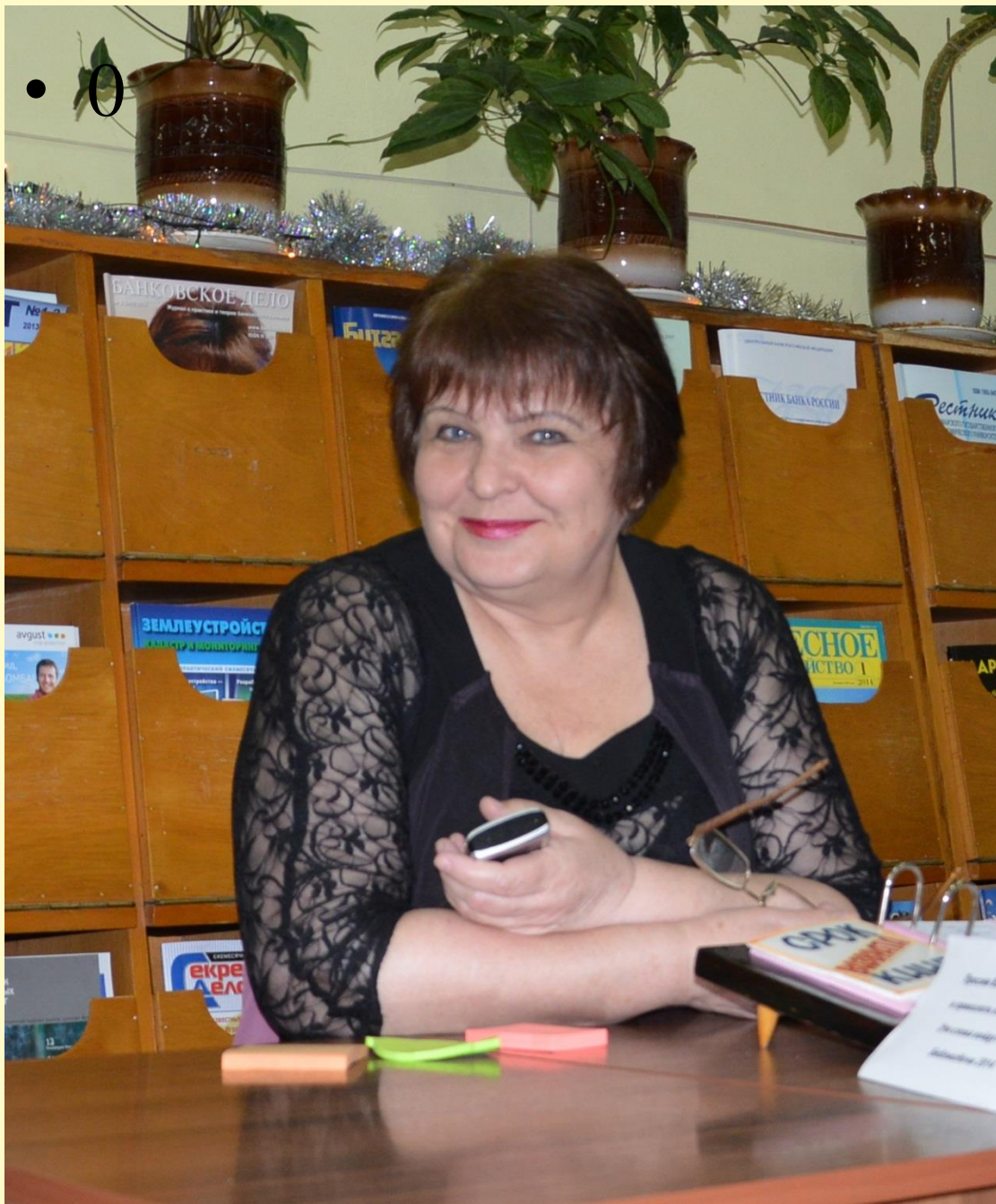




**Литература  
по травам  
в фонде отдела  
технической  
и экономической  
литературы**

**Национальной библиотеки  
Республики Адыгея**



• 0

**Левина Анна  
Николаевна,  
ведущий  
библиотекарь  
ОТЭЛ  
НБ РА.**

В отделе технической и экономической литературы представлена литература по различным областям народного хозяйства. Одной из основных отраслей агропромышленного комплекса Адыгеи является растениеводство, поэтому особое внимание сотрудники отдела уделяют пропаганде этой литературы.

Среди читателей велика популярность книг о лекарственных растениях. Среди неофициальных растений есть немало таких, целебные свойства которых научно подтверждены, использование их для лечения безопасно и возможно в домашних условиях. Эти растения, наряду с употребляемыми в научной медицине, люди нередко собирают самостоятельно, используя определители и справочники из нашего отдела.

Предлагаем Вашему вниманию виртуальную выставку литературы, посвященной лекарственным травам.



**Природная аптека / гл. ред.  
Натела Ярошенко. – Москва :  
Ридерз дайджест, 2011. – 160 с.  
(Серия : «Естественный путь к  
здоровью и исцелению»)**

Книга знакомит читателя с тем, как готовить и применять растительные лекарства, какие из них рекомендуются при тех или иных недугах. Вы узнаете о многовековой истории траволечения, о современном развитии фитотерапии, об использовании древних знаний в наши дни.

Основная часть книги – иллюстрированный алфавитный справочник по наиболее популярным лекарственным растениям с информацией о дозировках и противопоказаниях.



**Ильина, Т. А. Про Травы : сбор, заготовка и применение / Татьяна Александровна Ильина. – Москва : Э, 2017. – 304 с. : ил.**

Это издание представляет собой большую иллюстрированную энциклопедию, содержащую описание более 230 трав. Указаны места произрастания, дана полная характеристика всех частей растения, описаны особенности сбора и заготовки растений и их применения в медицине и ветеринарии. Автор книги - Т. А. Ильина, канд. биолог. наук, обобщила в книге свой собственный опыт и профессиональные знания.



**Ильина, Т. А. Лечебные травы : иллюстрированный справочник определитель / Т. А. Ильина. – Москва : Эксмо, 2019. – 358 с. : ил.**

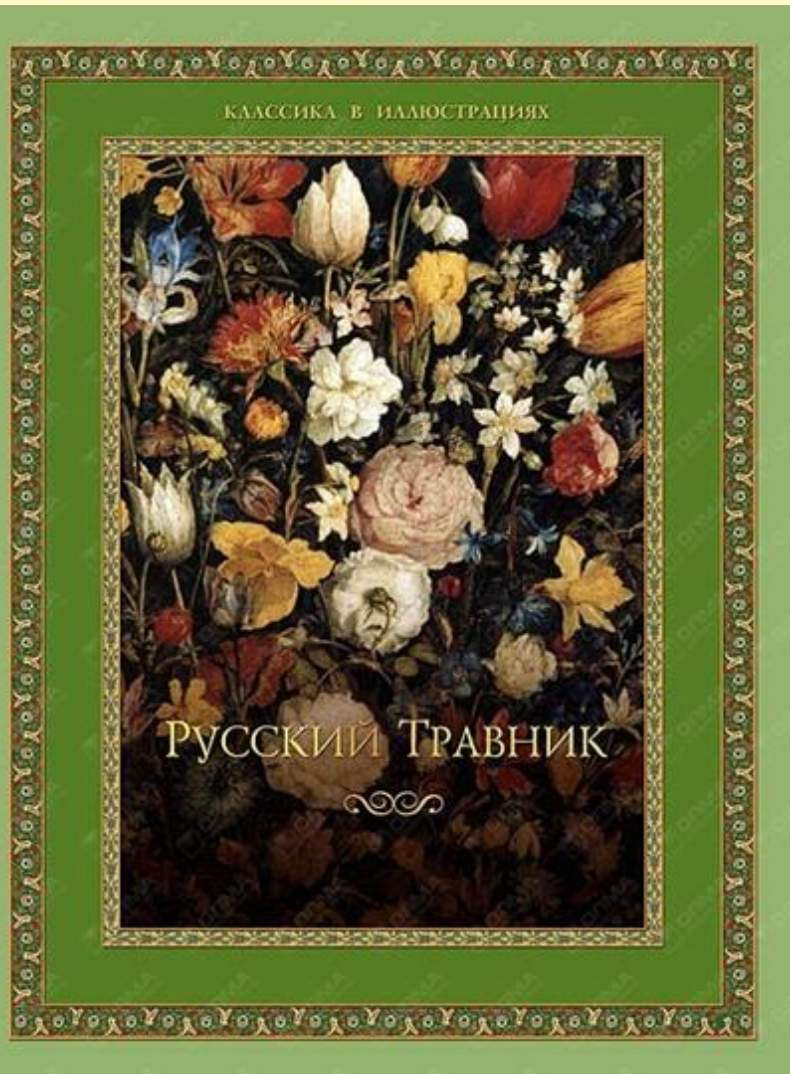
Новый справочник, написанный опытным биологом Т. А. Ильиной, позволит читателю с легкостью ориентироваться при сборе лекарственных трав. Удобная группировка по цвету венчика цветка, подробные характеристики растения (размеры, ботанические особенности, места произрастания), а также качественные цветные фотографии помогут даже начинающему любителю быстро идентифицировать экземпляр растения и применить его по назначению.

**Внимание!** Автор подчеркивает, что рекомендации, данные в книге не могут заменить консультацию врача!





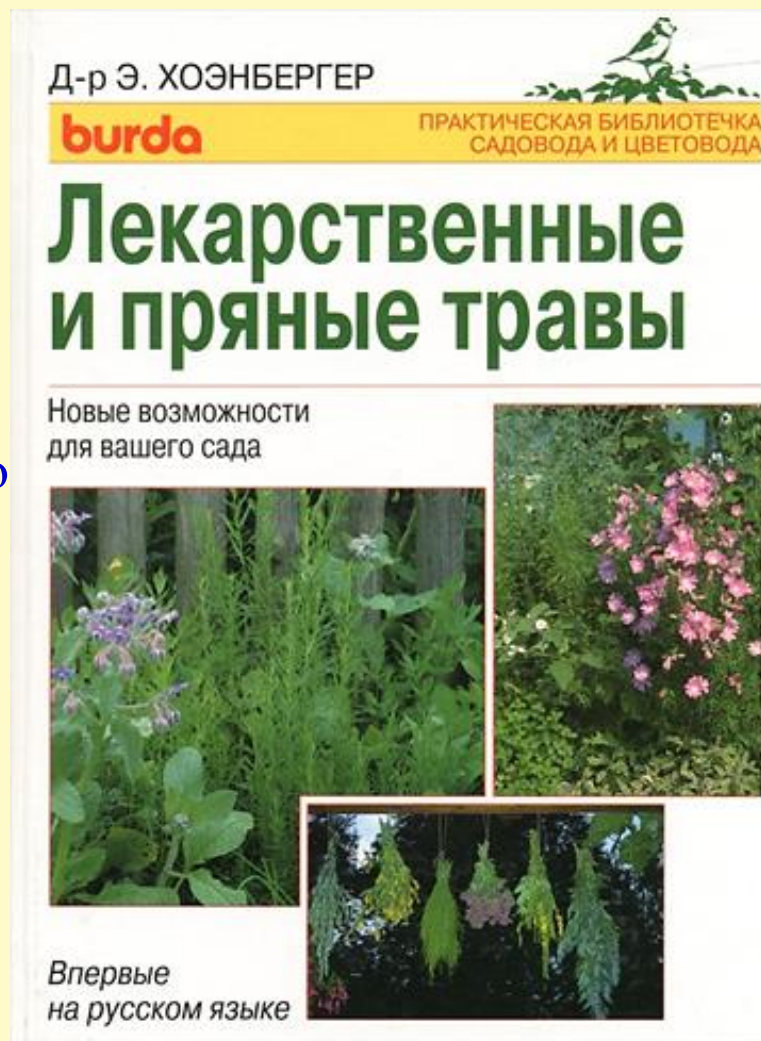
**Русский травник / под ред. В. П. Бутромеева, В. В. Бутромеева. – Москва : ОЛМА Медиа Групп, 2012. – 448 с. : ил.**



Первые травники появились более тысячи лет назад. Это – книги о чудодейственной лечебной силе трав, об их спасительных свойствах. "Русский травник" создан на основе лучших текстовых и иллюстративных материалов XIX века – материалов профессора Императорской военно-медицинской академии В. К. фон Варлиха, ботанических таблиц смотрителя Императорского ботанического сада в Санкт-Петербурге Н. де Монтеверди, ботанического атласа Л. Фукса и книги Я.-Д. Симански "Язык цветов" – с учетом всех изменений в классификации растений согласно современной ботанике. Эта богато иллюстрированная, красиво оформленная книга, рассчитана на людей, интересующихся народными методами лечения различных заболеваний с помощью растений.

**Хоэнбергер Д-р. Р. Лекарственные и пряные травы.  
Новые возможности для вашего сада. – Москва :  
ВНЕШСИГМА, 1998. – 96с.**

Книга доктора биологии Элеоноры Хоэнбергер рассказывает о различных растениях, окружающих нас: и о привычных сорняках, и о редких экзотах. Все они могут найти свое достойное место на грядках наших садов, принося немалую пользу. В ней много советов не только по агротехнике, но и по садовому дизайну. В книге даются рекомендации по применению лекарственных растений. Эта прекрасно иллюстрированная и с любовью составленная книга будет хорошим помощником в работе для любителей цветоводства и садоводства, для тех, кто интересуется вопросами кулинарии и народной медицины, для всех, кто пристально всматривается в зеленый мир, который нас окружает.





# Интересные статьи о выращивании, сборе и применении лекарственных растений можно найти и в журналах, получаемых ОТЭЛ.

**МОЙ ПРЕКРАСНЫЙ САД**  
**сад**  
**сад**  
 ТЕХ

ЖУРНАЛ, КОТОРЫЙ ВДОХНОВЛЯЕТ • ИЮНЬ 2019

**Аптечная клумба**  
 с. 30

Клуб журнала «Мой прекрасный сад» на сайте [dach.ru](http://dach.ru)

Живое обрамление для грядки или цветника с. 34

**ФОТОГРАФИРУЕМ ЛЮБИМЫЙ САД**  
 Раскрываем главные секреты ночной съемки с. 42

**ЦВЕТНИКИ А-ЛЯ НАТЮРЕЛЬ**  
 Выбираем подходящую компанию для травянистых многолетников с. 4

**ПАРАД РАЗНОЦВЕТНЫХ ГОЛУБКОВ**  
 Неприхотливая и очаровательная аквилегия на вашем дачном участке с. 2

*Новое направление*

**Аптечный цветник**

Современный человек воспринимает садовые цветы исключительно как декоративные растения: их единственное предназначение — украшать собой цветники и нашу жизнь. Но так было не всегда.

Тысячелетиями цветущие растения выполняли массу разнообразных функций. Все, что годилось в пищу, использовали по прямому назначению, но цветы служили и другим целям — возвышенным и бытовым, ритуальным и практическим. Их бросали в жертвенный огонь, воскуривали в жертвенных котлах, а также приносили в дар богам, и варили из них приворотные зелья: давали краску и чернила, готовили антисептики, мочегонные и кровотоки, создавали ароматные смеси для озонирования души и тела; ими обрызгивали воду, пищу и помещения; с помощью эликсиров и вредных насекомых. Ну и, конечно, готовили зелья из трав, лечат.

Сначала для этих целей собирали окрепшие травы и цветы, потом стали выщипывать их за монастырскими стенами или дворцовыми огородами, чтобы необходимые лекарственные растения были всегда под рукой.

А началась история аптекарских огородов в монастырях. И практические соображения у монахов всегда переплетались и основывались на высших религиозных смыслах. Сады должны были выглядеть как прообраз рай, идеальное место взаимодействия человека и природы, демонстрировать «мудрость, гармонию и ритм» мира. До сих пор аптекарские огороды устраивают по образцу и подобию монастырских садов: делают их круглыми, разбитыми на сегменты («октоссы»), или квадратными с перекрещивающимися дорожками и чаши (водоёмом) в месте пересечения. Это в давние традиции (круг — символ солнца, а крест — главный христианский символ), и прагматичный подход — удобно размещать растения, удобно за ними ухаживать и собирать.

Когда появилась возможность познакомиться с флорой других континентов, отважные охотники за растениями, рискуя жизнью, отправлялись в опасные экспедиции, чтобы обогатить Страну свет новыми полевными и лекарскими цветами, травами, злаками, деревьями и кустарниками. А аптекар-

Еще одно важное применение тысячелистника, где используется его лечебное свойства, — это травяной чай. Настой самого тысячелистника довольно горек, аквилегия забивает вкус всех остальных веществ. Пить его можно лишь в небольших количествах для улучшения пищеварения и возбуждения аппетита.

Непревзойденная ценность тысячелистника заключается в его способности улучшать вкус любого травяного чая, в который он добавлен в небольшом количестве. В зависимости от силы осмачивающего аромата других компонентов, доля тысячелистника в смеси трав может составлять до 20% по объему.

Если в вашей местности тысячелистник не растет в естественных условиях, то его можно культивировать в саду. Он хорошо размножается семенами. На садовой почве тысячелистник прекрасно растет и дает массу листьев, но почти не цветет. Это объясняется тем, что он относится к растениям, которые нуждаются в образовании на их корнях микоризы — сообщества почвенных грибов, тесные взаимоотношения. Грибы помогают корням извлекать из почвы питательные вещества и воду, а корни снабжают их углеводами. В садовой же почве большей частью отсутствуют те грибы, которые в естественных

12 ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

**ЛЕКАРЬ-ТЫСЯЧЕЛИСТНИК**

Тысячелистник, издавна предельно не надо. Он хорошо известен и как лекарственная трава, и как сорняк. Но большинство людей и не подозревают о том, какую роль играет он в жизни человека.

Тысячелистник относится к семейству Астровых. Это многолетнее растение, трава равно веточка, но долго и, и только в мае из ее соцветия крепкой, покрытый волосками серого образуется плоская шапка. До глубокой осени, особенно на влажных местах, цветущий тысячелистник обыкновенного — особенно обозначает тысячелистник возникло из-за формы на множество мелких долек и греческих мифов, особенно о способности заживать раны, и человечества тысячелистника травах как природное зелье. Античные авторы Диоскорид и Гален в своих сочинениях описывали тысячелистник как средство для лечения ран. Иммигрантами из них экстракты и кровянистые, в том числе и «травы» (1577 г.) рассказывает об использовании тысячелистника: приложенный к ране, но, полая в нос, но, наоборот. Не случайно его название в английском означает «хворь, из-за которой даже любящее гадание и стрелка, на тебе белые цветы и мексика, у меня падает кровь из носа. Если мой любимый не любит меня, не упадет ни капли крови. Если мой любимый любит меня горячо, кровь будет капать крупными каплями».

Это может показаться удивительным, но современные советы по использованию тысячелистника немногим отличаются от своих древних предшественников. Он остается прежде всего средством для лечения ран, лекарственное действие растения связано с аквилегии, который содержит главным образом в листьях.

Тысячелистник относится к эфирно-масляным растениям, но больше всего масла содержится в соцветиях тысячелистника. В соцветиях, где концентрация его достигает полпроцента. Среди других полезных веществ, содержащихся в тысячелистнике, отметим только танины и смолы, которые играют существенную роль в способности растения заживать раны.

Для садоводов тысячелистник имеет еще и особое значение. Основатель биодинамического земледелия Рудольф Штайнер дал ему удивительную характеристику. Одним своим присутствием тысячелистник оказывает положительное влияние на окружающие растения. Он так же полезен в растительном сообществе, как хороший человек в обществе. Тайну благоприятного воздействия тысячелистника Штайнер объясняет его повышенной способностью извлекать из почвы серу и стимулировать поглощение этого элемента соседними растениями.

Еще одно важное применение тысячелистника, где используется его лечебное свойства, — это травяной чай. Настой самого тысячелистника довольно горек, аквилегия забивает вкус всех остальных веществ. Пить его можно лишь в небольших количествах для улучшения пищеварения и возбуждения аппетита.

Непревзойденная ценность тысячелистника заключается в его способности улучшать вкус любого травяного чая, в который он добавлен в небольшом количестве. В зависимости от силы осмачивающего аромата других компонентов, доля тысячелистника в смеси трав может составлять до 20% по объему.

Если в вашей местности тысячелистник не растет в естественных условиях, то его можно культивировать в саду. Он хорошо размножается семенами. На садовой почве тысячелистник прекрасно растет и дает массу листьев, но почти не цветет. Это объясняется тем, что он относится к растениям, которые нуждаются в образовании на их корнях микоризы — сообщества почвенных грибов, тесные взаимоотношения. Грибы помогают корням извлекать из почвы питательные вещества и воду, а корни снабжают их углеводами. В садовой же почве большей частью отсутствуют те грибы, которые в естественных

# Рекомендуемая литература

- 1) Захаренко О. В. Шиповник. Лечение без лекарств. – Москва : Мир книги, 2011. – 192 с.
- 2) Ильина Т. А. Ваш целебный сад. Лекарственные растения : польза и красота дачного участка / Т. А. Ильина. – Эксмо. 2009. - 288 с.
- 3) Ильина, Т. А. Лекарственные растения : большая иллюстрированная энциклопедия / Татьяна Александровна Ильина. – Москва : Э, 2017. – 304 с. : ил. ( Подарочные издания. Красота и здоровье).
- 4) Ильина, Т. А. Лечебные травы : иллюстрированный справочник определитель / Т. А. Ильина. – Москва : Эксмо, 2019. – 358 с. : ил.
- 5) Ильина, Т. А. Про Травы : сбор, заготовка и применение / Татьяна Александровна Ильина. – Москва : Э, 2017. – 304 с. : ил.
- 6) Природная аптека. Естественный путь к здоровью и исцелению / гл. ред. Натела Ярошенко. – Москва – Лондон – Нью-Йорк : Ридерз дайджест. – 2011. – 160 с.
- 7) Русский травник / под ред. В. П. Бутромеева, В. В. Бутромеева. – Москва : ОЛМА Медиа Групп, 2012. – 448 с. : ил.
- 8) Формазюк В. И. Энциклопедия пищевых лекарственных растений : Культурные и дикорастущие растения в практической медицине/ /под ред. Н. П. Максютиной. – Киев : А. С. К. , 2003. – 792 с.
- 9) Хоэнбергер Д-р. Р. Лекарственные и пряные травы. Новые возможности для вашего сада. – Москва : ВНЕШСИГМА, 1998. – 96 с.

Ждем Вас по адресу: г. Майкоп, ул. Комсомольская, 189