

НАРОДНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА ЛИСТЬЯМИ ПОДРОЖНИКА

Суюнова Э.Ш.

*Суюнова Эльмира Шавкидиновна - старший преподаватель,
Центр переподготовки и повышения квалификации
Ташкентская медицинская академия, г. Ташкент, Республика Узбекистан*

Аннотация: великий Авиценна в Каноне врачебной медицины описал противовоспалительные свойства листьев большого подорожника. Практически везде растет подорожник. Его можно встретить на обочине дороги, в огородах, степях, лугах. В медицине широко используется подорожник в качестве кровоостанавливающего, противовоспалительного, ранозаживляющего средства.

Ключевые слова: подорожник, народное лечение, листья растения, лечение, медицина.

Актуальность: Подорожник известен человечеству с давних времен. В Узбекистане с лечебной целью широко используют прикорневые листья подорожника. Цветки подорожника собраны в большой цилиндрический колос, длиной 2-5 см. Растут повсюду, вдоль дороги насыпей, на сырых и заливных лугах, на песчаных почвах. Семена подорожника, а главное — листья, являются испытанным и древним лекарственным средством. Абу Али Ибн Сино в Каноне врачебной науки подробно описывал свойства листьев подорожника. Семена содержат слизь, белковые и дубильные вещества, аукубан, жирное масло, ферменты, смолы. 10 г истолченных семян заливают 100 мл кипятка и получают слизь, которую используют, после настаивания и процеживания принимают при воспалениях желудка. Экстракт корней подорожника назначают внутрь при укусах пчёл и других насекомых. Листья подорожника оказывают противовоспалительное, болеутоляющее действие при заболеваниях дыхательных органов, нарушениях пищеварительных органов (поносы, катар желудочно-кишечного тракта). Препараты из подорожника имеют тонизирующее действие, возбуждают аппетит, содействуют повышению гемоглобина в крови. Экстракт растения имеет противосклеротическое действие, уменьшает содержание холестерина в крови. Как лечебное средство подорожник был взят из народной медицины и длительное время применялся в виде настоя. Листья используют как кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство, при ударах, порезах, нарывах, носовых кровотечениях.

Цель исследования: изучить лечебные свойства листьев подорожника большого в районе Приаралья.

Методы исследования: Изучение ценности листьев подорожника *Plantago lanceolata* проводили на берегу р. Амударья в местообитании со значительной степенью антропогенного воздействия, в результате чего плотность ценопопуляции невысокая, молодые особи отсутствуют. Выделенные группы генеративных растений различались числом розеток. *Plantago lanceolata* – подорожник большой - короткокорневищно-стержнекорневой, травянистый многолетник является почти космополитом, так как распространен почти на всей европейской территории Узбекистана. Встречается на открытых пространствах в луговых и степных, также на огороде [1]. Особи *P. lanceolata* могут иметь моноцентрические, неявно- и явнополицентрические биоморфы, представленные короткокорневищно-стержнекорневыми однорозеточными, короткокорневищно-стержнекорневыми многорозеточными и корнеотпрысковыми жизненными формами [2]. На песчаных почвах преобладают стержнекорневые растения, на легких супесчаных — многорозеточные, на суглинистой почве — короткокорневищно-кистекокорневые, а на щебне — растения со смешанной корневой системой. На луговых склонах *P. lanceolata* формируют полицентрические системы корневых отпрысков. Морфологическая поливариантность в онтогенезе *P. lanceolata* имеет важное адаптивное значение [3]. Семенное размножение доминирует у этого вида. Однако растения могут размножаться и вегетативно - партикуляцией многорозеточных растений и образованием на корнях специализированных структур побегового происхождения – почек [4, 5]. Работу проводили в июне 2020 г. на лугу разнотравно-злаковых окрестностях. Территория находится в зоне рекреации и испытывает антропогенное воздействие - вытаптывание и периодическое кошение. Было заложено 5 трансект, размерами 0,5x 10 м², на которых определяли численность, онтогенетическую и пространственную структуру ценопопуляции, морфометрические параметры растений, а также в целом характеризовали растительность. Онтогенетические состояния выделяли по стандартным методикам. Генеративные растения разделили на 2 группы: молодые генеративные – с одной розеткой листьев (g1) и средневозрастные+старые генеративные растения с несколькими розетками листьев (g2). Онтогенетический спектр ценопопуляции неполночленный, т.к. ювенильных, имматурных и сенильных растений обнаружено не было [2]. Экологическая плотность на единицу обитаемого пространства была невысокой в сравнении с литературными данными [3] и составила 9,5 особей/м². Явно преобладали генеративные растения, что так же, вероятно, связано со значительным антропогенным воздействием на местообитание подорожника. В данной ценопопуляции растения размножаются вегетативно. Генеративные растения первой подгруппы (g1) отличались от генеративных растений второй подгруппы (g2) только числом розеток, морфометрические показатели листьев, генеративных побегов и соцветий имели сходные показатели.

Вывод: Хочется верить, что человечество выработает такие меры, которые в конечном счете приведут к оздоровлению окружающей среды и на планете Земля будет легко и спокойно жить в условиях благоприятной экологической обстановки. Зеленые растения - друзья человека. Отсутствие

фундаментальных знаний в этой области делает конфликтным сосуществование общества и природы. Зеленые растения являются основой почти всех наземных экосистем, обладают своеобразием для организма человека. Каждый человек должен охранять и приумножать зеленый растительный мир. Именно неуправляемость может привести человечество к экологической глобальной катастрофе. Экологичность возможна только в условиях преобладания разума над выгодой. Современный мир - единый организм и человек является его неотделимой частью.

Список литературы

1. *Османо́ва Г.О.* Онтогенез подорожника ланцетолистного (*Plantago lanceolata* L.) // Онтогенетический атлас растений. Т. V: МарГУ, 2007. С. 157-162.
2. *Османо́ва Г.О.* Жизненное состояние особей и ценопопуляций подорожника ланцетолистного (*Plantago lanceolata* L.)// Вестник врача, 2009. № 319. С. 191-194.
3. *Жукова Л.А., Османова Г.О.* Морфологическая пластичность подземных органов у особей *Plantago lanceolata* (Plantaginaceae) // Бот. журн., 1999. Т. 84, № 12. С. 80-86.
4. *Османо́ва Г.О.* Способы самоподдержания ценопопуляций подорожника ланцетолистного (*Plantago lanceolata* L.) // Вестник врача, 2011. № 6. С. 161-163.
5. *Османо́ва Г.О.* Структура и динамика ценопопуляции *Plantago lanceolata* L. в республике Марий Воронеж, 2000. 21 с. Е. Zheleznaia.