

БУСУРМАНКУЛОВА А.О., КЕНДИРБАЕВА А.Ж., ШАЗДАЕВА Н.Н.  
КНУ им. Ж. Баласагына/  
Ж.Баласагын атындагы КУУ,  
BUSURMANKULOVA A.O., KENDIRBAEVA A.ZH., SHAZDAEVA N.N.  
J.Balasagyn KNU

## СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ ИССЫК-КУЛЬСКОЙ КОТЛОВИНЫ

Ысык-Көл өрөөнүнүн дары өсүмдүктөрүнүн азыркы мезгилдеги абалы

The current state of medicinal plants in the Issyk-Kul basin

***Аннотация.** Лекарственные растения в Исык-Кульской котловине встречаются во всех высотах и отличаются богатством и разнообразием видов растений. В статье дана характеристика некоторых видов лекарственных растений Исык-Кульской котловины, которые имеют широкий ареал в северном полушарии. Указаны ареалы, способы применения лекарственных растений в народной медицине и их современное состояние.*

***Аннотация.** Ысык-Көл өрөөнүндө дары өсүмдүктөр бардык бийиктиктерде кездешишип, өсүмдүктөрдүн түрлөрүнүн байлыгы жана көп түрдүүлүгү менен айырмаланышат. Макалада Ысык-Көл өрөөнүнүн түндүк жарым шарда кенири таралган кээ бир дары өсүмдүктөрүнө мүнөздөмө берилди. Мында дары өсүмдүктөрдүн таралуу аймактары, элдик медицинада колдонулушу жана алардын азыркы мезгилдеги абалдары тууралуу маалыматтар келтирилди.*

***Abstract.** Medicinal plants in the Issyk-Kul depression are found at all heights and are distinguished by the richness and diversity of plant species. The article describes the characteristics of some species of medicinal plants in the Issyk-Kul basin, which have a wide range in the northern hemisphere. Areal, methods of using medicinal plants in folk medicine and their current state are indicated.*

***Ключевые слова:** лекарственные растения, семейство, ареал, листья, цветки, плоды, народная медицина, отвар, антропогенный прессинг.*

***Урунттуу сөздөр:** дары өсүмдүктөр, уруу, ареал, жалбырактар, гүлдөр, мөмөлөр, элдик медицина, тундурма, антропогендик прессинг.*

***Keywords:** medicinal plants, family, area, leaves, flowers, fruits, folk medicine, decoction, anthropogenic pressure.*

В связи с нынешней ситуацией связанной с пандемией вируса COVID-19 перед лицом человечества стоит глобальная угроза здравоохранению населения. Учеными всего мира проводятся работы с использованием последних достижений науки с целью создания препарата для эффективной борьбы с этим вирусом. Наряду с этими работами приобретает актуальность традиционная народная медицина. В последнее время уделяется много внимания лекарственным травам, способным частично укрепить иммунитет человека. При правильном применении настоев и отваров лекарственных растений, с соблюдением дозировки под наблюдением фитотерапевта, лекарственные растения могли бы успешно применяться для профилактики от различных заболеваний и

повышения иммунитета. Рассмотренные ниже виды растений являются лекарственными и заслуживают внимания для того чтобы расширить список полезных растений.

В Кыргызстане выявлено более 200 видов лекарственных растений, многие из которых произрастают в Иссык-Кульской области. В народной медицине используют гораздо больше представителей растительного мира, но применять их надо с осторожностью, требуется обязательная консультация врача-фитотерапевта. Своими лекарственными свойствами известны такие растения Иссык-Куля, как облепиха туркестанская, солодка голая, донник лекарственный, душица обыкновенная, зверобой, подорожник большой, смородина Мейера, шиповник, тимьян зеравшанский, цикорий обыкновенный и многие другие. Эти растения давно нашли свое применение в медицинской и косметологической отраслях.

Нами рассмотрены костяника каменистая, просвирник лесной, вейник наземный, хвойник хвощевой, папоротник мужской, горец почечуйный, пырей ползучий, мать-и-мачеха, которые имеют обширный ареал в Голарктике. Большинство изученных нами видов лекарственных растений не используется.

Бессистемный выпас скота в районе исследования и стихийная заготовка растительного сырья с каждым годом подрывают запасы «зеленой» аптеки природы. Остро стоит проблема защиты от уничтожения естественных зарослей облепихи, играющих роль естественного фильтра вод озера. Они вырубаются на дрова, а женские растения облепихи страдают, когда в ходе заготовки ягод с них обрываются целые ветки. Не меньшей угрозе подвергаются и другие виды. Так, массовая добыча солодки путем грубой распашки ее естественных зарослей в прибрежной зоне озера Иссык-Куль для извлечения корня ставит под угрозу ее дальнейшую судьбу. В результате расширения селитебных территорий полностью уничтожаются заросли хвойника хвощевого.

#### **Костяника каменистая - *Rubus saxatilis* L.**

##### **Семейство розоцветные - *Rosaceae***

Многолетнее травянистое растение с длинным зимующим корневищем, от которого ежегодно отрастают надземные стебли. Однолетние не цветущие побеги распростерты, тонкие, цилиндрические, более-менее опушенные, осенью ветвящиеся и нередко укореняющиеся на верхушке. Цветоносные стебли прямостоячие, 10-25 см высотой, при основании одетые чешуйчатыми низовыми листьями, начиная с середины - хорошо облиственные. Листья на длинных черешках, тройчатые, боковые листочки на очень коротких черешках, часто двулопастные, конечный - на черешочке ромбической формы, все двояко надрезанно-зубчатые, с обеих сторон зеленые, волосистые. Цветки обоеполые, небольшие, по 3-10 в зонтиковидных или кистевидных соцветиях на конце стебля, иногда кроме того по 1-2 на пазушных веточках, на цветоножке, чашелистики ланцетные, назад отогнутые, листья прямостоящие, небольшие, узкие, лопатчатые, белые.

Плоды костяники немногочисленные (1-6), крупные, едва соединенные между собой, ярко красные, косточка крупная, слабоморщинистая. Цветет в июне-июле, плодоносит в августе-сентябре. Костяника каменистая проходит полный цикл развития и нормально развиваются, включая плодоношения. Кроме района исследования костяника каменистая приурочена к влажным лесам Евразии. Заготавливают плоды, листья, надземную часть, а также все растение целиком, вместе с корневищем.

В народной медицине Сибири костяника является средством от болей сердца и желудочно-кишечного тракта, от шума и боли головы, от грыжи, опухолей, геморроя. Применяется растение и в тибетской медицине, причем предпочтение отдается листьям, сплошь покрытым пятнами ржаво-бурого цвета. Используют отвары бесплодных побегов, настои цветков и листьев, плоды и траву, отвары корней. Ягоды, листья и стебли костяники используются преимущественно в народной медицине. Ягоды едят в свежем виде, они пригодны для варенья и желе. В них имеются флавоноиды, дубильные вещества и витамин С. Ягоды полезны при простудных, желудочно-кишечных

заболеваниях, почечно-каменной болезни, малокровии, цинге, нарушениях обмена веществ, подагре, артритах и геморрое. Листья и стебли костяники используют при грыже, опухолях, удушье и заболеваниях пищеварительного тракта. Отваром, приготовленным из растения с корнями, моют голову для укрепления волос и при борьбе с перхотью. Отваром из стеблей и ягод промывают глаза при их воспалении. В большинстве районов Сибири и, особенно Забайкалье настоей и настойку листьев используют для лечения заикания, эпилепсии и в качестве успокаивающего средства. Настои и отвары готовят обычным способом. Сухую траву (10-12 г) заливают стаканом кипятка для приготовления настоя или кипятят в течение 15 минут для приготовления отвара. После настаивания и процеживания пьют по столовой ложке 3 раза в день (Е.Д.Солодухин, 1989).

### **Просвирник лесной - *Malva silvestris* L.**

#### **Семейство мальвовые - *Malvaceae***

Однолетнее шершаво-волосистое травянистое растение с прямым, вверху слабо ветвящимся стеблем высотой до 1 м и длинным разветвленным корнем. Листья очередные, длинночерешковые, с сердцевидным или округлым основанием, 5-7 лопастные, по краю городчато-зубчатые. Цветки крупные, розовые, с 5 лепестками, собраны в пучки и расположены по несколько штук в пазухах листьев. Плод в виде плоской дисковидной многосемянки со впадиной в середине, распадается на несколько сплюснутых с боков почковидных плодиков. Цветет в июне - августе.

Распространена в зоне земледелия Иссык-Кульской области. Ареал вида включает в себя южную половину европейской части России, Кавказ, Крым, Среднюю Азию, Западную Европу, Северную Африку, Малую Азию и Северо-Западную Индию. Растет в садах, огородах, около жилья на мусорных и унавоженных местах.

Цветы и листья собирают во время цветения, с июня по август, а корни выкапывают осенью, после отмирания надземной части растения. В качестве лекарственного средства используют цветки, листья и корни просвирника. В них содержатся слизь, дубильные вещества, каротин, витамин С, а в цветках антоциановый пигмент мальвин. Препараты просвирника вызывают размягчение бронхиальных секретов и оказывают обволакивающее, отхаркивающее и укрепляющее воздействие. Их применяют при сухом кашле, катарах горла, охриплости, при болях в желудке, кишечнике и печени, цистите, метеоризме и поносах. Наружно отвар применяют при воспалениях глаз и век, полости рта и при фурункулах (Е.Д.Солодухин, 1989).

### **Вейник наземный - *Calamagrostis epigeios* L.**

#### **Семейство мятликовые – *Poaceae***

Многолетнее травянистое растение высотой 80-150 см с длинным ползучим корневищем. Листья линейные и широколинейные, голубовато- или седовато-зеленые, жесткие, до 1 см шириной. В месте перехода пластинки листа во влагалище расположен пленчатый язычок до 9 мм длиной. Цветки в колосках, собранных в рыхлые или сжатые метелки. Цветет все лето, плоды созревают в августе-сентябре. Вейник наземный - вид широко распространенный в пределах Голарктики. Распространен в светлых лесах, на вырубках, опушках, по лугам и луговым степям. На открытых местах образует сплошные заросли. Предпочитает песчаные почвы, но иногда встречается в сырых кустарниках и по краям болот. Светлолюбив.

В районе исследования не наблюдается сбор вейника наземного как лекарственное сырье. Современное состояние вейника наземного отличное. В качестве лекарственного средства в народной медицине используется корневища и корни вейника. Они оказывают мочегонное средство, а также применяется в качестве дезинфицирующего средства при некоторых заболеваниях мочевыводящих путей инфекционного характера.

Для приготовления отвара 10-15 г сухого лекарственного сырья заливают стаканом воды. После 15 минутного кипячения отвар остужают, процеживают и пьют по столовой

ложке 3-4 раза в день. Корневища вейника заготавливают в конце осени или в начале весны. Их ополаскивают в холодной воде и высушивают в тени на открытом воздухе.

**Хвойник хвощевой - *Ephedra equisetuna* Binge. Семейство хвойниковые –  
*Ephedraceae***

Многолетний двудомный густоветвистый кустарник высотой до 1,5 м. Ствол до 4 см в диаметре, покрыт серой корой. Главный корень многократно ветвится. Надземная часть эфедры состоит из многолетних одревесневших ветвей и одно-, двулетних зеленых членистых веточек. Междоузлья длиной 3 см. Листья редуцированные, мелкие, пленчатые, сросшиеся в узлах. Мужские и женские цветки в колосках. Плод - оранжевая или красная шишкоягода. Цветет в мае, шишкоягоды созревают в июле. Кроме района исследования хвойник хвощевидный встречается на Кавказе, в Заволжских районах юго-востока европейской части России, Западной Сибири, горах Средней Азии, Монголии и в Китае. В лесном поясе он растет на хорошо прогреваемых и освещенных склонах южных экспозиций. Отсутствует под пологом леса и кустарников. В настоящее время заросли хвойника хвощевого уничтожаются в больших масштабах и с высокой скоростью. Хвойник хвощевидный находится под угрозой уничтожения. Основная причина – расширение селитебных участков в западной части Прииссыкулья. Необходим постоянный контроль за состоянием популяций.

В медицине используют зеленые, не одревесневшие побеги (траву) хвойника. Применение хвойника в медицине описано Dioscoridem в I веке нашей эры. В зеленых побегах имеется алкалоид эфедрин, его изомер псевдоэфедрин и дубильные вещества. Эфедрин вызывает сужение сосудов, расширение бронхов, повышает кровяное давление и содержание сахара в крови, тормозит перистальтику кишечника, возбуждает центральную нервную систему и ее дыхательный центр. Применяется при бронхиальной астме, коклюше, насморке, гипотении и сенной лихорадке. Локально эфедрин используется в качестве средства для сужения сосудов и расширения зрачков. Для лечения применяется настой, приготовленный из 2 г сухого сырья и стакана кипятка, который выпивают после процеживания, в несколько приемов, в течение дня. Препараты эфедры противопоказаны при гипертонии, атеросклерозе, тяжелых органических заболеваниях сердца, бессоннице и ряде других заболеваний. Передозировка может привести к отравлению. Веточки хвойника начинают заготавливать рано весной – в апреле, но практически сбор можно вести в течении всего года. Для сушки эфедру укладывают в стожки шириной 80-100 см, высотой 1-1,5 м, произвольной длины. Допускается также искусственная сушка травы при температуре не выше 45°C. Для обеспечения нормального возобновления зарослей эфедры сырье заготавливают на одних и тех же местах один раз в 3-5 лет, ежегодно чередуя районы заготовки. При работе с сырьем следует соблюдать осторожность, так как растение ядовито. Хранят с предосторожностью, отдельно от другого лекарственного сырья в сухом, проветриваемом помещении (Н.И.Гринкевич, и др., 1991).

**Папоротник мужской – *Dryopteris filix-mas*  
Семейство щитовниковые – *Aspidiaceae***

Многолетнее споровое травянистое растение с толстым коротким корневищем, покрытым остатками отмерших листьев и коричневыми тонкими корнями. Ежегодно на корневище образуется пучок листьев. Стебля нет. Листья крупные – до 1 м длиной и 25 см шириной, темно-зеленые, на длинных, вздутых в основании черешках, покрытых ржаво-бурыми чешуйками, дважды перисторассеченные, в общем очертании продолговато-эллиптические. Сегменты первого порядка сидячие на коротких черешочках, широкие, линейные. Доли второго порядка продолговатые, зубчатые, закругленные на верхушке. Летом на нижней стороне листа в два ряда вдоль средней жилки образуются органы спороношения – сорусы.

Встречается в еловых лесах восточной части Прииссыккуля, в пределах республики распространен в орехово-плодовых лесах на склонах Чаткальского и Ферганского хребтов. Щитовник мужской можно в полной мере назвать космополитом среди растений.

Корневища заготавливают в сентябре-октябре или весной до начала развития листьев. После выкопки их очищают от земли, корешков, чешуек и остатков листьев, разрезают на части и раскладывают вдоль, провяливают несколько дней под навесами и сушат в сушилках или в печах при температуре 40° С. Хранят корневища не более года.

Корневища щитовника содержат производные флороглюцина, аспидиол и аспидиофиллин жирные и эфирные масла, крахмал, воск, сахарозу, дубильные вещества и горечи. Из высушенных корневищ готовят густой экстракт или таблетки филиксана. Препараты папоротника применяют для выведения ленточных глистов. Растение очень ядовито, поэтому употреблять его без рекомендации врача нельзя (Е.Д.Солодухин, 1989).

### **Горец почечуйный – *Polygonum persicarpa* L. Семейство гречишные – Polygonaceae**

Однолетнее растение со стержневым слабоветвистым корнем. Стебель прямой, иногда в нижней части приподнимающийся, высотой 20-80 см. Листья ланцетовидные или линейно-ланцетовидные, очередные, длиной 3-10 см, почти сидячие, длиннозаостренные, голый, сверху с красно-бурым пятном. Раструбы плотно охватывают стебель, прижато волосистые, по верхнему краю с длинными ресничками. Цветки собраны в конечные колосовидные кисти длиной до 2-3 см. околоцветник простой, венчиковидный, розовый, реже беловатый, длиной 2,5-3 мм. Плоды черные яйцевидные орешки размером около 2 мм. Цветет с июля по сентябрь.

Широко распространенный вид. Встречается по всей территории республики. Растет от предгорных долин до лесолугового пояса гор, по берегам водоемов, заболоченным местам, сырым лугам и канавам, иногда образуя большие заросли. Произрастает в Азии и Европе. Был случайно завезён в Северную Америку и прижился во всех странах материка, был обнаружен вдоль дорог, рек.

Название «почечуйная трава» происходит от старого названия геморроя – почечуй. Лекарственные препараты горца почечуйного обладают диуретические и слабительные свойства, повышает свертываемость и вязкость крови. Усиливает сокращение матки и кишечника, сужает сосуды, усиливает сердечную деятельность. Их назначают как кровоостанавливающее средство при маточных и геморроидальных кровотечениях и в качестве слабительного.

Экстракт почечуйной травы принимают по 40 капель 3 раза в день до еды в течение 7-21 дня. Отвар готовят из чайной ложки травы и 1,5 стакана воды. Кипятят 15 минут, настаивают 2 часа, процеживают и пьют по 0,5 стакана 3 раза в день. Для приготовления настоя 10 г травы заливают стаканом кипятка. После остывания процеживают и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день.

В отечественной народной медицине применяют отвар травы горца почечуйного при поносах, а также для укрепления слизистой оболочки десен.

В медицинской практике настой травы горца почечуйного используется как кровоостанавливающее средство при маточных и геморроидальных кровотечениях, а также в качестве слабительного средства при атонических и спастических запорах. Трава горца почечуйного входит в состав сборов, применяемых для лечения кровотечений различного происхождения и желудочно-кишечных заболеваний.

### **Пырей ползучий – *Elytrifia repens* (L.) Nevski**

#### **Семейство злаковые (мятликовые) – Gramineae (Poaceae)**

Многолетнее травянистое растение с ветвистым ползучим корневищем длиной до 1,5 м и толщиной около 2 мм. Корни мочковатые, отходят от узлов корневища. Стебель прямостоячий, гладкий, цилиндрический, полый, узловатый, высотой до 1 м. листья

очередные, линейные, с языком в месте перехода пластинки во влагалище, сверху шероховатые. Соцветие сложный двухрядный колос длиной 7-10 см, состоящий из 4-7 цветковых колосков, слабо отклеенных от соцветия. Колосковые чешуи без кия, острые. Плод – зерновка. Цветет в июне-июле, плоды созревают в августе-сентябре.

Пырей ползучий имеет очень широкий ареал в пределах Голарктики. Растет как сорное на полях, влажных лугах, залежах, по берегам водоемов, встречается на опушках и лесных полянах, в молодых посадках леса и лесополосах. В районе исследования пырей ползучий не используется как лекарственное сырье.

В народной медицине в качестве лекарственного сырья заготавливают корневища пырея. Они содержат маннит, фруктозу, лувелозу, тритицин, слизи, инозит, белковые вещества, эфирное и жирное масла, сапонины, органические кислоты и их соли, глюкованилин, агропирен, витамин С и каротин. Корневища заготавливают ранней весной (апрель-май) или осенью (сентябрь-октябрь). После выкопки их очищают от земли, ополаскивают, длинные корневища режут на куски и сушат.

Отвар и настой корневища используют в качестве обволакивающего, потогонного, мягчительного, мочегонного и отхаркивающего средства. Они благоприятно действуют также на обмен веществ, помогают при желудочно-кишечных и кожных заболеваниях, ревматизме, подагре, водянке, недержания мочи, цистите, мочекаменной болезнях, фурункулезе.

Для приготовления отвара 20 г сырья и 200 мл воды кипятят 10 минут и процеживают. Пьют по столовой ложке 3 раза в день. Настой готовят следующим способом – 4 чайных ложки сырья заливают стаканом холодной кипяченой воды и настаивают 12 часов, затем жидкость сливают в другую посуду, а корневища снова заливают, но уже стаканом кипятка и настаивают 10 минут. Эту жидкость добавляют к первой, и смесь выпивают небольшими порциями в течение дня. Чаще настой готовят из 30 г сырья и 2 стаканов кипятка и пьют по столовой ложке 4-5 раз в день (Е.Д.Солодухин, 1989).

### **Мать-и-мачеха обыкновенная – *Tussilago farfara* L.**

#### **Семейство сложноцветные (астровые) – *Compositae* (*Asteraceae*)**

Многолетнее травянистое растение с длинным разветвленным корневищем. Цветоносные побеги высотой 10-25 см, опушенные, не ветвистые, с чешуевидными яйцевидно-ланцетовидными прижатыми листьями и одиночными корзинками желтых цветов. После фазы цветения появляется розетка крупных, округлых, с сердцевидными основаниями и угловато-зубчатыми краями листьев, сверху зеленых, плотных, блестящих, снизу серых от войлочного опушения, с толстыми, длинными черешками. Цветки в корзинках желтые, срединно – трубчато-колокольчатые, краевые – язычковые. Цветет в апреле-мае, плоды созревают в мае-июне.

Распространена по всей Голарктике. Свойственна лесному, реже степному поясам. Обитает на берегах рек и ручьев, сыроватых оврагах, на осыпях, песчаных наносах, глинистых обрывах. В районе исследования состояние мать-и-мачехи – удовлетворительное.

В качестве лекарственного сырья заготавливают листья. Их отбирают в первой половине лета, когда с верхней стороны они почти голые и их размеры относительно невелики. Листья обрывают вручную, оставляя лишь небольшой корешок (до 5 см). Цветочные корзинки заготавливают в апреле-мае. Сушат в сушилках при температуре 50-60 градусов С, на чердаках или под навесами с хорошей вентиляцией, разложив их слоем в 1-2 листа и периодически перемешивая.

Листья мать-и-мачехи содержат яблочную, винную, галловую и аскорбиновую кислоты, декстрин, инулин, каротиноиды, сапонины, ситостерин, горькие и дубильные вещества; цветки – фарадиол, стигмастерин, ситостерин, тараксантин, арнидиол, дубильные вещества (Е.Д.Солодухин, 1989).

Листья издавна использовали в народной медицине. Отвар принимали внутрь как потогонное, обволакивающее и отхаркивающее средство при кашле, бронхитах, при катарах желудка, кишок, мочевого пузыря, болезни почек, золотухе. Наружно – как ранозаживляющее средство при нарывах, абсцессах, при выпадении волос и обильной перхоти.

В настоящее время используют благодаря выраженному смягчающему и обволакивающему воздействию, обусловленному полисахаридами. Дубильные вещества, каротиноиды и стерины оказывают противовоспалительное действие. Эффективное отхаркивающее средство. Содержит токсичные вещества – алкалоиды, которые могут вызывать болезнь печени (воспаление, связанное с застоем крови в органе). Также отвары из этой травы повышают давление в малом круге кровообращения, что плохо для астматиков и сердечников.

**Заключение.** Современное состояние лекарственных растений характеризуется следующим образом:

Жизненное состояние рассмотренных нами видов лекарственных растений удовлетворительное. Все виды лекарственных растений прошли полный цикл развития и нормально развивались, включая плодоношение. Большинство из них имеют Голарктическую область распространения.

Приведенные нами виды растений не используются в народной медицине Кыргызстана. В настоящее время возрос интерес лекарственным растениям. Поэтому нам необходимо иметь правильное представление о целебных свойствах растений – в каких случаях они могут оказывать благотворное влияние, в каких могут оказаться ядом для организма человека.

#### ***Список цитируемых источников:***

1. Лазьков Г.А., Султанова Б.А. Кадастр флоры Кыргызстана. Сосудистые растения. Бишкек, 2014. -125 с.
2. Лекарственные растения: справочное пособие /Гринкевич Н.И. и др. ; ред. Н.И.Гринкевич. – М.: Высш. шк., 1991. -396 с.
3. Солодухин Е.Д. Аптека в лесу. М. -350с.

***Рецензент: Ганыбаева М.Р.*** – кандидат биологических наук, доцент института Биологии НАН КР