

ვანო პაპუნიაძე
შალვა ხიდაშელი

საქართველოს სამკურნალო მცენარეები



ვანო პაპუნძე
შალვა ხიდაშელი

საქართველოს სამკურნალო
მცენარეები

თბილისის შიშის კვლევითი
სახელმწიფო უნივერსიტეტი
ბიბლიოთეკა
№ 11558

ნაშრომში განხილულია საქართველოში გავრცელებული სამკურნალო მცენარეები, რომელთა სამედიცინო გამოყენების წესები ჯერ კიდევ უცნობია მკითხველთა ფართო წრისათვის.

წიგნის უტილიტარული მხარე მოიცავს სამკურნალო მცენარეების ბიოეკოლოგიური თავისებურებების დახასიათებას, მასში ასახულია ფიზიოლოგიურად აქტიური ნივთიერებების მახასიათებლები, მცენარეთა შეგროვება-გამოშრობის და პრეპარატების მომზადების წესები, ფართოდ აპრობირებული და მეცნიერულად დასაბუთებული დოზები, ფარმაკოლოგიური თავისებურებები, მკურნალობის ხანგრძლივობა და სხვა.

თავისი მნიშვნელობით და გამოყენების სიადვილით სავსებით შესაძლებელია მისი საოჯახო პირობებში მკურნალობისათვის გამოყენება, ამიტომ მიზანშეწონილია საოჯახო აფთიაქის ამ წიგნით შევსება.

ტიქსტი ილუსტრირებულია ფერადი ფოტოებით, რაც მაქსიმალურად ხელმისაწვდომს ხდის მცენარეთა უშეცდომოდ ამოცნობას.

რეცენზენტი - მედიცინის მეცნიერებათა დოქტორი,
პროფესორი რამაზ სურმანიძე

გამომცემლობა „საბჭოთა აჭარა“, 1980

გამომცემლობა „საბჭოთა აჭარა“, 1985

ISBN 978-9941-0-6834-8

21006_026

3 _____ 29_2014

M621(08)014

მესამე გამოცემის წინასიტყვაობა

„საქართველოს ტყის სამკურნალო მცენარეების“ პირველი და მეორე გამოცემის დეფიციტის გამო და საზოგადოების ფართო წრის წიგნისადმი დიდმა ინტერესმა გამოიწვია უამრავი მოთხოვნები, წერილები, შეკითხვები, რასაც გამომცემლობა და თვით წიგნის ავტორები ღებულობენ.

წინამდებარე მესამე შევსებული გამოცემის სიახლე იმაში მდგომარეობს, რომ იგი მოიცავს როგორც საქართველოს ტყეებში, ისე კულტურაში გავრცელებულ სამკურნალოდ გამოსადეგ, ქართულ წყაროებში მიმოფანტულ ინფორმაციებს და საზღვარგარეთულ ლიტერატურულ მონაცემებსაც; წიგნს დაემატა ასამდე ახალი სამკურნალო მცენარე, რაც ამრავალფეროვნებს ნაშრომის ლირებულებებს, დიდად ზრდის მისდამი მეცნიერულ და პრაქტიკულ ინტერესს.

ყოველივე აღნიშნული და ნაშრომის სხვა მრავალი სამედიცინო ღირსებები აღიარებულია მედიცინის მეცნიერების მიერ, რომლებიც თვლიან, რომ იგი იმდენად აღსავსეა მრავალმხრივი მისაღები, მეცნიერულად დასაბუთებული რეკეპტურით, რომ სავსებით სარწმუნოს ხდის ამ ნაშრომის საიმედოობას და მისაღებულობას მედიცინის თვალსაზრისით, რაც სამაგიდო წიგნად აქცევს არა მარტო მკითხველთა ფართო წრის, არამედ პრაქტიკოს ექიმთათვის, სამედიცინო ბიოლოგიის პროფესიონალთათვის, მოსწავლე ახალგაზრდობის, სტუდენტების და მკვლევარ ესკულაპთათვისაც.

მეორე გამოცემის წინასიტყვაობა

თანამედროვე პირობებში, ქიმიური და უმნიშვნელოვანესი ტექნოლოგიური გამოკვლევების დიდი წარმატების მიუხედავად, სამკურნალო მცენარეების მნიშვნელობა და მათზე მოთხოვნილება შემცირების ნაცვლად კიდევ უფრო გაიზარდა.

ამ წიგნის მიზანია, ერთის მხრივ, გავაცნოთ მოსახლეობას საქართველოს ტყის ზონაში გავრცელებული მცენარეები და მათი მნიშვნელობა; მეორეს მხრივ, ვფიქრობთ, იგი ინტერეს მოკლებული არ იქნება სპეციალისტ-მკვლევართათვისაც.

„საქართველოს ტყის სამკურნალო მცენარეების“ პირველი გამოცემის ბიბლიოგრაფიული იშვიათობა და ამის გამო წიგნის ავტორებისა და გამომცემლობის მისამართით მოსახლეობის მრავალი მოთხოვნა გახდა ძირითადი მიზეზი წიგნის მეორე გამოცემისა. ამასთან, წიგნს დაემატა საქართველოს ტყის სამკურნალო მცენარეების 18 სახეობა, რომელთაც საუკეთესო სამკურნალო თვისებები აქვთ და ფართოდ გვხვდება საქართველს ტყეებში. მეორე გამოცემა უფრო დაიხვეწა. მცენარის ადვილად ამოცნობის მიზნით მოტანილია თითოეული სამკურნალო მცენარის ფერადი ილუსტრაცია, რაც წინა გამოცემაში არ გვქონდა.

წიგნი გარკვეულ სამსახურს გაუწევს სამკურნალო მცენარეების დაცვისა და შესწავლის საქმეს.

პირველი გამოცემის წინასიტყვაობა

ტყის რესურსების კომპლექსური გამოყენების ერთ-ერთ ფრიად საყურადღებო მხარეს წარმოადგენს სამკურნალო, კულინარიული, ინსექტიციდიული, სამღებრო და სხვა დანიშნულებით მისი გამოყენება.

აღმაიანი უხსოვარი დროიდან დიდ ყურადღებას აქცევდა სასარგებლო მცენარეების გამოძებნა-გამორჩევას. საუკუნეების მანძილზე იგი ბუნებასთან უშუალო კავშირში იყო და მისგან ნაბოძებ ტყის მწვანე მცენარეულ სიმდიდრეს იყენებდა, როგორც ვიტამინიზებულ საკვებს და სხვადასხვა ტრავმითა თუ დაავადებით გამოწვეული ტკივილის შემსუბუქების სამკურნალო რესურსს.

2500 წლის წინათ არსებულ სლავურ ნაქალაქარ ბისკუპინის გათხრებისას მეცნიერებმა 20 სახეობის სამკურნალო მცენარის ნაშთები აღმოაჩინეს. მათ შორის იყო კატაბალახა, კრაზანა, წალიკა, მათიტელა, ჭინჭარი, ფიჭვის კვირტები და მუხის ქერქი.

ნაშრომში განხილულია საქართველოში გავრცელებული სამკურნალო მცენარეები, რომელთა სამედიცინო გამოყენების წესები ჯერ კიდევ უცნობია მკითხველთა ფართო წრისათვის.

ნიგნის უტილიტარული მზარე მოიცავს სამკურნალო მცენარეების ბიოეკოლოგიური თავისებურებების დახასიათებას, მასში ასახულია ფიზიოლოგიურად აქტიური ნივთიერებების მახასიათებლები, მცენარეთა შეგროვება-გამოშრობის და პრეპარატების მომზადების წესები, ფართოდ აპრობირებული და მეცნიერულად დასაბუთებული დოზები, ფარმაკოლოგიური თავისებურებები, მკურნალობის ხანგრძლივობა და სხვა.

თავისი მნიშვნელობით და გამოყენების სიადვილით სავსებით შესაძლებელია მისი საოჯახო პირობებში მკურნალობისათვის გამოყენება, ამიტომ მიზანშეწონილია საოჯახო აფთიაქის ამ წიგნით შევსება.

ტიქსტი ილუსტრირებულია ფერადი ფოტოებით, რაც მაქსიმალურად ხელმისაწვდომს ხდის მცენარეთა უშეცდომოდ ამოცნობას.

რეცენზენტი - მედიცინის მეცნიერებათა დოქტორი,
პროფესორი რამაზ სურმანიძე

გამომცემლობა „საბჭოთა აჭარა“, 1980

გამომცემლობა „საბჭოთა აჭარა“, 1985

ISBN 978-9941-0-6834-8

21006_026

3 _____ 29_2014

M621(08)014

მესამე გამოცემის წინასიტყვაობა

„საქართველოს ტყის სამკურნალო მცენარეების“ პირველი და მეორე გამოცემის დეფიციტის გამო და საზოგადოების ფართო წრის წიგნისადმი დიდმა ინტერესმა გამოიწვია უამრავი მოთხოვნები, წერილები, შეკითხვები, რასაც გამომცემლობა და თვით წიგნის ავტორები ღებულობენ.

წინამდებარე მესამე შეესებული გამოცემის სიახლე იმაში მდგომარეობს, რომ იგი მოიცავს როგორც საქართველოს ტყეებში, ისე კულტურაში გავრცელებულ სამკურნალოდ გამოსადეგ, ქართულ წყაროებში მიმოფანტულ ინფორმაციებს და საზღვარგარეთულ ლიტერატურულ მონაცემებსაც; წიგნს დაემატა ასამდე ახალი სამკურნალო მცენარე, რაც ამრავალფეროვნებს ნაშრომის ღირებულებებს, დიდად ზრდის მისდამი მეცნიერულ და პრაქტიკულ ინტერესს.

ყოველივე აღნიშნული და ნაშრომის სხვა მრავალი სამედიცინო ღირსებები აღიარებულია მედიცინის მეცნიერების მიერ, რომლებიც თვლიან, რომ იგი იმდენად აღსავსეა მრავალმხრივი მისაღები, მეცნიერულად დასაბუთებული რეცეპტურით, რომ სავსებით სარწმუნოს ხდის ამ ნაშრომის საიმედოობას და მისაღებულობას მედიცინის თვალსაზრისით, რაც სამაგიდო წიგნად აქცევს არა მარტო მკითხველთა ფართო წრის, არამედ პრაქტიკოს ექიმთათვის, სამედიცინო ბიოლოგიის პროფესიონალთათვის, მოსწავლე ახალგაზრდობის, სტუდენტების და მკვლევარ ესკულაპთათვისაც.

მეორე გამოცემის წინასიტყვაობა

თანამედროვე პირობებში, ქიმიური და უმნიშვნელოვანესი ტექნოლოგიური გამოკვლევების დიდი წარმატების მიუხედავად, სამკურნალო მცენარეების მნიშვნელობა და მათზე მოთხოვნილება შემცირების ნაცვლად კიდევ უფრო გაიზარდა.

ამ წიგნის მიზანია, ერთის მხრივ, გავაცნოთ მოსახლობას საქართველოს ტყის ზონაში გავრცელებული მცენარეები და მათი მნიშვნელობა; მეორეს მხრივ, ვფიქრობთ, იგი ინტერეს მოკლებული არ იქნება სპეციალისტ-მკვლევართათვისაც.

„საქართველოს ტყის სამკურნალო მცენარეების“ პირველი გამოცემის ბიბლიოგრაფიული იშვიათობა და ამის გამო წიგნის ავტორებისა და გამომცემლობის მისამართით მოსახლეობის მრავალი მოთხოვნა გახდა ძირითადი მიზეზი წიგნის მეორე გამოცემისა. ამასთან, წიგნს დაემატა საქართველოს ტყის სამკურნალო მცენარეების 18 სახეობა, რომელთაც საუკეთესო სამკურნალო თვისებები აქვთ და ფართოდ გვხვდება საქართველს ტყეებში. მეორე გამოცემა უფრო დაიხვეწა. მცენარის ადვილად ამოცნობის მიზნით მოტანილია თითოეული სამკურნალო მცენარის ფერადი ილუსტრაცია, რაც წინა გამოცემაში არ გვექონდა.

წიგნი გარკვეულ სამსახურს გაუწევს სამკურნალო მცენარეების დაცვისა და შესწავლის საქმეს.

პირველი გამოცემის წინასიტყვაობა

ტყის რესურსების კომპლექსური გამოყენების ერთ-ერთ ფრიად საყურადღებო მხარეს წარმოადგენს სამკურნალო, კულინარიული, ინსექტიციდული, სამღებრო და სხვა დანიშნულებით მისი გამოყენება.

ადამიანი უხსოვარი დროიდან დიდ ყურადღებას აქცევდა სასარგებლო მცენარეების გამოძებნა-გამორჩევას. საუკუნეების მანძილზე იგი ბუნებასთან უშუალო კავშირში იყო და მისგან ნაბოძებ ტყის მწვანე მცენარეულ სიმდიდრეს იყენებდა, როგორც ვიტამინიზებულ საკვებს და სხვადასხვა ტრავმითა თუ დაავადებით გამოწვეული ტკივილის შემსუბუქების სამკურნალო რესურსს.

2500 წლის წინათ არსებულ სლავურ ნაქალაქარ ბისკუპინის გათხრებისას მეცნიერებმა 20 სახეობის სამკურნალო მცენარის ნაშთები აღმოაჩინეს. მათ შორის იყო კატაბალახა, კრაზანა, ნალიკა, მატიტელა, ჭინჭარი, ფიჭვის კვირტები და მუხის ქერქი.

ხალხი გამოცდილ მცენარეულ სამკურნალო საშუალებებს ზეპირი სახით გადასცემდა შთამომავლობას. ისინი პირველი სახალხო ექიმები იყვნენ. თანდათანობით მცენარეული სამკურნალო საშუალებების დაგროვებას შედეგად მოყვა ხალხში მისი დამწერლობის საშუალებით დამახსოვრება. შეიქმნა პირველი სამედიცინო წიგნები, რომელთაგან განსაკუთრებით აღსანიშნავია „მკურნალთა მეფის“ ავიცენას „მედიცინის კანონის“ 5 ტომი. ამ ტომებიდან ორი 785 დასახელების მცენარეულ, ცხოველურ და მინერალურ სამკურნალო საშუალებებს ეხება. საქართველოში პირველი სამედიცინო წიგნების გარკვეული ნაწილი კარაბადინების სახელით არის ცნობილი. მათგან აღსანიშნავია ქანანელის „უსწორო კარაბადინი“ (XI საუკუნე), ხოჯა ყოფილის თარგმნილი „წიგნი სააქიმოი“ (XIII საუკუნე), ზ. ფანასკერტელი-ციციშვილის „სამკურნალო წიგნი“ (XV საუკუნე), დავით ბაგრატიონის „იადიგარ დაუდი“ (XVI საუკუნე), აგარელის „მცირე კარაბადინი“ და სხვები. ხალხურმა სამედიცინო საშუალებებმა ასახვა მხატვრულ ნაწარმოებებშიც ჰპოვა. ძველი ბერძნული მედიცინის მამამთავრის, ექიმის და ფილოსოფოსის ჰიპოკრატეს შრომებში ორასზე მეტი მცენარეა მოხსენიებული, რომელთაც აქვთ დიდი სამკურნალო თვისებები. ჩვენამდე მოღწეულ უძველეს ქართულ მხატვრულ ძეგლში, იაკობ ცურტაველის „წამებაი წმინდისა შუშანიკისა“, წერია, რომ შუშანიკს შეეძლო „ბრმათა თუალთა აღხილვაი“, „სნეულთა განკურვნაი“ და ა.შ.

საბჭოთა კავშირის ფლორა 18000-მდე სახეობის მცენარეს ითვლის, აქედან 2500 სახეობა ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება. მეცნიერულ მედიცინაში სხვადასხვა სამკურნალო პრეპარატების სანარმოებლად 200-ზე მეტი სამკურნალო მცენარე გამოიყენება.

ხალხური მედიცინა ის უწყვეტი და უმდიდრესი წყაროა, საიდანაც მეცნიერულმა მედიცინამ ბევრი დაავადების უებარი სამკურნალო საშუალება მიიღო. ხალხური მედიცინის გამოცდილებით ექიმების მიერ დადგენილი იქნა მცენარეების: აბზინდას, ბერულას, ყოლოს, ცაცხვის ყვავილის, ლენ-ცოფას, შმაგას, ხარისჩლიქას, ტყის ჩიტისთვალას, უფშურას, ჯადვარის და სხვა მრავალი სამკურნალო ბალახის ეფექტური სამკურნალო თვისებები. მედიცინაში გამოყენებული სამკურნალო მცენარეების დიდი ნაწილი სწორედ ხალხური მედიცინიდანაა აღებული.

ამჟამად მცენარეული წარმოშობის სამკურნალო საშუალებებით ხდება ისეთი მძიმე სენის მკურნალობა, როგორიცაა გულსისხლძარღვთა, კუჭის, ნერვული სისტემის და სხვა დაავადებები.

უკანასკნელი წლების გამოკვლევებით ბევრი ისეთი მცენარეც კი გამოვლინდა, რომელიც ავთვისებიან სიმსივნეთა წინააღმდეგ მკურნალობაში დადებით ეფექტს იძლევა. ასეთია, მაგალითად: ტყის კამა, მარწყვი, ფუნთუშა, უცუნა და სხვა.

სამკურნალო მცენარეებისადმი ინტერესი უკანასკნელ წლებში გააძლიერა იმ ფაქტმა, რომ ზოგიერთ სინთეზურ სამკურნალო პრეპარატს მაღალ სამკურნალო ეფექტთან ერთად სახიფათო თვისებებიც გააჩნდათ, რომელთა აცილების ცდებმა დიდი საზრუნავი გაუჩინა პრაქტიკოსს თუ მეცნიერ მედიკოსებს. ამ მხრივ მეტად საინტერესოა საბჭოთა კავშირის მედიცინის მეცნიერებათა აკადემიის აკადემიკოს ვ. ვოტჩალის (1970) მიერ ბრიტანეთის სამედიცინო ჟურნალიდან ციტირებული გამოთქმა - „ჩვენ ვცხოვრობთ სულ უფრო და უფრო უსაფრთხო ქირურგიის და სულ უფრო და უფრო საშიშ თერაპიის ეპოქაში“.

მედიცინაში ცნობილია ფაქტი, რომ მცენარეული სამკურნალო საშუალებები, სინთეზურთან შედარებით, ხშირად უფრო რბილად მოქმედია. ამ სინამდვილის ფონზე გასაკვირი არაა, რომ მცენარეული სამკურნალო საშუალებების ხვედრითმა წილმა, ამჟამად მსოფლიოში ყველაზე მეტად გავრცელებული გულსისხლძარღვთა სისტემის დაავადებების მკურნალობაში, 80 პროცენტამდე მიაღწია (პ. ჩ. ჩიკოვი, მ. ი. პავლოვი, 1977). საბჭოთა და უცხოელ მეცნიერთა მონაცემების მიხედვით, მცენარეთა 2000-მდე სახეობას ცოტად თუ ბევრად გამოხატული ინსექტიციდური თვისება გააჩნია და შესაძლებელია მათი მავნე მწერების სანაწარმდევგოდ გამოყენება. ასეთი მცენარეებიდან საქართველოში აღსანიშნავია: შხამა, დეზურა, მარიამსაკმელა, ტილჭირი, უცუნა, ლემა, მათოთი, ლენცოფა, აბზინდა, გვირილა, ხახეთესლა, ენრის გვიმრა, სატილია და სხვა მრავალი.

მცენარეული სამკურნალო ნივთიერებებიდან ფიტოთერაპიაში განსაკუთრებულ ინტერესს იწვევს ფარმაკოლოგიურად ისეთი აქტიური ნივთიერებები, როგორიცაა ნახშირწყლები, (მონო-დი და პოლისაქარიდები), გლიკოზიდები (საპონინები, ანტრახინული გლიკოზიდები, გულის აქტიური გლიკოზიდები), ცხიმოვანი და ეთეროვანი ზეთი, ვიტამინები და ცილოვანი ნაირთვები (გლობულინები,

პროტინები, ნუკლეოპროტინები), ალკალოიდები, ტანინები, ეთერის ზეთი, ფლავონები, ფერმენტები და სხვა.

უკანასკნელი 15 წლის განმავლობაში მცენარეული რესურსებიდან სამედიცინო მრეწველობაში დანერგილ პრეპარატთაგან აღსანიშნავია რეზერპინი, კელლინი, დაუკარინი, პიუცედინი, ელეუტეროკოკა, კარდიოვალენი, ანეტინი, ერიზიმინი, დიკუმარინი და სხვა მრავალი.

სამკურნალო მცენარეების სპეციფიკური თავისებურებები, მათი რთული და ნაირგვარი ქიმიური შემადგენლობა და სამკურნალო ვარგისიანობა მნიშვნელოვნად დამოკიდებულია არა მარტო მცენარის სახეობაზე, არამედ მათი გავრცელების ადგილმდებარეობაზე, შეგროვების დროსა და ხერხზე, სამკურნალო მცენარეთა გამოშრობა - შენახვაზე და სხვა.

ნაშრომში ძირითადად ტყეში გავრცელებული მცენარეებია განხილული. მოტანილია აგრეთვე ტყის კულტურებში საკმაოდ დიდი ხნის წინათ და ფართოდ დანერგილი ზოგიერთი სამკურნალო თვისების მქონე ეგზოტი. მათი მოკლე ბოტანიკური დახასიათების შემდეგ მოცემულია სამკურნალო, კულინარიული, ტექნიკური, თაფლოვანი, ესთეტიკური, ინსექტიციდური და სხვა სასარგებლო თვისებების დახასიათება და გამოყენების მეთოდები, შემონახვითი და გამოცდილი საბჭოთა და საზღვარგარეთის ლიტერატურაში ცნობილი რეცეპტურის ჩვენებით.

ცნობილია, რომ მედიცინაში ახალ გამოკვლევებსა და მიღწევებთან დაკავშირებით ნაშრომების დამზადების ტექნოლოგია სისტემატურად იცვლება. ამიტომ ზოგიერთი ნაშლის დამზადების ტექნოლოგია, მისი ზუსტი დოზირების თვალსაზრისით, დასაზუსტებელი იქნება სახელმწიფო ფარმაცოპეის მიხედვით.

ნიგნის მოცულობის რეგლამენტირებისა და სრულყოფილი მასალების უქონლობის გამო ნაშრომში არ შევიდა ტყეში ბუნებრივად გავრცელებული მრავალი სახეობის სამკურნალო მცენარე, რაც ავტორების მიერ შემდეგი გამოცემების დროს იქნება გათვალისწინებული.

თუ მცენარეების ძალასა და მოქმედებას
შევიცნობთ, სამედიცინო ხელოვნებას
ახალი შუქი მოეფინება.

ი. ლეპეხინი (1740-1802)

შესავალი

ჯანმრთელობის დაცვის მსოფლიო ორგანიზაციის 1977 წლის სესიის მიერ აღიარებული იქნა ხალხური მედიცინის მრავალსაუკუნოვანი გამოცდილების უდიდესი მნიშვნელობა და ამასთან დაკავშირებით გადაუდებელ ამოცანად იქნა მიჩნეული მისი ღრმა მეცნიერული შესწავლის აუცილებლობა.

ამ ორგანიზაციის გენერალური დირექტორის ხ. მალერის აზრით, მხოლოდ ბრმას შეუძლია იმაზე ფიქრი, რომ თანამედროვე მედიცინას ხალხურ მედიცინისაგან არაფრის სწავლა არ შეუძლია.

სამკურნალო მცენარეებსა და მათგან დამზადებულ წამლებს მსოფლიოს ყველა ქვეყნის ხალხური და მეცნიერული მედიცინა იყენებს.

მცენარეთა სამკურნალო თვისებების შესწავლაში, ადამიანის უპირველესი მასწავლებელი ბუნება იყო. ჩვენს ერამდე ორი-სამი ათასი წლის წინათ, ადამიანისთვის მრავალი მცენარის სამკურნალო ზემოქმედება იყო ცნობილი. ვაჭრობა და ომები კი ის ფაქტორები იყო, რომლებმაც მეზობელ ხალხებს შორის სამკურნალო საშუალებების ცოდნის გაზიარებასა და სამედიცინო არსენალების გაზიარებას შეუწყო ხელი.

მიუხედავად ქიმიის, ფარმაციისა და მედიცინის უდიდესი მიღწევებისა, სამკურნალო მცენარეებს დღემდე არათუ არ დაუკარგავთ თავიანთი მნიშვნელობა, არამედ დღითიდღე იზრდება მეცნიერ მედიკოსთა ინტერესი მათი შესწავლისადმი.

ჯანმრთელობის დაცვის მსოფლიო ორგანიზაციის მონაცემებით, სინთეზური სამკურნალწამლო საშუალებების მასობრივმა გამოყენებამ, დედამიწის მოსახლეობის 12-16%-ის ნაირგვარი ალერგიული დაავადებებით შეპყრობა განაპირობა სხვა ფაქტორებთან ერთად, ალბათ, ამითაც უნდა აიხსნას რეალობა, რომ მსოფლიო სამედიცინო პრაქტიკაში გამოყენებული 150000 წამლიდან 30%-ზე მეტი სამკურნალო მცენარეებიდან დამზადებულ პრეპარატებზე მოდის.

ჩვენამდე მოღწეული მრავალრიცხოვანი ლიტერატურული წყაროების შესწავლამ ცხადყო, რომ ძველად მედიცინა კოლხეთსა და იბერიაში განვითარების მაღალ დონეზე იდგა.

ძველი ნელთალრიცხვის XIII-XII საუკუნეებიდან მოყოლებული, მსოფლიო მედიცინაში ცნობილია მოძღვრება Cura Medianas-ს შესახებ, რომელიც კოლხეთის მეფე აიეტის ქალიშვილის მედეას სახელთანაა დაკავშირებული, -კოლხეთის მეფის ასული მედეა მკურნალობის სხვადასხვა რაციონალურ მეთოდებს იყენებდა და საკმაოდ გამოცდილი მკურნალი გახლდათ, მის განკარგულებაში იყო სპეციალური პლანტაციები, სადაც მოჰყავდათ სხვადასხვა წამლის დასამზადებელი მცენარეები.

ქართველ მეცნიერებს (საქართველოს ჯანმრთელობის დაცვის სამინისტროს ს. ვირსალაძის სახელობის სამედიცინო პარაზიტოლოგიისა და ტროპიკული მედიცინის სამეცნიერო-კვლევითი ინსტიტუტი) მიაჩნიათ, რომ მითრიდატე პონტოელი საქვეყნოდ ცნობილი იმუნიტეტის შესახებ მოძღვრების შემქმნელია; ყვავილსანიანალმდეგო იმუნიტეტი, მაგალითად, მე-18 საუკუნეში გავრცელდა ევროპასა და ამერიკაში. ეტყობა, იგი მითრიდატეს დროინდელი ძველი ქართული ტომებისაგან ისესხეს. ასეთი მაგალითები მრავალია, რაც საქართველოში ხალხური მედიცინის მაღალგანვითარებულობის დიდ ისტორიულ წარსულზე მიგვიანიშნებს.

სამკურნალო მცენარეები საქართველოში დიდი რაოდენობითაა გავრცელებული, მაგრამ ამჟამინდელ მცენარულ მედიცინაში მათი მხოლოდ მცირე ნაწილია გამოყენებული. ბევრი მათგანი დაუიწყებას მიეცა და მხოლოდ ხალხურ მედიცინაში თუ გამოიყენება.

სამკურნალო მცენარეების გამოყენება, გარდა მათში არსებული ფიზიოლოგიურად აქტიური ნივთიერების მაღალი თერაპიული ეფექტურობისა, საინტერესოა იმითაც, რომ მათი გამოყენებით არ ხდება გარემოს დანაგვიანება, მაშინ, როდესაც ყოველგვარი ნივთიერების ქიმიურ ქარხანაში სინთეზირება გარდაუვალად დაკავშირებული წყლისა და საჰაერო აუზების, აგრეთვე ნიადაგის დანაგვიანებასთან. გარდა ამისა, უკანასკნელი წლების მეცნიერული გამოკვლევებით დადგენილია, რომ სინთეტიური მასალები თავისი ხარისხით ხშირად მნიშვნელოვნად ჩამოუვარდება ბუნებრივს, მცენარეული წარმოშობისას.

სამკურნალო მცენარეების საოჯახო პირობებში გამოყენების უდაო სარგებლიანობიდან გამომდინარე, ნაშრომში მოცემულია ჩვენი სამშობლოსა და საზღვარგარეთის ქვეყნების ხალხური მედიცინის მიღწევების ამსახველი ის კონკრეტული მასალა, რომლის გამოყენების შესაძლებლობებიც დამტკიცებულია მეცნიერ მედიკოსების გამოკვლევებითა და მრავალათწნეული კლინიკური გამოცდილებით.

აბზინდა - ARTEMISIA ABSIUM L.



აბზინდა ასტრასებრთა (რთულყვავილოვანთა) ოჯახის ეკუთვნის. ზემო რაჭაში სიმჭლის ბალახის სახელითაა ცნობილი. დატოტვილ მთავარდერძა ფესვიანი ხშირი ვერცხლისფერი ბუსუსებით დაფარული, 50-100 (125) სმ სიმაღლის მრავალწლიანი მცენარეა, მძაფრი თავისებური სუნი ახასიათებს. სუსტად გამოხატული ნახნაგებიანი ღერო სწორმდგომი და ზედა ნაწილში დატოტვილია.

სამჯერ ფრთისებრგანკვეთილი ღეროს ქვედა ნაწილში განლაგებული ფოთლები გრძელყუნწიანია; ზედა ფოთლები უფრო მარტივი და პატარაა. ყვავილედის ტოტების ფოთლები კი სამწაკეთიანი ან მთლიანია. კალათა ყვავილედები თავდახრილია და ცალმხრივ მტევენებადაა შეკრებილი, საერთოდ კი ყველა ყვავილი საგველა ყვავილედს ქმნის. ყვავილსაჯდომი ამოზნექილი და ბუსუსიანია. კალათაში ყველა ყვავილი მილისებრი და ყვითელია, მაგრამ კალათის განაპირას მამრობითი, შუაში კი მდედრობითი ყვავილებია განლაგებული.

ყვავილობს ივლის-აგვისტოში, თესლი კი სექტემბერ-ოქტომბერში მნიფდება.

იზრდება ტყის ზონის რუდერალურ ადგილებში, ტყისპირებში, გზებისა და ბილიკების პირას, ზოგჯერ სარეველა ბალებსა და ტყის კულტურებში. გავრცელებულია აფხაზეთში, სვანეთში, სამეგრელოში, სამხრეთ ოსეთში, ქართლში, მთიულეთში, თუშ-ფშავ-ხევსურეთში, თრიალეთში, ჯავახეთში, მესხეთში.

ფოთლებსა და გენერატიული ტოტების კენწეროებში ნაპოვნია 2 პროცენტამდე ეთერზეთი, რომელიც შეიცავს ტუიონს, ველანდრენსა და სხვა, გლიკოზიდები, აბზინდინი და ანაბზინდინი, ლაქტონები, საპონინები, მთრიმლავი ნივთიერებები, ასკორბინის მჟავა, კაროტინი და კალიუმის მარილები. აბზინდა მომწიფებელი სისტემის ჯირკვლების ფუნქციების სტიმულირებას იწვევს, აძლიერებს ნაღვლის, პანკრეატულ და კუჭის წვენის სეკრეციას.

მედიცინაში აბზინდას პრეპარატებს კუჭის წვენის დაბალმჟავიანობის პირობებში მიმდინარე გასტრიტის დროს, აგრეთვე მადისმომგვრელ საშუალებად იყენებენ. დიდ დოზებში აბზინდა პირღებინებას იწვევს.

ნაყენს გამხმარ და წვრილად დაჭრილ აბზინდას ბალახისაგან ამზადებენ 70 პროცენტთან სპირტზე ნედლეულის სპირტთან 1:5 შეფარდებით. წყალზე ნაყენს ამზადებენ შემდეგნაირად: 1 ჩაის კოვზ წვრილად დაჭრილ აბზინდაზე 2 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ, 20 წუთს დგამენ, წურავენ და $\frac{1}{4}$ ჭიქას დღეში სამჯერ სვამენ ჭამამდე ნახევარი საათით ადრე (ა.დ. ტუროვა, 1974, ვ.გ. მინაევა, 1970).

გარდა აღნიშნულისა დ. ნ. გოლოვკოს (1962) მიხედვით აბზინდა გამოიყენება ბრონქიალური ასთმის, რევმატიზმის, ეგზემის და რენტგენის სხივებით გამოწვეული დამწვრობის სამკურნალოდ.

ბულგარულ მეცნიერთა მონაცემებით აბზინდას სპირტზე ნაყენს კრუნჩხვების საწინააღმდეგო მოქმედების თვისებაც გააჩნია (ლაუსსინოვ, 1965).

მ.ა. და ი.მ. ნოსალების (1960) აზრით, აბზინდას ხანგრძლივად გამოყენება, თუნდაც მცირე დოზებში, დაუშვებელია, რადგან იგი იწვევს კრუნჩხვებს, ჰალუცინაციებს, ზოგჯერ ჭკუაზე შემლასაც კი. ამავ ევტორებს მოჰყავთ ყველაზე უფრო ეფექტური რეცეპტები:

1. ღვიძლში ჭვალების დროს სვამენ შემდეგი ბალახნარევის ნახარშს: თანაბარი წონითი რაოდენობით ერთმანეთს ურევენ აბზინდას ფოთლებს, სალბსა და ღვიის ნაყოფებს, (5 გრ ნედლეული 1 ლ წყალზე) იხარშება 10 წუთს, დღეში სამ ჭიქას სვამენ.

2. ბრმა ნაწლავის საწყისი ანთებითი პროცესის დროს ორჯერ - დილით და საღამოთი, სვამენ აბზინდას სპირტზე დამზადებულ ნაყენს, 12-15 წვეთს წყალში გაზავებულს.

3. მსხვილი ნაწლავის კატარის დროს ყოველ ორ საათში ერთხელ სვამენ აბზინდას და სალბის ფოთლების ჩაის, თითო სუფრის კოვზის რაოდენობით, ჩაისთან ერთად ბრინჯის წვესაც იღებენ.

4. მრგვალი ჭიების დასაყრელად 10 დღის განმავლობაში დღეში სამჯერ თითო სუფრის კოვზ აბზინდას ჩაის სვამენ, დილით უზმოზე და საღამოთი ძილის წინ. ჩაის ყოველი დაღვეის შემდეგ რეკომენდებულია ახლად გახეხილი ნახევარი ჭიქა სტაფილოს მიღება.

ა.ნ. ვასინას (1968) ცნობით ბალ-ბოსტნების მავნე მწერების წინააღმდეგ აბზინდას ნახარში შემდეგნაირად მზადდება: 1 კგ ჰაერმშრალ ბალახს მცირე რაოდენობის წყალში 10-15 წუთს ადუღებენ ნელ ცეცხლზე, ანელებენ, წურავენ და 10 ლიტრ წყალს უმატებენ. მოქმედების გასაძლიერებლად ფრინ-

ველის მშრალი განავლის ნაყენს უმატებენ (1 კგ ქათმის მშრალ განავალს მცირე რაოდენობის წყალში 1-2 დღე-ღამის განმავლობაში აყენებენ). მომზადების შემდეგ ნარევის მოცულობა 10 ლიტრამდე აღწევს.

საკაკი კავკასიური - *CELTIS CAUCASICA* WILLD



აკაკი თელისებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. ხეა 7 (იშვითად 12) მ სიმაღლის. ტოტებზე მორიგეობით განლაგებული ფოთლები ასიმეტრიულია. ბოლოში წაწვეტილი, ნაპირებში ხერხებილია, ხეშეში, ზემოდან მქისე, ქვემოდან შებუხვილი, ძარღვებამონეული. ყვავილები ორსქესიანია და ფოთლების ილღიებშია განლაგებული თითო-ოროლა, ყლორტების ძირში ხშირად განლაგებულია მამრობითი (ცალსქესიანი) ყვავილებიც. ნაყოფი 1 სმ-მდე სიმსხოს კურკიანაა, მონითალო-ყვითელი, მოყავისფრო ან უფრო მუქი, ზოგჯერ თითქმის ცისფერი, ნაცრისფერი ნაფიფქით, ხორცოვანი ტკბილი რბილობით. ყვავის მარტ-მაისის განმავლობაში. ნაყოფი სექტემბერ-ოქტომბერში მწიფდება, ნელმოზარდი ჯიშია. მისი სიცოცხლის ხანგრძლივობა 500 წლამდე აღწევს. მრავლდება თესლით და ფესვის ნაბარტყით, ხასიათდება ძირკვის უხვი ამონაყარით. საქართველოში აღმოსავლეთ რაიონებშია გავრცელებული. იგი ნათელი ტყეების ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი მერქიანია ჯიშია, მთაში 1000 მეტრამდე სიმაღლეზე გვხვდება. საკმაოდ ქსეროფიტი (სიმშრალის ამტანი) მცენარეა, მაგრამ ხანგრძლივი გვალვის დროს ფოთლები უხმება და სცივია, წვიმების დაწმინსას კი ხელმეორედ იფოთლება.

აკაკის მერქანი ძალიან მკვრივია, ამიტომ მას მეორენაირად რკინის ან ქვის ხეს უწოდებენ. გამოიყენება საავეჯო ნარმოებში.

ნაყოფს სასიამოვნო გემო აქვს, იჭმება, საზამთროდ ახმობენ და ინახავენ ხილად, ფქვავენ კურკიანად და ფქვილისაგან განსაკუთრებულ ფაფას ხარშავენ, რომელიც დიდი ყუათიანობით გამოირჩევა. ნაყოფი 15 პროცენტამდე ცხიმს შეიცავს, რომელიც ნუშის ზეთს ჰგავს. ფოთლით შინაურ ცხოველებს კვებავენ, ზოგჯერ კი აბრეშუმის ჭიასაც. ქერქი 8-12 პროცენტ ტანიდებს შეიცავს, გამოიყენებოდა ტყავის სათრიმლადად და ქსოვილების შესაღებად.

ალუბალი - *CERASUS VULGARIS* MILL.



ალუბალი ვარდოსანთა ოჯახის ბუჩქი ან 3-7 მ სიმაღლის ხეხილია. მას ფესვების ხშირი ნაბარტყის მოცემის უნარი ახასიათებს, ამიტომ ანაგვიანებს ბაღებს და ამისთვის უფრო ხშირად ღობეების ძირში ბაღის განაპირას რგავენ ხოლმე. ფართოდ კულტივირებული ხილია მთელ საქართველოში. ალუბლის ნაყოფები 12,7%-მდე შეაქრებს შეიცავს, გარდა ამისა მდიდარია ორგანული მუყაებით (1,5-2,1%), რომელთაგან უმთავრესია ლიმონისა და ვაშლის მუყაეები; მორიგლავი ნივთიერებების რაოდენობა 0,24% -მდეა. კურკაში 25-35% ცხიმებია.

ალუბლის ნაყოფებისაგან ამზადებენ ვაჟინს (სიროფს), რომელსაც გამაგრილებელი სასმელებისათვის იყენებენ.

ხალხურ მედიცინაში სამკურნალოდ ალუბლის ნაყოფს, ყვავილებს, ფოთლებსა და ლორთქო (ჩვილ) ყლორტებს იყენებენ. ალუბლის წვენი, ვაჟინი, მურაბა ჩაისთან ერთად, ხმელი ნაყოფის ნახარში ფართოდ გამოიყენება მადის მოსაგვრელად, საერთო გამაძაგრებლად, სიცხის დამწვე და ამოსახველებელ საშუალებად, ცაცყობით გამონეული ნაირგვარი დაავადებების (ბრონქიტი, ლარინგიტი, სტომატიტი), ანგინის, გრიპის, პნევმონიის სამკურნალოდ.

ალუბლის ყვავილების ჩაი, ყლორტების ნახარში და ფოთლების წყალზე ნაყენი გამოიყენება პირის ღრუში გამოსავლებად ღრძობების ანთებისა და ანგინის დროს, ხოლო სველსაფენების სახით ჭრილობებისა და დამწვრობების სამკურნალოდ.

ალუბლის ფესვების ნახარშს კუჭის აშლილობის დროს იყენებენ, ხოლო ნაყოფისა და მათი

ყუნების ნახარშს კი რეკომენდებულია სამკურნალოდ. ფოთლების წყალზე ნაყენისა და რძის ნარევი სიცივითლის სამკურნალოდ გამოიყენება (ი. ნურალიევი, 1989).

ალუბლის ნაყოფის ყუნების ნახარში (10 გრ ყუნნი 1 ჭიქა წყალზე) ძლიერი შარდმდენი და შემკვრელი საშუალებაა და რეკომენდებულია საშარდე გზების, კენჭოვანი დაავადებებისას, აგრეთვე წყალმანკის, ჰიპერტონიული დაავადებისა და კუჭის აშლილობის შემთხვევებში. ალუბლის მწიფე ნაყოფი, წვენი და ვაჟინი ზედა სასუნთქი გზებისა და ბრონქების კატარის დროს ამოსახველებელ საშუალებებად გამოიყენება (ვ. პ. პერედნევი და თანაავტორები, 1984).

ალუბლის ნაყოფი სასარგებლოა ინფარქტგადატანილთათვის და მათთვის ვისაც ამალელებული აქვს სისხლშედეგების უნარი.

ალუბლის კურკის გული გლიკოზიდ ამიგდალინს შეიცავს, კუჭში მოხვედრისას იშლება და წყალბადციანმჟავას (ციანიდმჟავას) წარმოქმნის, რომელიც ძლიერტოქსიკურია და მძიმე მონამელის გამოწვევა შეუძლია. ამიტომ ალუბლის კურკის გულის ჭამა დაუშვებელია.

საქართველოში გავრცელებულია ბალღოჯი (Вишня Могалейская), რომელიც ავიცენას (1982) მტკიცებით სასარგებლოა თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის კენჭოვანი დაავადებების შემთხვევებში.

ალუბლის ყვავილების წვენი თვალში ჩაწვეთებით, თვალები ყოველგვარი ლაქებისაგან სუფთავდება. დანაყილი და ცხვირში ჩადებული ალუბლის ფოთლები აჩერებს ცხვირიდან სისხლდენას. ლუდსა და რძეში მოხარშული ალუბლის ნელი ფოთლები სიცივითლის სამკურნალოდ გამოიყენება. კბილის ტკივილის გასაყურებლად პირში იდებენ ღვინოში დაღობილ ალუბლის ქერქს. ალუბლის ნაყოფის ყუნებს ან ყლორტებს ღვინოში ალბობენ და ამ ნაყენს გაძლიერებული მენსტრუაციის მქონე ქალებს ასმევენ (ნ. ზ. უმიკოვი, 1947). ამავე ავტორის მიხედვით ქართულ ხალხურ მედიცინაში ცნობილია, რომ ალუბალი კუჭის აშლილობის გამომწვევი საშუალებაა.

გიზენის (1856) მიხედვით ალუბალისა და ბალის ნაყოფის ყუნების ნახარში საუკეთესო შარდმდენი საშუალებაა იმ დროსაც კი, როდესაც სხვა საამისო საშუალებები არ მოქმედებენ.

ევალდის მიხედვით ალუბლის ყლორტების ნახარში კუჭის აშლილობის საინააღმდეგო ხალხური საშუალებაა.

კ. ხაიდაროვის (1988) მიხედვით ხალხურ მედიცინაში ხშირად ხმარობენ ალუბლის ნაყოფის ყუნების წყლით გამონაწვლილს, როგორც შარდმდენ საშუალებას წყალმანკის მკურნალობისას, აგრეთვე კენჭების დასაშლელად ნაღვლის ბუშტისა და თირკმლებში. საამისოდ 10 გრ ალუბლის ნაყოფის ყუნებს 1 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ, ამ ნარევიან ჭურჭელს უფრო დიდი ზომის წყლიან ჭურჭელში დგამენ და 30 წუთს ადუღებენ, სვამენ თითო სუფრის კოვზ ნახარშს დღეში 4-5-ჯერ.

ამორფა - AMORPHA FRUTICOSA L.

პარკოსანთა ოჯახის 1-2 მ სიმაღლის გზადმოყოლილი ბუჩქია, რომელიც ფართო მასშტაბით გავლურდა ქვემო ქართლში მდ. მტკვრისპირა ჭაღის ტყეებში. 9-17 სმ სიგრძის კენჭფრთართული ფოთლები ტოტებზე მორიგეობითაა განწყობილი. მჭიდრო მტკვრებად შეკრებილი წვრილი ყვავილები მოკლე საყვავილე ღეროებით ფოთლების ილიებშია განლაგებული ტოტების დაბოლოებებზე. 7-9 სმ სიგრძის პარკები 1-2 თესლიანია. თესლები წვრილი და გლუვია მოყავისფრო ელფერით. დანერგულია ბალ-პარკებში როგორც დეკორატიული მცენარე.

ამორფის თესლი შეიცავს გლიკოზიდ ამორფინს, რომელიც დამანყნარებლად მოქმედებს და კარდიოტონიკური თვისებები გააჩნია. არატოქსიკურ დოზებში აღკვეთს კრუნჩხვითი მოვლენების გამომწვევებს, რასაც ქაფური ინვევს. პრეპარატის მოქმედება ერთი დღე-ღამის განმავლობაში გრძელდება. იგი საგრძნობლად ასუსტებს თავის ტვინის ქერქის ელექტრულ აქტივობას.



„ფრუტიცინის“ სახელწოდებით ცნობილი ამორფინის გლიკოზიდი გამოიყენება, როგორც სედატიური საშუალება ვეგეტატიური ნევროზის, გულსისხლძარღვთა სისტემის ნევროზებისა და პარკოსიზმალური ტაქიკარდიის დროს (ა.დ. ტუროვა, 1974; ე.ნ. საპოჟნიკოვა, 1982). ამავე ავტორების მიხედვით პრეპარატ ფრუტიცინს სამედიცინო მრეწველობა უშვებს 0,05 გრ აბებად. თითო აბს იღებენ დღეში 2-3-ჯერ ჭამის შემდეგ, მკურნალობის კურსი 20-30 დღე გრძელდება, ყოველი 10 დღის შემდეგ 3 დღიანი შესვენებით. გვერდითი მოვლენების გამოუმყლავნებლობის შემთხვევაში დოზის 0,1 გრამამდე გაზრდა შეიძლება (2 აბი ერთ მიღებაზე).

ანგელიკა საგაპურნალო - ANGELICA OFFICINALIS L.



ქოლგოსანთა ოჯახის ორწლოვანი, იშვითად მრავალწლოვანი, მონოკარპიული (ე.ი. ისეთი მცენარეა, რომელიც ნაყოფმსხმოიარობის შემდეგ ხმება) სასიამოვნო სუნის მქონე ბალახოვანი მცენარეა. მისი სტაფილოსებრი მსხვილი ფესვურა თავისი მრავალრიცხოვანი ხორცოვანი განტოტებით მოთეთრო ან მოყვითალო წვეს შეიცავს. ღერო ღრუ და ზედა ნაწილში დატოტვილია, მოცისფრო ნაფიფქით, რომლის სიმაღლეც 1-2,5 მ-ის ფარგლებში ცვალებადობს. მისი განიერვაგინიანი 80 სმ-მდე სიგრძის, შიშველი, ორ ან სამჯერ ფრთისებრდანაკეთული ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული, ზედა ფოთლების ვაგინები ძლიერ გაბერილია. ფოთოლაკები კვერცხისებრი და წაწვეტებულია, კიდეებში წვეტიანი კბილებით. თანაყვავილენი მსხვილი სფეროსებრი რთული ქოლგაა, დიამეტრში 8-15 სმ-ს აღწევს და 20-40 სხვისაგან შედგება. ქოლგებს საერთო საბურველი არ გააჩნია, ხოლო ქოლგაკების კერძო საბურველი კი მრავალრიცხოვან ხაზურ ან სადგისებრ ფოთოლაკებს შეიცავს. ქოლგებისა და ქოლგაკების სხივები წვრილბუუსიანია. ყვავილები მოთეთრო ან მოყვითალო-ომწვანოა. თესლურა ორთესლიანია (ორად იყოფა მომწიფებისას), ნა-

ხევარნაყოფს (პერიკარპიუმს) ზურგის მხარეს სამი და გვერდებზე ორ-ორი ნიბო აქვს. ყვავის აგვისტოსექტემბერში, ნაყოფები კი სექტემბერში მწიფდება. იზრდება მდინარეთა ტენიან დანალექებზე აფხაზეთში (ჩხალთის ხეობაში).

ანგელოზას ფესვურები და ფესვები გამოიყენება კუჭ-ნაწლავის დაავადებების დროს ნაწლავების სეკრეტორული და მოტორული ფუნქციის გასაძლიერებლად და დუღილის პროცესების შესამცირებლად, აგრეთვე შარდმდენ საშუალებად. მისი ფესვები, თესლი და ბალახი მრავალ საზღვარგარეთულ ქვეყნებში გამოიყენება, როგორც არომატული მასტიმულირებელი, ოფლმომდენი და გაზებგამომდენი საშუალება. ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება, როგორც მატონიზირებელი და გამამაგრებელი სუსტენერვიანობის შემთხვევებში, აგრეთვე ავიზნის (ეპილეფსიის), უძილობის, საჭმლის მონელების პროცესების მოშლის, უმადობის, ნაწლავების ატონიის (მოდუნების), ოფლმომდენ და ამოსახველებელ საშუალებად (დ. ნ. გოლოვკო, 1962).

ბულგარეთის მედიცინაში სამკურნალო ანგელოზას ფესვურასა და ფესვებს იყენებენ როგორც ტკივილგამაყუჩებელ და სპაზმოლიტურ საშუალებას. იგი რეკომენდებულია მეტეორიზმის (გაზების დაგროვების) დროს და კუჭში სიმყავის მომატებისა და საჭმლის მონელების პროცესების მოშლის შემთხვევაში. გამოიყენება აგრეთვე ამოსახველებელ საშუალებად ზედა სასუნთქი ორგანოების დაავადებების დროს და ნალვლის სეკრეციის (გამოყოფის) აღსაგზნებლად. გარდა ამისა მას გააჩნია შარდმომგვრელი და დიაფორეტული თვისება. ისტერიის დროს რეკომენდებულია მისი აბაზანები, აგრეთვე მსუბუქ ფორმებში არსებული ადგზნებულობის დროს და პირში გამოსავლებად ანთებითი პროცესების ჩასაქრობად. რეემატიულ ადგილებს იზელენ 1:10 შეფარდებით სპირტზე მომზადებული ნაყენით. გამოიყენება წყალზე ნაყენის სახით: $\frac{1}{2}$ -1 ჩაის კოვზი წვრილად დაჭრილი ფესვები 1 ჭიქა ცივ წყალზე, ნახევარი საათის შემდეგ რამოდენიმე წუთს (5-7 წუთს) ადუღებენ. მთელ ამ ნაყენს ერთი დღის განმავლობაში რამოდენიმე ჯერზე სვამენ.

ანგელიკა ტყის - ANGELICA SYLVESTRIS L.

ქოლგოსანთა ოჯახის 2 მეტრამდე სიმაღლის ორი ან მრავალწლოვანი ღრუღეროიანი ბალახია. ფოთლები ორ-სამჯერ ფრთისებრდანაკეთულია. ფესვთანი ფოთლები დიდი ზომისაა 35-80 სმ სიგრძის. ფოთოლაკები კვერცხისებრი და წაწვეტებულია, კიდეებში ხერხკბილა. ზედა ფოთლები უფრო პატარა და ძლიერგაბერილი ღერომხვევევავინიანია. წვრილი თეთრი, ხშირად მოვარდისფრო ან მოყვითალო ყვავილები რთულ ქოლგებშია შეკრებილი. ქოლგის დიამეტრი 10-17 სმ-ს შეადგენს. ქოლგის საერთო საბურველი თითქმის არა აქვს. ღეროსა და ფესვის სუნი საკმაოდ ძლიერია, სპეციფიური, გემოთი მწარეა. ყვავის ივნის-აგვისტოში. იზრდება მთის ზედა სარტყლამდე, ტყის ველობებზე, ტყისპირებზე, მდინარეთა და ნაკადულების ნაპირებზე აფხაზეთში, გურიაში, სამეგრელოსა და აჭარაში.

სამკურნალო და ტყის ანგელოზა ერთიმორეს ძალიან ჰგვანან. მათი განმასხვავებელი ნიშნები



შემდეგია: სამკურნალო ანგელოზას რთული ქოლგა ყვავილენი სფეროსებრია. ყვავილები ნათელი და ბაცია, ვიდრე ტყის ანგელოზასი. ტყის ანგელოზას ქოლგა ყვავილენის ზედაპირი ბრტყელი ფარისებრია მცირე ამობურცულობით. ყვავილების გვირგვინები მოვარდისფრო ელფერისაა, ფესვები კი გამერქნებული აქვს.

ხალხურ მედიცინაში ჩაის სახით გამოიყენება მონელების პროცესების დარღვევისას (20 გრ ფესვურა ფესვებით 1 ლ წყალზე). ნაწლავების გაბერვის შემთხვევაში ფხვნილის სახით იღებენ დღეში სამჯერ იმდენს, რამდენსაც დანის წვერი აიღებს. გამოიყენება შენელებული შარდვისა და შარდის შეკავების დროს, აგრეთვე ფილტვების კატარის შემთხვევაში მწებავი ლორწოვანი სითხის ბრონქებიდან სწრაფად მოსაცილებლად. გარეგანსახმარად სხვა სურნელოვან ბალახებთან ერთად აბაზანების სახით იყენებენ. სპირტზე ნაყენით კი ნიკრისის ქარიან, რეუმატიზმიან ადგილებსა და მტკივან წელს იზღვენ. ქოლერის ეპიდემიის შემთხვევაში სპირტზე ნაყენს ანეთოლით იღებდნენ ნიორის ნაყენთან შერევით (ამ მხრივ სამკურნალო წვეთობას ამჯობინებენ), ამასთან მაგარ წეკოსაც (მახორკა) ეწოდნენ (მ.ა. და ი.მ. ნოსალები, 1960). ამავე ავტორების მიერ აღწერილია რამდენიმე საინტერესო რეცეპტი:

1. ნაწლავების გაბერვისა და მათში ჩხვლეტის შეგრძნებისას ტყის ანგელოზას ფესვების, კოთხოჯის ფესვურისა და მუხის ქერქის თანაბარი რაოდენობის ნარევიდან 5 სუფრის კოვზ მასას იღებენ და 1 ლ წყალს ასხამენ. ნახარშს 5 სუფრის კოვზის რაოდენობით სვამენ დღე-ღამის განმავლობაში (სვამენ მხოლოდ ერთი დღის განმავლობაში).

2. თირკმლების უკმარისობისას შარდდენის გასაძლიერებლად ტყის ანგელოზას ფესვებისა და შვიტის ბალახის თანაბარი ნაწილების (მოცულობის მიხედვით) ნახარშს იყენებენ. 1 სუფრის კოვზ ნარევის 1 ჭიქა წყალზე იღებენ და 10 წუთს ადუღებენ. ერთი დღის განმავლობაში 3 ჭიქა ნახარშს სვამენ.

3. მყარი ფალარათიანობისას, როდესაც საწყისი მიზეზი აღმოფხვრილია და მრავალი საშუალების გამოცდამ დადებითი შედეგი არ გამოიღო, ნითელ ღვინოზე ("კაგორზე") მომზადებული ნახარში გამოიყენება დღეში სამი ფინჯნის რაოდენობით: 0,5 ლ ღვინოზე ხუთ-ხუთი გრამის რაოდენობით აიღება აბზინდა, შვიტა, ანგელოზას ფესვები, კრაზანა, ნეგო და ორ-ორი გრამი პიტნა და კატაბალახას ფესვები. კატაბალახასა და პიტნას არ ხარშავენ, მათ ცეცხლიდან გადმოდგმულ ცხელ ნახარშში ყრიან და 30 წუთს ცხელი ლუმელის ფურნაკში დგამენ ან თერმოსში ასხამენ. დალევის წინ 1 ჭიქა ღვინოს 2-4 სუფრის კოვზ ნახარშს ამატებენ და ასე სვამენ.

ტყის ანგელოზა გამოიყენება გარეგან სახმარადაც:

ტყის ანგელოზას ფესვის წვენის ერთი წვეთის მტკივან გამობრულ კბილში ჩაწვეთება კბილის ტკივილს აყუჩებს. ამავე ეფექტს აღწევენ ტყის ანგელოზას ფესვის ლეჭვით.

ანგელოზას ფესვების წვენის რამდენიმე წვეთის ყურში ჩაწვეთებით ყურის ტკივილი წყნარდება.

ყოველივე ის რაც ტყის ანგელოზაზე ითქვა, ვრცელდება სამკურნალო ანგელოზაზეც, რომელსაც ხალხი დიდ უპირატესობას ანიჭებს ტყის ანგელოზასთან შედარებით.

სამკურნალოდ გამოიყენება ანგელოზას ფოთლები, ყვავილები და თესლიც. ფოთლებისა და ბალახის წყლით გამოწანვლილი (ნაყენი), აგრეთვე ფესვების ნახარში გამოიყენება ამოსახველებელ და ანთების საწინააღმდეგო საშუალებად ბრონქიტის, პლევმონის, ტუბერკულოზისა და ანგინის დროს.

ჩინურ მედიცინაში ანგელოზას ზოგი სახეობები სისხლდენის შემაჩერებელ, ტკივილგამაყუჩებელ (ჩხვლეტებისა და სპაზმების შემთხვევებში) საშუალებად გამოიყენება, აგრეთვე კრუნჩხვების საწინააღმდეგოდაც (ფ. ი. იბრაჰიმოვი თანაავტორთან ერთად, 1960).

ნურალიევი (1989) ანგელოზას გამოყენების შემდეგ რეცეპტებს იძლევა:

1) 1 სუფრის კოვზ ხმელ ანგელოზას ბალახს 0,5 ლ მდულარე წყალს ასხამენ და 30 წუთის განმავლობაში დგამენ. 0,5 ჭიქა ნაყენს დღეში 3-4-ჯერ ჭამამდე 15 წუთით ადრე სვამენ ჰიპერაციდული გასტრიტის, ბრონქიალური ასთმისა და სისხლდენების დროს.

2) 2 სუფრის კოვზ (20-30 გრ) დაქუცმაცებულ ანგელოზას ფესვებს 2-3 ჭიქა (500-600 მლ) წყალს ასხამენ და ნელი დუღილით 30 წუთს ხარშავენ. სვამენ 2 სუფრის კოვზ ნახარშს დღეში 3-4-ჯერ ჭამამდე 15-20 წუთით ადრე მაღის მოსაგვრელად.

ანგელოზა წინააღმდეგ ნაჩვენებია მიოკარდის ინფარქტ გადატანილთათვის, აგრეთვე თრომბოზების დროს და ჰიპერაციდული ფორმის გასტრიტიანებისათვის (ი. ნურალიევი, 1989).

ასისტავა- CENTAURIUM UMBELLATUM GILIB.



ნალველასებრთა ოჯახს ეკუთვნის. მას აჭარაში ქინას, თავცეცხლას უწოდებენ, კახეთში დედამიწის ნალველას, ხოროსანს. ორი ან ერთნალოვანი 10-40 სმ სიმაღლის, ოთხნახნაგოვანი სწორმდგომი ღეროიანი მცენარეა. ღეროს ძირში განწყობილი ფოთლები ნაგრძელებულ-უკუკვერცხისებრი და თავებლავგია, ღეროზე ერთიმეორის პირისპირ განწყობილი ფოთლები კი ლანცეტა და ბლავგვეტიანია. თანაყვავილედ ქოლგისებრი საგველაა. ყვავილები ჩვეულებრივ ვარდისებრ ნითელია, მაგრამ ზოგჯერ თეთრყვავილა ეგზემპლარებიც გვხვდება.

ყვავილობა ივნისიდან სექტემბრის მთელით აღინიშნება, მაგრამ თითოეული ეგზემპლარის ყვავილობა კი მხოლოდ 5 დღეს გრძელდება.

გვხვდება ტყეთაშორის არსებულ ველობებზე, მდელოებზე, ტყის პირებში, გამეჩხრებულ ტყეებში მთის შუა სარტყლამდე. აღრიცხულია აფხაზეთში, რაჭა-ლეჩხუმში, სამეგრელოში, იმერეთში, აჭარა-გურიაში, ქართლში, მთიულეთში, გარე კახეთსა და თრიალეთში.

მთელ მცენარეში 1 პროცენტამდე ალკალოიდები მოიპოვება, აქვს 0,3 პროცენტამდე გლიკოზიდები, მინისზედა ნაწილები შეიცავს ასკორბინის მჟავას.

ასისტავას პრეპარატები მედიცინაში მადის მომგვრელი და საჭმლის მომნელებელი აპარატის ფუნქციების გასაძლიერებლად გამოიყენება. ექსპერიმენტულად დადგენილია, რომ ორგანიზმიდან გენციანის პარაზიტი ჭიების გამომდენი თვისება გააჩნია (ა.ი. ბანკოვსკი, დ.ნ. გოლოვკო, 1962).

ასისტავა კიდევ უფრო ძვირფასია ხალხურ მედიცინაში, იგი განსაკუთრებით გამოიყენება კუჭის წვეთის მალალი მჟავიანობის დროს, გულწვის, აგრეთვე ლეიქიმია და ნალველის სადინარების სამკურნალოდ (20,0 გრ ბალახი 1 ლ მდულარე წყალზე გამოწვლილი ჩაი).

მ. ა. ნოსალი (1960) თავისი პირადი დაკვირვებიდან გამომდინარე ჭიის დამდენ საუკეთესო საშუალებად მიიჩნევს ბალახნარევის მაგარ ჩაის (წყლით გამოწვლილს, მთელი ღამე თბილ ღუმელში დადგმით). თანაბარი რაოდენობით იღებენ ასისტავას, ნეგოს ყვავილებსა და ასფურცელას. მათი ჩაი გამოიყენება წვრილი ჭიების დასადენად.

ხსენებულ ავტორს მოჰყავს ყველაზე პოპულარული ხალხური რეცეპტები ასისტავას მონაწილეობით:

1. ნალველის ბუშტის ანთებისას სვამენ ჩაის ორ-ორ ჭიქას დღეში, რომელშიდაც მონაწილეობს შემდეგი ბალახები – 2,0 გრ ასისტავა, 2,0 გრ კოთხოჯის ფესვურა ფესვებით, 2,0 გრ ნეგოს ყვავილები. საღამოთი ასხამენ 2 ჭიქა ცივ წყალს და დილით 5-7 წუთს ადუღებენ. უზმოზე სვამენ 1 ჭიქას, დანარჩენს დღის განმავლობაში 4 ნაწილად, ჭამიდან ერთი საათის გასვლის შემდეგ.

2. კუჭში ტკივილების გრძობისა და ნაწლავების ბერვის შემთხვევებში იყენებენ შემდეგ ბალახნარევს: 5,0 გრ კოთხოჯის ფესვურას ფესვებით ადუღებენ 1 ლ წყალში 10 წუთს. ცეცხლიდან გადმოღებისთანავე ან ძალიან ცხელ ნახარში შყრიან დაქუცმაცებულ 2 სუფრის კოვზ ასისტავას, 1 სუფრის კოვზ აბზინდას, 1 სუფრის კოვზ კრაზანასა და თითო ჩაის კოვზ პიტანასა და კატაბალახას ფესვებს. ყოველივე ეს ნახევარ საათს იდგმება ცხელ ღუმელში, ინურება და მიიღება: უზმოზე 1 ჭიქა, დანარჩენი 4 ნაწილად დღის განმავლობაში.

3. კუჭ-ნაწლავის ქრონიკული აშლილობისას გამოიყენება შემდეგი ბალახნარევის გამონაწვლილი – ორ-ორი ან სამ-სამი სუფრის კოვზი კრაზანა და ასისტავა ერთ ლიტრ მდულარე წყალზე. სვამენ ერთი დღის განმავლობაში. ეს ჩაი ითვლება კუჭის წვეთის მალალი მჟავიანობის ნატურალურ გამამკურნალებლად. მადის მომგვრელი და ნალველის გამომყოფ საშუალებად ა.დ. ტუროვა (1974) შემდეგ რეცეპტს იძლევა: 1 სუფრის კოვზ ასისტავას უნდა დავასხათ 1 ჭიქა მდულარე წყალი. იდგმება 30 წუთი, ინურება და თითო სუფრის კოვზი მიიღება ჭამამდე 30 წუთით ადრე, ერთი კურსისათვის რეკომენდებულია სულ 50 გრამი ასისტავა.

ბულგარულ მედიცინაში ასისტავა გამოიყენება ახილის, გულწვის, კუჭის წყლულის, შემკურნების, მეტეორიზმის (გაზების დაგროვების) და ანემიის დროს, როგორც გამამკურნებელი საშუალება ლეიქიმის დაავადებების, ნალველის არასაკმაო სეკრეციის, დიაბეტის და კანზე გამონაყრების სამკურნალოდ, გარეგანად ხმარობენ ძნელადშეხორციებად ჭრილობებზე. ჩამოთვლილი შინაგანი დაავადებებისათვის – უპირატესად ნაყენი გამოიყენება: 1-2 ჩაის კოვზი დაქუცმაცებული ხმელი ბალახი 2 ჭიქა მდულარე წყალზე, დგამენ 10 წუთს და დაუშაქრავს ან შაქრით იღებენ ერთი დღე-ღამის განმავლობაში. ბალახის ფხენილს იღებენ 1-2 გრამს დღეში რამდენჯერმე. ასისტავას ყველა პრეპარატს ჭამამდე ნახევარი საათით ადრე იღებენ (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოჩინოვი, 1968).



ვარდისებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. ასკილი 1-3 მ სიმაღლის ბუჩქია, ზოგჯერ გაცილებით მაღალი, ტოტები კაუჭა ეკლებითაა აღჭურვილი. ყლორტები მწვანეკანინანია, ღერო ნაცრისფერქერქიანი. კენტფრთართული ფოთლები ტოტებზე მორიგეობითაა განლაგებული, ფოთოლაკთა რაოდენობა ხშირად 5-11 ცალს შეადგენს; ბოლონვეტისანი ფოთოლაკების კიდეები ხერხებილია. ფოთლის ყუნწის ძირში აქეთ-იქიდან ორი საკმაოდ მოზრდილი თანაფოთოლი ზის.

თეთრი, ზოგჯერ მოვარდისფრო ყვავილები ვარჯში სათითაოდაა გაბნეული ან მცირერიცხოვან ყვავილოვან ჯგუფებადაა შეკრებილი. ცრუ ნაყოფი ფორმის მიხედვით ნაირგვარია: ქოთნისებრი, კვერცხისებრი და სხვა.

ყვავილობს მაის-ივნისში, ნაყოფი აგვისტო-სექტემბერში მწიფდება. გავრცელებულია მთელ საქართველოში, მისი რამოდენიმე სახესხვაობა და ფორმა გვხვდება ზღვისპირეთიდან სუბალპური ტყეების ჩათვლით.

აქ განხილულის გარდა ჩვენში სხვა სახეობები გვხვდება. ასკილის გვარი აერთიანებს საქართველოში გავრცელებულ 25-მდე სახეობას,

რომლებსაც ანალოგიური გამოყენება აქვს მედიცინაში.

ასკილის ნაყოფი შეიცავს 18 პროცენტამდე ასკორბინის მჟავას, C, B₂, K ვიტამინებს, გარდა ამისა მოიპოვება ფლავონოლური გლიკოზიდები (კემფეროლი და ქვერცეტინი), აგრეთვე 18 პროცენტამდე შაქარი, 3,7 პროცენტამდე პექტინი, 1,8 პროცენტამდე ლიმონის, ვაშლისა და სხვა მჟავები, 1,7 მგ პროცენტამდე კაროტინი, ლიკოპინი და რუბიქსანტინი, ფოთლები და ფესვები მდიდარია მთრიმლაკი ნივთიერებებით. აქ აღწერილი ასკილის (ლ. ცანიანა) ნაყოფისა და სხვა ნაწილებისაგან გამოყოფილია ფლავონოლური გლიკოზიდები: იზოქვერცეტინი, კემფეროლის გლიკოზიდი და კემფეროლისა და ქვერცეტინის არაიდენტიფიცირებული სხვა გლიკოზიდები (ა.ი. ბანკოვსკი, 1962).

ჩვენს ქვეყანაში ყოველწლიურად რამოდენიმე ათასი ტონა ასკილის ნაყოფი მზადდება, რომლისგანაც C ვიტამინს და პროვიტამინის პრეპარატებს ამზადებენ, სხვადასხვა ფორმით (სიროფი, ფხვნილი, აბები, ექსტრაქტი, ნაყენი და სხვა).

ა.ი. ბანკოვსკის ზემოხსენებული შრომის მიხედვით და სხვა ავტორთა მონაცემებით ასკილის ნაყოფი გამოიყენება ავიტამინოზის, გემორაგიური დიათეზის (გემოფილია), არტერიოსკლეროზის, ჭრილობების და ძვლების შეზორცების დასაჩქარებლად, ინფიცირებული ჭრილობებისა და საშვილოსნოდან სისხლდენისას. ნაყოფში შემავალი A ვიტამინი გამოიყენება ჰიპოვიტამინოზის (ქათმის სიბრმავე, ქსეროფთალმია და სხვა), აგრეთვე თირკმლებისა და ნალვლის ბუშტის კენჭოვანი დაავადების დროს. ასკილის ნაყოფი ექსტრაქტი (ქოლასასი) გამოიყენება როგორც ნალვლის დენის გამაძლიერებელი საშუალება ქოლესისტიტისა და პეპატიტის დროს.

უკრაინული ხალხური მედიცინა (მ.ა. ნოსალი, ი.მ. ნოსალი, 1960) ფართოდ იყენებს ასკილის ნაყოფის არაყზე ნაყენს, 1 ჭიქა ნაყოფს ურევენ 1-1,5 ჭიქა შაქრის ფხვნილს (ხმელ ასკილს წვრილად ჭრიან), მას ასხამენ 3 ჭიქა 70°-იან არაყს, 5 დღეს მზეზე დგამენ. მეექვსე დღეს კიდეე ასხამენ 2-3 ჭიქა 40° არაყს და ისევ მზეზე დგამენ კიდეე 5 დღე; მეათე დღეს წურავენ (ფილტრავენ), ნაყოფს ხელით წურავენ ფრთხილად. სვამენ 15 გრამს დღეში ორჯერ ჭამის შემდეგ. ხალხს მიაჩნია, რომ ასკილის ფოთლების ჩაი ძალიან კარგად მოქმედებს კუჭზე. აუმჯობესებს მის მოტორულ ფუნქციას, აწყნარებს კუჭის ტკივილებს. ამასთან ერთად მუცელზე თბილ სათბურას იღებენ. მიაჩნიათ, რომ იგივე ჩაის გამოყენებით, კუჭის აშლილობის დროს მცირდება კუჭში გასვლის ნდომა და როგორც ხალხი ამბობს აუენებლებს გაზებს.

ასკილის ფესვების ნახარში ხალხში საუკეთესო საშუალებადაა მიჩნეული ყოველგვარი ქვების გასახსნელად ორგანიზმში ან მათ დასაშლელად ქვიშის სახით, ამავე დროს დამლუპველად მოქმედებს მალარიის გამომწვევ პარაზიტებზე. იღებენ ორ სუფრის კოვზ წვრილად დაჭრილ ფესვებს, ასხამენ 200 გრამ წყალს და 15 წუთს ხარშავენ, ამის შემდეგ დგამენ გაცივებამდე. სვამენ თითო ჭიქას დღეში სამჯერ, ერთი კვირის განმავლობაში და უფრო ხანგრძლივადაც.

უკანასკნელ წლებში სამედიცინო სამსახურის მიერ რეკომენდებულია ასკილის ნაყოფის რბილობისაგან მიღებული პრეპარატი - კაროტოლინი დერმატიტის, წყლულის, ეგზემის, ფსორეაზის და კანის სხვა დაავადებების სამკურნალოდ ("ახალი მშობლიური პრეპარატები", 1966).

ციმბირის ხალხურ მედიცინაში ასკილს მრავალმხრივი გამოყენება აქვს: ნაყოფს გაციებისა და

ჰიპერტონიის დროს იყენებენ, ასკილის ყვავილის გვირგვინის ფურცლებს თავლში მოხარშულს ხმარობენ ნითელი ქარის დროს (ხალხში ეს დაავადება რუსული "როუსა" სახელწოდებით უფროა ცნობილი), ფესვების ნახარშის აბაზანებს იკეთებენ ფეხებზე. ფოთლებსა და ფესვებს კუჭის დაავადებების დროს იყენებენ, მათ შორის კუჭის აშლილობის სამკურნალოდაც. ჩვენი ქვეყნის სხვა მხარეებში ასკილის ნაყოფებს კუჭის, ნერვების, გულისა და თვალის, აგრეთვე სისხლის დაავადებების დროს იყენებენ.

ტიბეტის მედიცინაში ასკილს ფილტვის ტუბერკულოზის, ნევრასთენიის, ათეროსკლეროზის სამკურნალოდ იყენებენ, ყვავილებს კი გულწვის (გულისრუჯვის) დროს მაღალი ტემპერატურით (ვ. გ. მინაევა, 1970). ამავე ავტორის მიხედვით ასკილის ნაყენი შემდეგნაირად მზადდება: ერთ სუფრის კოვზ ასკილის ნაყოფს ასხამენ ერთ ჭიქა წყალს და 10 წუთს ადუღებენ, ერთი დღე-ღამის შემდეგ ნაყენი მზადაა დასალევად. სვამენ ნახევარ-ნახევარ ჭიქას დღეში ორ-სამჯერ. ბავშვებს 1/8 - 1/4 ჭიქას აძლევენ ერთ მილებზე.

ასფურცელა - TANACETUM VULGARE L.



რთულყვავილოვანთა ოჯახის 50-150 სმ სიმაღლის ფესვურიანი, მრავალწლოვანი, თავისებური მძაფრსუნიანი ბალახია. ფესვურიდან მრავალი, მთელს სიგრძეზე წვრილნაღარებჩავლებული ღერო ამოდის, რომელიც კენწრულ ნაწილში დატოტვილია. გარშემოწერილობით ელიფსოიდური ფრთისებრდაყოფილი 7-20 სმ სიგრძის ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული, მათი სეგმენტები ხაზურ-ლანცეტა ფორმისაა, ფრთისებრ განკვეთილი მსხვილწვერიან ხერხკბილა ნაკეთებად. ღეროს ძირა ნაწილის ფოთლები გრძელყუნწიანია, შუა და კენწრულისა კი მჯღომარე, კალათა ყვავილედეები კენწრულ ხშირფარებადაა შეკრებილი. კალათა ყვავილედეში ყველა ყვავილი მილისებრია და ნარინჯისფერ-ყვითელი. იზრდება ველებსა და მშრალ ფერდობებზე აფხაზეთსა და მთიულეთში. ჩვენ იგი აღვწერთ ნალკაშიც.

სამკურნალოდ კალათა ყვავილედეები გამოიყენება ფხვნილის ან წყლით გამოწანვლილის სახით, როგორც პარაზიტი მრგვალი ჭიების დამყრელი საშუალება, აგრეთვე ღვიძლის დაავადებების (ჰეპატიტის, ანგიოქოლიტი) და ნაწლავების სამკურნალოდ. საცდელ ცხოველებზე

ჩატარებული ექსპერიმენტების შედეგების მიხედვით, ასფურცელას ყვავილედეების წყალზე ნაყენი გულის კუმშვის ამპლიტუდას ადიდებს, გულის რიტმს ანელებს, სისხლის წნევას ზრდის, ნაღვლის გამოყოფას ადიდებს, ექსპერიმენტული ჰეპატიტის დროს ნაღვლის სეკრეციას ზრდის და მასში ლორწოს შემცველობას ამცირებს. ასფურცელას ეთერზეთში არსებული თუიონი ფრიად ტოქსიკურია, ამიტომ მცენარის სამკურნალოდ გამოყენება დიდ სიფრთხილეს საჭიროებს (ვ. ი. ბიჩვინა, 1962).

ასფურცელას პრეპარატები კარგად მოქმედებს კუჭის აშლილობის, რევმატიზმისა და ნერვების აშლილობისას, აგრეთვე ჰეპატიტისა და ქოლეცისტიტის შემთხვევებში (ვ. გ. მინაევა, 1970; გოფმანი, ოსნოვინა, ლომოვიცკაია, 1959; კაზანცევა, 1965).

დასალევად ამზადებენ ნაყენს (20 გრ 1 ჭიქა მდულარე წყალზე), სვამენ თითო სუფრის კოვზ ნაყენს დღეში 3-4-ჯერ ან ფხვნილს იღებენ (0,5-3,0 გრ) დღეში 2-3 ჯერ. წვრილი მრგვალი ჭიების დასაყრელად ასფურცელას ოყნას უნიშნავენ (3%-იანი წყალზე ნაყენი - 1 ჩაის კოვზ თესლს 3 საათის განმავლობაში აყენებენ 60 გრადუსიან 100-150 გრ ცხელ წყალში). ოყნას ღამ-ღამობით უკეთებენ 3-5 დღის განმავლობაში (ვ. გ. მინაევა, 1970).

ასფურცელას ნაყენი ზრდის კუჭის წვენის რაოდენობასა და მუყვიანობას (შუსტოვა, 1965). კლინიკური შესწავლით, დადგენილია მისი ნაყენის კორონარული სისხლძარღვების გამაფართოებელი თვისება სტენოკარდიის, ჰიპერტონიისა და სხვა დაავადებების დროს (რუბინოვიჩი, 1954). საცდელ ცხოველებზე ჩატარებულმა დაკვირვებებმა გამოავლინა ასფურცელას დადებითი საწინააღმდეგო გავლენა სარძევე ჯირკვლების კიბოს მიმართ (ბალიცკი, ვორონცოვა, კარპუხინა, 1966).

ხალხური მედიცინა ასფურცელას ფოთლებსა და ყვავილებს იყენებს კუჭ-ნაწლავის სისტემის დაავადებებისას, გასტრიტის, ეპილეფსიის, ისტერიის, სისხნაკულულობის, გულის მოქმედების დარღვევის (გულისცემა), ზოგჯერ თავის ტკივილის დროსა და ნიკრისის ქარის შემთხვევაში. ამ მცენარის ფხვნილს მავნე მწერების საწინააღმდეგოდაც იყენებენ (ვ. გ. მინაევა, 1970). ამავე ავტორის მიხედვით ასფურცელას პრეპარატების მიღება ორსული ქალებისათვის დაუშვებელია. საერთოდ მისი გამოყენება ექიმის გამოწერისა და მისი უშუალო ზედამხედველობის გარეშე არ შეიძლება, რადგან შხამიანი მცენარეა და მისი დიდი დოზით გამოყენება სიცოცხლისათვის სახიფათოა.

გარეგან სახმარად ასფურცელას წვენი ან არაყზე ნაყენი ჭრილობას ჩქარა არჩენს და მის დეზინფიცირებასაც ახდენს (ნ.ნ. ბელოჩალოვი).

ასფურცელას ყვავილის ნაყენს (20 გრ 1 ლ მდულარე წყალზე) სვამენ მონღლების პროცესების და რღვევისა და კუჭის არეში ტკივილების შემკრძნებისას, სიცხის დამწვე საშუალებად და ოფლმდენად. უმთავრესად კი ასკარიდებისა და სხვა მრგვალი პარაზიტი ჭიების დასაყრელად, აგრეთვე მავნე მწერების (რწყილები, ბუზები და სხვა) წინააღმდეგ გამოიყენება. ჭიების წინააღმდეგ იყენებენ როგორც ყვავილებს, ასევე თესლსაც (უფრო ხშირად), საამისოდ 1 ჩაის კოვზ დანაყილ თესლს ცოტა წყლის მიყოლებით სვამენ. ჭიების დასაყრელად 2 ჭიქა რძეში ხარშავენ ორი საშუალო სიდიდის ნივრის თავის დაჭრილ კბილებს, რასაც ასფურცელას დანაყილ 1 სუფრის კოვზ თესლს ამატებენ. ხარშვას თავდახურულ ჭურჭელში აწარმოებენ ნელ ცეცხლზე 10 წუთის განმავლობაში. შემდეგ წურავენ და თბილი ნაყენის ოყნას უნიშნავენ, რომელსაც რაც შეიძლება დიდხანს აჩერებენ სწორ ნაწლავში (მ. ა. ნოსალი, ი. მ. ნოსალი, 1960).

ასფურცელა ჩრჩილისა და ბალნინჯოების წინააღმდეგ მთლიანად სცვლის ნაფტალინს. ბუზებისაგან დასაცავად ასფურცელას ბალახის ფხვნილს აყრიან ახალ ხორცს. როგორც უკვე აღინიშნა ასფურცელას გამოყენებისას დიდი სიფრთხილის გამოჩენა აუცილებელია იმისათვის, რომ თავიდან იქნას აცილებული მონამელის შემთხვევები.

ატამი - PERSICA VULGARIS MILL.



ატამი ვარდისებრთა ოჯახის საყოველთაოდ ცნობილი ხეხილია. ბრისმორეს დაკვირვებით ატმის ფოთლებისა და ყვავილების ნახარში კუჭში გამხსნელი კარგი საშუალებაა (ნ.ზ. უმიკოვი, 1947)

ქართული ძველი სამედიცინო წყაროების მიხედვით ატმის ფოთლების წვენი როგორც მრგვალი, ასევე ლენტისებრი ჭიების დამდენი საშუალებაა, პირის ღრუში არსებულ ცუდ სუნს აქარავებს (სპობს), ხოლო ატმის კურკის გამოხდილი ზეთი ყურის ტკივილს აწყნარებს (ნ. წუნუნავა, 1960).

ატმის ქერქისა და მაყვლის ფესვების ნახარშს აჭარაში სისხლდენის შესაჩერებლად ასმევენ ავადმყოფს (ზ. შენგელია, 1983). ატმის ყვავილებისა და ფოთლების ჭიისდამდენი თვისება ხაზგასმულია ავიცენას (1982) მიერაც. იგი ატმის ზეთის სარგებლიანობასაც აღნიშნავს ყურის ტკივილის დასაწყნარებლად.

ამჟამინდელ ხალხურ მედიცინაში ატმის ყვავილებისა და ფოთლების წყლით გამოწანვლილი შაქრიანი დიაბეტის სამკურნალოდ და ჭიისდამდენ საშუალებად გამოიყენება. დანაყილი ატმის ფოთლის მასას ჭრილობებზე იდებენ, მასვე იყენებენ აბსცესის, ფურუნკულის, დამწვრობის, სველი და მშრალი ეგზემის, ნეიროდერ-

მატიტების სამკურნალოდ. ატამი დიურეზს (შარდდენას) აძლიერებს (ი. ნურალიევი, 1989).

ხალხურ მედიცინაში ფოთლების წვენი გამოიყენება სახსრებისა და თავის ტკივილის, აგრეთვე კუჭ-ნაწლავის დაავადებების სამკურნალოდ. ფოთლების ნახარშს უნიშნავენ კანის დაავადებების, ეგზემის, ბღერის (მუნის) დროს, ხოლო ყვავილების ნახარშს კი როგორც შარდმდენ და გამხსნელ საშუალებას (კ. ხაიდაროვი, 1988).

✓ აღმოსავლური ნაჰში - PICEA ORIENTALIS LINK.



ფიჭვისებრთა ოჯახს ეკუთვნის. 60 მეტრამდე სიმაღლის ხეა, დიამეტრში კი 2 მეტრამდე აღწევს. ხშირი დატოტვის გამო ვარჯი ძალიან კომპაქტურია და წვიმას თითქმის არც კი ატარებს. ღერო დაფარულია ნაცრისფერი დაშაშრული ქერქით. ბოლობლაგვი მოკლე (7-10 მმ) ოთხწიბოიანი, მუქი მწვანე წიწვები მთელი ყლორტის ირგვლივ მორიგეობითაა განლაგებული. მამრობითი ყვავილები ცილინდრულ თავთავისებრ თანაყვავილედადაა შეკრებილი ყლორტის ქვედა ნაწილში. მდებდრობითი მონითალო ან მწვანე ყვავილები უფრო ხშირად ხის კენწრულ ნაწილშია ყლორტების დაბოლოებებზე ჩურჩხელასავით

ჩამოკიდებული. ზრდასრული გირჩი თითისტარისებრ-ცილინდრულია. გავრცელებულია ძირითადად დასავლეთ და სამხრეთ საქართველოში, აგრეთვე აღმოსავლეთ საქართველოს დასავლეთ რაიონებში. კარგი ზრდით, ზღვის დონიდან 1500-1700 მ სიმაღლეზე ხასიათდება, საერთოდ კი მთაში 2400 მეტრამდე სიმაღლეზეც გვხვდება ქარისაგან დაცულ ადგილებში.

აღმოსავლური ნაძვი მეზოფიტი ჯიშია, ნორმალურად ტენით უზრუნველყოფილ ნოყიერ ნიადაგზე იზრდება.

ნაძვის მერქანს ფრიად მრავალმხრივი გამოყენება აქვს სახალხო მეურნეობაში (მშენებლობა, მსუბუქი მრეწველობა, საავეჯო ნარმოება, ცელულოზა-ქაღალდის ნარმოება და სხვა).

ნაძვის ფისისაგან შესაძლოა კოლოფანის, სკივიდარის და ხის ძმარის დამზადება. ქერქი შეიცავს ტანივებს, რომელიც განსაკუთრებით ბევრია ზრდაში ჩამორჩენილ-დაჩაგრული ხეების ქერქში, ამიტომ ფართო შესაძლებლობა ისახება ქერქის ფეხსაცმლის ნარმოებაში გამოყენებისა ტყევის გასათრიმლავად. ნიწები 400 მგ პროცენტზე მეტ C ვიტამინს შეიცავს და გამოიყენება ვიტამინოვანი კონცენტრატების მოსამზადებლად, აგრეთვე სურავანდის საწინააღმდეგო ნაყენებისათვის. ხალხური მედიცინა ნაძვის ნიწებს აბაზანებისათვის იყენებს რევმატიზმის სამკურნალოდ.

არცთუ დიდი ხნის წინათ მედიცინამ პრეპარატ პინაბინის გამოყენება დაიწყო, რომელიც ნაძვის ან ფიჭვის ნიწებიდან მიღებული ეთერზეთის 50 პროცენტთან ხსნარია ატმის ზეთზე. პინაბინი სპაზმოლიტურად მოქმედებს შარდგამომყოფი გზების მუსკულატურაზე, ზღუდავს პათოგენური (ავადმყოფობის გამომწვევი) ბაქტერიების განვითარებას. იგი რეკომენდებულია, როგორც შარდმდენი საშუალება თირკმლების კენჭოვანი დაავადების და თირკმლის ქვალის დროს. იღებენ 5-20 წვეთს შაქრით დღეში სამჯერ ჭამამდე 15-20 წუთით ადრე 4-5 კვირის განმავლობაში. პინაბინის მიღება დასაშვებია მხოლოდ ექიმის გამოწერით (მაშკოვსკი, 1967).

ნაძვის კვირტების ნაყენს ცდიან, როგორც საშუალებას ანთებადი პროცესების სამკურნალოდ და სასუნთქი გზების სპეციფიკური დაავადებების (რინიტი, კატარი, ანგინა, ბრონქიალური ასთმა და სხვა) წინააღმდეგ.

ხალხურ მედიცინაში ნაძვის ჩვილი ყლორტების არაყზე ნაყენს იყენებენ ტუბერკულოზის დროს (ვ. გ. მინაევა, 1970).

ბაბუნა - MATRICARIA MATRICARIOLDES (M.DISCOIDEA) L.



ბაბუნას მეცნიერული წოდება მატრიკარია დისკოიდია, მატრიკარია მატრიკარიოიდეს. ბაბუნა რთულყვავილოვანთა ოჯახის 5-30 სმ სიმაღლის, ფესვის ყელიდანვე დატოტვილი, ორჯერ ფრთისებრ ვიწრო ხაზურ ნაკვეთებად დაყოფილ ფოთლებიანი, სპეციფიური სუნის მქონე მცენარეა. კალათები თავგამსხვილებულ ყუნწებზე ზის, მათი ყველა ყვავილი მილისებრია, ძალიან წვრილი და 4 კბილიანი, მომწვანო ყვითელი. იზრდება რუდერალურ ადგილებში, გზისპირებზე (ა. მაყაშვილი, ტ II, 1953).

ბაბუნა გვირილების მსგავსი მცენარეა, მაგრამ მათგან იმით განსხვავდება, რომ მას კალათა ყვავილების განაპირას თეთრი ენისებრი ყვავილები განვითარებული არა აქვს, გვირილებს კი ასეთი ენისებრი ყვავილები აქვთ. საქართველოს მცენარეების სარკვევში (ტ. II 1969) მატრიკარიას გვარიდან ორი სახეობაა აღწერილი - მატრიკარია რეკუტატა და ბაბუნა. საქმე ისაა, რომ მატრიკარია რეკუტატა მხოლოდ აჭარისთვისაა მითითებული, ისიც ფრიად შეზღუდული არეალით, ამიტომ ის როგორც სამკურნალო მცენარე მოსახლეობისათვის პრა-

კტიკულად ხელმიუწვდომელია. სამკურნალოდ ვარგისი ე.წ. საფთიაქო გვირილა კი ჩვენთან საერთოდ არაა, ამიტომ მოსახლეობისათვის უფრო ხელმისაწვდომია ხალხურ მედიცინაში გამოყენებული ბაბუნა, რომელიც ჩვენში ლიტერატურული წყაროებით მხოლოდ აფხაზეთის, მთიულეთისა და მესხეთისთვისაა მითითებული. ჩვენ კი, იგი ხშირად შეგვხვდებოდა ჯავახეთშიც, კერძოდ ნინოწმინდის რაიონის სოფელ გორელოვკასა და სხვა სოფლების ეზო-კარ-მიდამოებში და სასაქონლო ფერმების შემოგარენში.

ბაბუნა სამკურნალოდ სააფთიაქო გვირილის დონეზე გამოიყენება. მას ყვავილობის პერიოდში აგროვებენ და ჩრდილში ახმობენ მთელ მინისზედა ნაწილებს და არა მარტო კალათა ყვავილებებს, როგორც ეს სააფთიაქო გვირილის შემთხვევაში კეთდება.

ბაბუნა როგორც ხალხურ, ასევე მეცნიერულ მედიცინაში ცნობილია, როგორც სპაზმებსწინააღმდეგო, დამანყნარებელი, ტკივილგამაყუჩებელი, ოფლმომგვრელი, გაზებგამომდევნი და ანთების საწ-

ინალმდეგო საშუალება. შინაგანად მიღებისას მისი პრეპარატები ნაღვლის დენას აძლიერებს, გარეგან ხმარებისას კი ანთების საინალმდეგოდ მოქმედებს, ხალხურ მედიცინაში მას ურჩევნ შაკიკისა და უძილობის შემთხვევებში. როგორც ანთების საინალმდეგო საშუალება, ბაბუნა სასარგებლოა კუჭ-ნაწლავის კატარის, გაციებისა და მალარიის დროს ასისტავასთან ერთად (ერთმანეთში თანაბარი რაოდენობით ურევნ).

მეცნიერულ მედიცინაში ბაბუნა მოწონებულია, როგორც მენსტრუაციის მარეგულირებელი კარგი საშუალება (ძალიან ცოტა და ძალიან ბევრი სისხლდენის შემთხვევებში). გარეგან სახმარად ბაბუნა გამოიყენება პირის ღრუს ლორწოვანი გარსის ანთების, ჩირქოვანი მუწუკების, ჭრილობების, თვალის ანთებითი პროცესების ჩასაქრობადაც კი (ა.პ. პოპოვი, 1974).

მოხმარების წესები: 15 ან 20 გრ ნედლეულს (კალათა ყვავილეებს ან მთლიანად მიწისზედა ნაწილებს) 200 მლ წყალს ასხამენ და 5-7 წუთს ხარშავენ. სვამენ 2-3 სუფრის კოვზ ნახარშს დღეში 3-4-ჯერ.

სპირტზე ნაყენს (20 გრ ნედლეული 100 გრ სპირტზე) 30 წუთს სვამენ ერთ სუფრის კოვზ წყალში განზავებით დღეში სამჯერ.

ფოთლებისა და ყვავილების ფხვნილს 2 გრ-ს იღებენ დღეში სამჯერ. პირში გამოსავლებად 1 ნაწილ ბალახს 20 ნაწილ მდულარე წყალს ასხამენ; უფრო მაგარი ნაყენისათვის კი 1 ნაწილზე 10 ნაწილ მდულარე წყალს ასხამენ. სიყვითლის შემთხვევაში აბაზანებისათვის 50 გრ ბალახს იღებენ ერთ ვედრო წყალზე. ნიკრისის ქარის, რევმატიზმისა და ხელებისა და ფეხების შეშუპების დროს 200 გრ ბალახს იღებენ ერთ ვედრო წყალზე, რომელსაც ერთ ჭიქა (ჩაის ჭიქა) მარილს ამატებენ (ა.პ. პოპოვი, 1974).

ბაბუნა შესანიშნავი საშუალებაა ენტომომავენებლების წინააღმდეგ. ბაბუნას გამოყენებით, ეფექტურად მოვსობთ მავნე მწერებს და ამით თავიდან ავიცილებთ ადამიანისათვის ესოდენ საშიში ქიმიკატების ამ მიზნით გამოყენებას (მ.ი. ნეიშტადტი, 1963).

ბადრიჯანი - SOLANUM MELONGELA L.

ფართოდ ცნობილი ბალჩეული კულტურაა. მასში სასარგებლო ნივთიერებების შემცველობა პროცენტებში შემდეგი მაჩვენებლებით ხასიათდება: შაქარი - 3-5; სახამებელი - 1,3-1,5; პექტინები - 0,4; ორგანული მჟავები - 0,2-0,3; ცილები - 1,2; ამინომჟავები მგ %: შეუცვალებადი ამინომჟავები 993, შეცვალებადი ამინომჟავებიდან ყველაზე მეტია გლიუტამინისა (195) და ასპარაგინის (174) მჟავები, შეიცავს C, B₁, B₆ ვიტამინებს. მაკროელემენტებიდან შეიცავს კალიუმს, კალციუმს, მაგნიუმს, გოგირდს, ფოსფორს და ქლორს, მიკროელემენტებიდან კი ალუმინიუმს, რკინას, იოდს, კობალტს, მარგანეცს, სპილენძს, თუთიასა და სხვა.

მცირეკალორიულობის გამო ბადრიჯანი სასარგებლო საკვებია მსუქანთათვის.

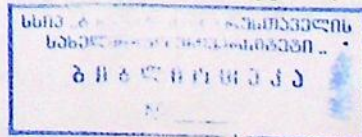
თანამედროვე მედიცინაში რეკომენდებულია, როგორც დიეტური საშუალება ათეროსკლეროზის, ნაღვლის ბუშტისა და თირკმლების კენჭოვანი დაავადების მკურნალობასა და პროფილაქტიკაში. კალიუმის დიდი რაოდენობით შემცველობის გამო გულის მუშაობას აუმჯობესებს და შარდდენას აძლიერებს (ი. ნურალიევი, 1989). ამავე

ავტორის მიხედვით იგი განსაკუთრებით სასარგებლოა სისხლნაკლებობის შემთხვევაში. თუ ავადმყოფი 100-200 გრამ ბადრიჯანს მიიღებს დღეში ოთხჯერ, მაშინ მისთვის რკინის, სპილენძისა და თუთიის შემცველი პრეპარატების მიღება საჭირო აღარაა.

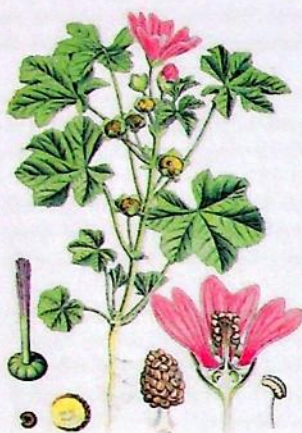
გადამნიფებულ ბადრიჯანში მკვეთრად იზრდება ალკალიიდების რაოდენობა და მასთან დაკავშირებით მონამგლის შესაძლებლობაც. ბადრიჯანით მონამგლის სიმპტომებია გულისრევა, პირღებინება, კუჭის აშლა, ჩხვლეტები ნაწლავებში, გონების დაკარგვა, კრუნჩხვები, სულისხუთვა, ციანოზი. ექიმის მოსვლამდე ავადმყოფს რძეს ასმევენ და კვერცხის ცილას აძლევენ (ვ. ო. კოტოკი, 1968).

ავიციენა (1982) შემდეგნაირად ახასიათებს ბადრიჯანს: ძველი ანუ გადამნიფებული ბადრიჯანი მავნეა. ბადრიჯანი კიბოს სიმსივნეებსა და თავის ტკივილს იწვევს (ეს შენიშვნა დღემდე მედიცინაში შემონიშნული არაა მ. ხიდაშელი).

ავიციენას სასარგებლოდ მიაჩნია ძმრით შექმნილი ბადრიჯანი. მისი გამხმარი და ფხვნილადქცეული ყუნწებისაგან ბუასილის სამკურნალო მალამო მზადდება; კერძოდ სწორი ნაწლავის გარეთ ანალურ ხვრელთან არსებულ პარკისებრ-მეჭექებისებრი გამონაზარდების (კვანძების) სამკურნალოდ.



ბალბა- MALVA SILVESTRIS L.



ბალბისებრთა ოჯახის 30-120 სმ სიმაღლის ორწლოვანი (იშვიათად ერთწლოვანი), შებუსხვილი ან თითქმის შიშველი, მთავარწერძა ფესვიანი ბალახია. გრძელყუნწიანი, გარშემოწერილობის მიხედვით მომრგვალო გულისებრი, უფრო ხშირად 5-7 ნაკვთიანი, კიდეებში ხერხისებრ დაკბილული ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული. ფოთლები თათისებრ არცთუ ღრმად დანაკვთულია, ფოთლის ყუნწების ძირში არსებული თანაფოთლები ოდნავ წაგრძელებული ბაცი-მწვანე და ნაპირებში წაწმამებიანია. 35-40 მმ სიმაღლის ვარდისებრი ყვავილები ჯგუფურად (2-5 ერთად) ფოთლების ილიებშია განლაგებული. ყვავილის გვირგვინი 5 ფურცლიანია, რომელთაც მუქი ვარდისფერი ზოლები ჩასდევს მთელს სიგრძეზე, ფორმით უკუკვერცხისებრი ყვავილის ფურცლები ძირში ფრჩხილისებრ შევიწროებულია, თავში კი ღრმად მოჭრილი. ბუტკო 10 (9-13) ნაყოფფოთლოაკისგან შედგება. ნაყოფი ურმისთვალისებრ ბრტყელი მრავალთესლეკიანია. ყვავის ივნის-სექტემბერში. იზრდება მთის შუა სარტყლამდე ბუჩქნარში, კალთაშეთხელებულ ტყეებსა და ტყის მდელოებზე, რუდერალურ ადგილებში საქართველოს ყველა რაიონში.

სამკურნალოდ ფესვები, ფოთლები და ყვავილები გამოიყენება წყალზე ნაყენის სახით ნაწლავებისა და ბრონქების კატარალური ანთების დროს, აგრეთვე შებენი მთავარწერძის დროს.

ქართულ ხალხურ მედიცინაში იგი ამოსახველებელ საშუალებად იხმარებოდა (ნ. წუნუნავა, 1960).

ყვავილების გვირგვინის ფურცლების წყალზე ნაყენი გამოიყენება მშრალი ხველის, ყელის კატარის, ხმაჩახლეჩილობის (უკანასკნელ შემთხვევაში ყელში გამოსაყვებად) დროს. ამავე მიზნით გამოიყენება ფოთლებიცა და ფესვებიც. ყვავილებს იღებენ 30-60 გრ-ს 1 ლ მდულარე წყალზე. ყვავილებს ჩვეულებრივ სხვა მცენარეებს უმატებენ: წინიბურას ყვავილებს, ორფერს, ვირისტერფას ყვავილებსა და ველური ყაყაჩოს ყვავილის გვირგვინის ფურცლებს. ყველა კომპონენტს თანაბარი რაოდენობით ურევენ ერთმანეთში. ამ ნარევიდან იღებენ 50 გრ ნედლეულს, ასხამენ 1 ლ მდულარე წყალს, მთელ ღამეს თბილ ფურნაკში ინახავენ ან თერმოსში ასხამენ. ამ ნაყენს ერთი დღის განმავლობაში 5-6 ჯერზე სვამენ (მ. ა. ნოსალი, ი. მ. ნოსალი, 1960).

ამავე ავტორთა მიხედვით ელენთის შეშუპების (გადიდების) შემთხვევაში შემდეგი ნარევის ცხელ აბაზანებს იკეთებენ: ბალბის მთელი მიწის ზედა ნაწილები - 200 გრ, მამულას მიწის ზედა ნაწილები - 150 გრ, გვირილის ყვავილები - 150 გრ, შვირის მარცკლები (ერთლიტრიანი ჭურჭლის რაოდენობით), მთელს ამ ნარევის 5 ლ მდულარე წყალს ასხამენ და მასში მთელი დღის განმავლობაში ალბობენ, საღამოთი კი ადუღებენ და სააბაზანოდ განკუთვნილ წყალში (აბაზანაში) ასხამენ. აბაზანებს უშუალოდ ძილის წინ იკეთებენ.

ბულგარეთის ხალხურ მედიცინაში ფართოდ გამოიყენება მომწელებელი სისტემის ანთებითი დაავადებების, ხველის, ცისტიტის, ქოლეცისტიტის დროს, გარეგანსახმარად კი ბლეფაროკონიუნქტივები, პაროტიტის (ყბაყურის) და ნაირგვარი ჩირქოვანი ჭრილობების სამკურნალოდ (ურუმოვი, 1935).

მოხმარების წესები: 1 სუფრის კოვზ წვრილად დაჭრილ ბალბის ფოთლებს 200 მლ ცივ წყალს ასხამენ და 5 საათის განმავლობაში დგამენ. ამ დოზას 2-3 ჯერზე სვამენ ერთი დღის განმავლობაში ყელუპოვით.

1 ჩაის კოვზ წვრილად დაჭრილ ყვავილებს 200 მლ მდულარე წყალს ასხამენ. 10 წუთის შემდეგ წურავენ და ამ დოზას დღეში 3 ჯერზე სვამენ.

პირის ღრუში გამოხველებად და კომპრესებისათვის 2 ჩაის კოვზ ფოთლებს ან ყვავილებს ან ორივეს ერთად 200 მლ მდულარე წყალს ასხამენ, 10-15 წუთს დგამენ და ამის შემდეგ დანიშნულებისამებრ იყენებენ (დ. იორდანოვი და თანაავტორები, 1973).

ისევე როგორც მოლოქის თესლს, ბალბის თესლსაც ფხვნილის სახით წარმატებით იყენებენ გართულებული ხველების სამკურნალოდ. თითო ჯერზე 1 ჩაის კოვზ ფხვნილს ნახევარ ჭიქა (100 მლ) წყლის მიყოლებით სვამენ (ნ. ნ. ბელოჩალოვი).

ბულგარელმა ნათელმზილველმა, მსოფლიოში ცნობილმა ქალბატონმა ვანგამ ლეიკემიით (სისხლის გათეთრება) შეპყრობილ მოზრდილ ადამიანს ბალბის ფესვების წვენის, ხოლო იმავე სენით შეპყრობილ ბავშვს ბალბის ნაყოფის წვენის დალევა ურჩია. ამას ქალბატონი ვანგა იმით ხსნის, რომ ადამიანის ორგანიზმში იმდენად ინდივიდუალურია, რომ კონკრეტულ მკურნალობას მოითხოვს.

ბარამბო - MELISSA OFFICINALIS L.



ტუჩოსანთა ბოტანიკური ოჯახის მრავალწლოვანი, ოთხწახნაგ-ოვანლეროიანი, 30-120 სმ სიმაღლის ბალახია. მთელი მცენარე ნაზ-ბუსუსებიანია, განსაკუთრებით აყვავებამდელ ფაზაში. გრძელყუნ-ნიანი ფოთლები კვერცხისებრ-გულისებრია, კიდეებში ბლაგვი, მსხვილი კბილებით, ღეროზე ერთი მეორის მოპირის პირედ აარის გან-ლაგებული.

მოვარდისფრო-მოყვითალო თეთრი ყვავილები ფოთლების ყუნ-ნების ილიებში 3-10 ცალის რაოდენობით ცალმხრივა ჩხროებადაა განლაგებული ღეროს ზედა ნაწილში. ყვავის ივნის-აგვისტოს განმავ-ლობაში. გავრცელებულია ტყეებში, ტყისპირებში, ნესტიან ხეებში, ზოგჯერ სარეველა ბალებში, როგორც ბოსტნეული, ეთერზეთოვანი და თაფლოვანი მცენარე. იგი ოდითგანვეა ცნობილი.

გამოიყენება, როგორც ნერვების დამაწყნარებელი, საკვების მომწელებელი, მასტიმულირებელი, მადისმომგვრელი და პირღებ-ნების შემაჩერებელი საშუალება (დ. იორდანოვი და თანაავტორები, 1968). მედიცინაში მისი ეთერზეთი გამოიყენება, როგორც საგულე, რეკმატიზმის საწინააღმდეგო, ნერვებადამაწყნარებელი და ოფლმო-

მდენი საშუალება (ვ. გ. აგვევი, 1989).

მასში არსებულ ეთერზეთს ლიმონის არომატი აქვს და ფართოდ გამოიყენება პარფიუმერიაში, ლიქიორ-არაყის წარმოებაში, მედიცინაში და კვების მრეწველობაში (ი.ა. გუბანოვი და თანაავტორები, 1976). ბარამბო საქართველოში ფართოდ არის გამოყენებული გულისა და ღვიძლის დაავადებების სა-მკურნალოდ. ნ. ნ. ბელოჩალოვის მტკიცებით ბარამბო დაბლა სწვეს სისხლის წნევას. ა.პ. პოპოვი (1974) ხაზს უსვამს მის გაზგამომდევნ, შარდმდევნ და დამაწყნარებელ თვისებებს.

ავიცენას (1982) მტკიცებით გულს ამაგრებს, პირის ღრუში ცუდ სუნს აქრობს, ხელს უწყობს მონე-ლების გაუმჯობესებას და აჩერებს სლოკინს.

არის მონაცემები იმის თაობაზე, რომ ბარამბოს პრეპარატების გამოყენება დადებით გავლენას ახ-დენს გულით დაავადებულზე: მათ უქრებათ სულისხუთვის შეგრძნებები, წყდება ტაქიკარდიის შე-ტევები, უქრებათ ტკივილები მკერდის არეში. მათი მიღების შემდეგ ნელდება სუნთქვის სიხშირე, იმზიათდება გულის კუნთის კუმშვის სიხშირე და მცირდება სისხლის წნევა (ი.ვ. ზოზი, 1962).

ბარამბოს იყენებენ ნახარშის სახით: 10-15 გრ ნედლეული (ძირითადად ფოთლები და ჩვილი ღერ-ოების კენწრული ნაწილი) 200 მლ წყალზე, ადულებენ 5-7 წუთს. ილებენ თითო სუფრის კოვზს დღეში სამჯერ, გარეგანი ხმარებისათვის სპირტზე ნაყენსაც ამზადებენ (25 გრ 100 მლ სპირტზე ან ორნახად ჭაჭის არაყზე), სვამენ 15 წვეთს დღეში სამჯერ 1 სუფრის კოვზ წყალში განზავებით (ა.პ. პოპოვი, 1974).

ბარამბოს წყლით გამოწვლილ ჩაის (20 გრ ხმელი ბალახი 1 ლ წყალზე) სვამენ თითო სუფრის კოვზს ყოველგვარი ნერვული დაავადებების სამკურნალოდ, კუჭის ნევროზის დროს, ნაწლავების შე-ბერვისა და ჩხვლეტების, შაკიკის, თავის ტკივილის, გაძლიერებული გულისცემის, თავბრუსხვევის, ორსულობის პერიოდში პირღებინებისა და კბლის ტკივილის დროს (პირში ჩაგუბებით) (მ.ა. ნოსალი, 1960).

სტილიანოვი (1973) ურჩევს წვრილად დაჭრილ ორ სუფრის კოვზ ნედლეულზე ორი ჭიქა მდულარე წყლის დასხმას, რომელიც ერთ დღე-ღამეში მისაღებ დოზას წარმოადგენს.

ბატის მარწყვა ბალახი - POTENTILLA ANSERINA L.

ვარდოსანთა ოჯახის მრავალწლოვანი, მხოზავყლორტებიანი, მუხლებში (კვანძებში) ფესვებ-გამოსხმული და ნიადაგზე მიმაგრებული მცენარეა. ფოთლები წყვეტილ ფრთისებრია, ქვემოდან (ზოგჯერ ზემოდანაც) მოთეთრო ქეჩისებრბუსუსიანი. 20 მმ-მდე დიამეტრის ოქროსფერ-ყვითელი ყვავილები ფესვის ყელიდან ამოსულ, საკმაოდ გრძელ (15-20 სმ) საყვავილე ღეროებზე სათითაოდაა განლაგებული. ყვითელი ყვავილის გვირგვინი 5 ფურცლისგან შედგება. ყვავის მაის-აგვისტოს განმავ-ლობაში წყალსაცავების ნაპირებზე, გუბის პირას, მინდვრებში, მთის ქვედა სარტყლიდან ზედა სარ-ტყლამდე აფხაზეთში, ქართლში, თრიალეთში, ჯავახეთში, მესხეთში. ფოთლები მწკლარტე გემოსია.

დღი რაოდენობით ტანიინებმცველობის გამო ბატის მარწყვაბალახს ოდითგანვე იყენებდნენ კუჭის აშლილობის, სისხლდენის, უხვი ლორწოვანი გამონაყოფის დროს, აგრეთვე პირის ღრუში გამ-ოსავლებად ღრძილებიდან სისხლდენისა და ენის ზედაპირის დახეთქვის შემთხვევებში. მართალია სა-მკურნალოდ მთელ მცენარეს იყენებენ, მაგრამ განსაკუთრებით მისი ფესურები კარგი შემკვრელი



საშუალებაა. ამ ბოლო დროს ბატის მარწყვბალახით დაინტერესდნენ ფარმაკოლოგები, რომლებმაც ამ ბალახის კუნთებშემკუმშავი და სპაზმოლიტური ზემოქმედების უნარი დაადგინეს (Smetana, Fizcher, 1963).

ხალხური მედიცინის მიერ ბატის მარწყვბალახი რეკომენდებულია ტუბერკულოზის, სურავანდის, თიაქრის, სისხლღებინების, საშვილოსნოს დაწვეისა და საშარდე ბუშტის ქვიშისებერ დანალექებიდან გასაწმენდად (ვ. გ. მინაევა, 1970).

მთელი მცენარის წყალზე ნაყენს (20 გრ 1 ლ მდულარე წყალზე) თითო ჭიქას დღეში სამჯერ სვამენ კუჭის სპაზმოლიტური ტკივილების დროს, კუჭ-ნაწლავების არაჯანსაღი მდგომარეობის, ღვიძლის დაავადებისა და შეკრულობის შემთხვევებში. ასეთსავე ნაყენს სვამენ და მის კომპრესებს იყენენ საშვილოსნოს არეში ძლიერი ტკივილებისა და მტკივნეული მენსტრუაციის დროს, მაგრამ ამ შემთხვევაში უფრო ეფექტურია ამ ბალახის რძეზე ნახარში (1 ჩაის კოვზი თესლები 1 ჭიქა მდულარე რძეზე). ადულებენ 5 წუთს და ორჯერ, დილას და საღამოს სვამენ. ბატის მარწყვა ბალახის თხის რძეზე ნახარში ძლიერ შარდმდენ საშუალებად ითვლება ისე, რომ თირკმლებს არ ალიზიანებს. ბატის მარწყვა ბალახისა და ჭვავის მცენარის წვენს, ერთმანეთში თანაბარი რაოდენობით არეულს დღეში 3 სუფრის კოვზს სვამენ ნალველსადინარებისა და ნალვლის ბუშტის კენჭოვანი დაავადების დროს (მ. ა. ნოსალი, 1960, ა. პ. პოპოვი, 1974).

ბატის მარწყვა ბალახის წვენის სველ საფენებს ჭრილობებზე იყენენ. დასავლეთ ევროპაში ამ ბალახს კრუნჩხვების საწინააღმდეგო საშუალებად იყენებენ (ვ. გ. მინაევა, 1970).

ავიცენას (1982) მტკიცებით ბატის მარწყვა ბალახის წყლით ნაყენის სმითა და გარეგანად სველსაფენების ხმარებით, სახსრების ტკივილს აყუჩებენ, აგრეთვე საჯდომი ნერვის ანთებას. მისი ფესვების ნახარშის პირის ღრუში ჩაგუბება კბილის ტკივილს შველის. ფოთლების ღვინოზე ნაყენს 30 დღის განმავლობაში ასმევენ ეპილეფსიიან ავადმყოფებს. მისი ფესვების წვენი მარილსა და თაფლში არეული, რამოდენიმე დღის განმავლობაში მიღების შემთხვევაში სასარგებლოა სიყვილისა და ღვიძლის ტკივილების დროს. ერთ ჯერზე აძლევენ 2, 12, გრ ამ ნარევს.

ავიცენასვე მიხედვით ამ მცენარის ფესვების ნახარში სასარგებლოა ნაწლავთა წყლულის, კუჭის ამლილობისა და ბუასილის დროს

ბაღის პიტნა - MENTHA PIPERITA L.



ბაღის პიტნა ტუჩოსანთა ოჯახის წარმომადგენელია. მრავალწლიანი, ძირიდანვე დატოტვილღეროიანი და ფესვურიანი მცენარეა. ფესვურიდან მიწისპირიდანვე დატოტვილი ოთხწახნაგოვანი რამოდენიმე ღერო იზრდება. ღეროები მოიხსნეო შეფერვისაა. ტოტებიც და ფოთლებიც ერთმეორის პირისპირაა განლაგებული. ღეროს ქვედა ნაწილის ფოთლები ზედასთან შედარებით უფრო გრძელფუნჯიანია. ფოთლის ფირფიტა წაგრძელებულ-კვერცხისებრია, ბოლოწვეტიანი, გულისებრი ფუძითა და კიდეებში ხერხისებრი კბილებით, ზემოდან მუქი, ქვემოდან კი უფრო მკრთალი მწვანე ფერის, ფოთლის საშუალო სიგრძე 3-6 (8), ხოლო სიგანე კი 1,5-2 (3) სმ ფარგლებში მერყეობს (ი.ა. ალექსინა, ა.ი. ბანკოვსკი, 1962), მონითალო ყვავილები ცრურგოლებადაა შეკრებილი კენწროსა და ტოტების დაბოლოებებზე არსებულ თავთავისებრ ყვავილეებში. თანაყვავილეები ჯაგრისებურია, ყვავის ივნისის ბოლოდან სექტემბრამდე. ნაყოფი ვითარდება ძალიან იშვიათად. საქართველოში ფართოდ კულტივირებული მცენარეა, ზოგან გაველურებულიც გვხვდება.

მთელი მცენარე ეთერზეთებს შეიცავს. ფოთლებში იგი 2,7 პროცენტამდეა, ყვავილეებში კი - 6 პროცენტამდე, ეთერზეთი გამოიყენება კვების მრეწველობის მრავალ დარგში სასმელების, ლიქიორის და საკონდიტრო ნაწარმის პრომატიზირებისათვის (ფ.ე. ბოლოტინა და სხვები, 1963).

მედიცინაში პიტნისაგან მიღებული მენტოლი ნევრალგიურ ტკივილგამაყუჩებლად გამოიყენება გარეგანი ხმარებით, აგრეთვე შაკიკის, კბილის ტკივილის დროს. ანტისეპტიკურ საშუალებად გამოიყენ-

ნება სურდოს, ხახის კატარის, ბრონქიტის და ბრონქოესტაზის დროს.

მენტოლის მიღება რეკომენდებულია სტენოკარდიის, კუჭის ტკივილის დროს. მას ადგილობრივი ტკივილგამაყუჩებელი სპაზმოლიტური და ანტისეპტიკური თვისებები გააჩნია. ინვეს კორონალური ძარღვების რეფლექტორულ გაგანთიერებას.

პიტნის ფოთლების ნაყენი და მიქსტურა გამოიყენება, როგორც გულისრევის და პირღებინების საწინააღმდეგოდ, აგრეთვე საჭმლის მონელების გასაუმჯობესებლად (ი.ა. ალექსინა, ა.ი. ბანკოვსკი, 1962).

ხალხი სამკურნალოდ გამოყენებისას პიტნის სახეობებს არ არჩევენ. ბალის პიტნის გარდა სამკურნალოდ ხმარობენ და ზოგჯერ უპირატესობებსაც ანიჭებენ ველურად მოზარდ პიტნის სხვა სახეობებსაც: ტენცო, ტყის პიტნა, ომბალო.

მ.ა. და ი.მ. ნოსალების (1960) მიხედვით ბალის პიტნა უპირატესად კუჭის წვენი მჟავიანობის (მჟავე გულწვისა და ბოყინის) დროს გამოიყენება, იმ შემთხვევაში, თუ მას შეკრულობა არ ერთვის თან. ასეთ შემთხვევაში შემდეგ ნარევს იყენებენ: ბალის პიტნის ფოთოლი 15 გრ, წყლის სამყურა 2 გრ, ფარსმანდუკის ყვავილები 15 გრ, კამის თესლი 15 გრ, კრაზანა 30 გრ. ამ ნარევს 2 სუფრის კოვზის რაოდენობით 2 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ და 2 საათის განმავლობაში თბილ ლუმელში დგამენ, ფილტრავენ და ერთი დღის განმავლობაში ყლუპ-ყლუპობით სვამენ. ამავე ნარევს იყენებენ სხვა სახის გასტრიტების დროსაც.

კუჭის წვენის მაღალი მჟავიანობისას, შეკრულობის თანდართვით, შემდეგ ნარევს იყენებენ: ბერულა 15 გრ, ფარსმანდუკის ყვავილები 20 გრ, კრაზანა 30 გრ, ბალის პიტნა 20 გრ, გვირილის ყვავილები 10 გრ, მათიტელა 15 გრ, კამის თესლი 10 გრ, კელიავის თესლი 10 გრ, სვიის გირჩაკები 5 გრ, ხეჭრელის ქერქი 20 გრ, კატაბალახას ფესვები 10 გრ. ამ ნარევს 4 სუფრის კოვზის რაოდენობით (თითოეული კოვზი თავდადგმით სავსე) ასხამენ 1 ლ მდულარე წყალს და მთელი ღამე თბილ ლუმელში (ფურნაკში, დუხოვკაში) დებენ. დღით უზმოზე სვამენ 1 ჭიქას, დანარჩენს კი 4 ჯერზე მთელი დღის განმავლობაში, ყოველი ჭამიდან თითო საათის გასვლის შემდეგ.

მარტო პიტნას გულისა და ფილტვების დაავადებების, განსაკუთრებით ფილტვებიდან სისხლღებინების შემდეგ სამკურნალოდ იყენებენ. პიტნის ფოთოლს უხესისხლიანი მენსტრუაციისას იყენებენ შემდეგნაირად: 20 გრ ფოთოლს 500 გრ მდულარე წყალს ასხამენ, 2 საათს დგამენ და შემდეგ აძლევენ ავადმყოფს დასალევად.

პიტნის წვეთებს აძლევენ კუჭის აშლილობის, კუჭ-ნაწლავების სპაზმების, ჭრის შეგრძნების და გულსრევის შემთხვევებში.

მენტოლი სისხლძარღვების შევიწროვებას ახდენს სურდოს დროს. ამ მიზნით იგი შედის პრეპარატ ბორმენტოლის, პეკტუსინის და ინგაკამფის შემადგენლობაში.

ისე როგორც ჩვენს ქვეყანაში, ბულგარეთშიც პიტნის ზეთს კბილის პასტასა და ფხვნილს უმატებენ.

შაქრის ნატეხზე დასხმულ 2-4 წვეთს უნიშნავენ კუჭის არეში ტკივილებისას. ნაყენს შემდეგნაირად ამზადებენ: 2 ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ფოთოლს 1 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ. განურულ და დატკბილულ ნაყენს ყლუპ-ყლუპობით სვამენ ერთი დღის განმავლობაში. ფოთლის ფხვნილს (იმდენს რასაც დანის წვერი აიღებს) 1-2-ჯერ იღებენ დღში (დ. იორდანიოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

ბოსტნის ჭალისა - POLYGONUM PERSICARIA L.

წინიბურასებრთა ოჯახის 10-80 სმ სიმაღლის ერთწლოვანი ბალახია მარტივი ან დატოტვილი მთელ სიგრძეზე წვრილ ნალარებჩავლებული შიშველი ღეროთი. მოკლევუნწიანი ან კენწრულ ნაწილში თითქმის მჯდომარე ლანცეტა ან ხაზური 12-16 სმ სიგრძის, ზედა მხრიდან ხშირად მურა ფერის ლაქიანი, შიშველი ან ორივე მხარეს მეჩხერბუსუსიანი, კიდეებში გრძელწამწამებიანი ფოთლები მორიგეობითაა განწყობილი, ზოგჯერ კი თითო კვანძში 2-3 ფოთოლია განვითარებული. ფოთლების ყუნწების ძირში ღერომხვევი 3-12 მმ სიგრძის მილისებრი წარმონაქმნები მჭიდროდ ეკვრიან ღეროს და მოფენილია მილზე მიტყეცილი მოკლე ბეწვებით, ზედა კიდეები კი გრძელწამწამებიანია. ყვავილები ღეროს კენწეროსა და ტოტების დაბოლოებებზე მჭიდროდ 2-3 სმ სიგრძის თავთავისებურ ყვავილედებადა შეკრებილი. 2-3,5 მმ სიგრძის ყვავილთაწებები ვარდისფერია, იშვიათად თეთრი, ძირში კი მწვანეა და ღრმა ჩანაჭერებით 4 ნაწილადაა გაყოფილი. მტვრიანები უმეტესად ექვსია. თესლი განიერკვერცხისებრია, შავი და მბრწყინავი, ყვავის ივნისში და უფრო გვიანაც. იზრდება საქართველოს თითქმის ყველა რაიონში, გვხვდება რუების, ჭაობებისა და მდინარეთა ნაპირებზე, ნესტიან სახნავ ნაკვეთებზე, ბაღებში.

ბოსტნის წალიკა გამხსნელი ნაზი საშუალებაა და გამოიყენება ატონიური და სპასტიკური შეკრ-



სრულიად ჯანმრთელი ხდება (ნ.ნ. ბელოჩალოვი).

ულობისას, გააჩნია კარგად გამოხატული სისხლდენის შემაჩერებელი თვისება და სამედიცინო პრაქტიკაში გამოიყენება საშვილოსნოდან სისხლდენის შესაჩერებლად და ბუასილის სამკურნალოდ, გარდა ამისა გამოვლენილია მისი შარდმდენი და ჰიპოტენზიური გავლენა ექსტრაქტების სახით (ი.ი. სივერცოვი, 1953).

ხალხურ მედიცინაში ბოსტნის წალიკა ოდითგანვე გამოიყენება ქრონიკული ყაბზობისა და ბუასილის სამკურნალოდ, ბუასილური და საშვილოსნოდან სისხლდენის შემთხვევებში, აგრეთვე როგორც ძლიერი შარდმდენი საშუალება. სვამენ თხევად ექსტრაქტს 30-40 წვეთს დღეში 3-ჯერ ჭამის წინ 1-3 კვირის განმავლობაში (ვ.გ. მინაევა, 1970).

ნაყენს ამზადებენ შემდეგნაირად: 1 ნაწილ ბალახს 20 ნაწილ მდულარე წყალს ასხამენ და 20 წუთს დგამენ. სვამენ თითო სუფრის კოვზს დღეში სამჯერ (ა.პ. პოპოვი, 1974).

საშარდე ბუმბიტის ანთებისას სვამენ ბოსტნის წალიკის წყალზე ნაყენს. 4 დღის შემდეგ შეიმჩნევა მდგომარეობის გაუმჯობესება (წყნარდება ტკივილები, ხდება ჩირქის გამოყოფა) და ავადმყოფი

ბრინჯი - ORYZA SATIVA L.



ბრინჯის ბოტანიკური გვარი 20 სახეობას შეიცავს, რომელთა უმეტესობა ველურადმზარდი მცენარეებია და ტროპიკებში თვითნათესვით მრავლდება. ბრინჯის სამშობლოდ სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიას მიიჩნევენ. იგი ოდითგანვე საკვებ კულტურას წარმოადგენს ინდონეზიის, კორეის, შუა აზიის, ირანისა და სხვა ქვეყნების ხალხებისათვის.

ხალხურ მედიცინაში ბრინჯისა და სოიოს (პარკებიანად) ნახარში ბრონქიტისა და ბრონქიალური ასთმის სამკურნალოდ გამოიყენება. ბრინჯის მარცვალი მეძუძურ ქალებში რძის მომატებას იწვევს (ი.ა. დამიროვი და თანაავტორები, 1982).

ბრინჯის ნახარში პიტნისა და ხახვის დამატებით ოფლმომდენ, ანტიტოქსიკურ და სიცხის დამწვე საშუალებად გამოიყენება ანგინის, გრიპისა და პნევმონიის მკურნალობაში (ი. ნურალიევი, 1989). ამავე ავტორის მიხედვით აბუ მანსურას (X საუკუნე) აღწერით ბრინჯი პირის ღრუში ცუდ სუნს სპობს. ნესვის წვენით მოხარშულ ბრინჯის ფაფას ხმარობენ ჭორფლის მოსაცილებლად, ასევე გამოიყენება კანის სხვა პიგმენტური ლაქების მოსაცილებლად. მუხამედ ხუსეინ

შერაზის (XVIII საუკუნე) ცნობით ბრინჯი კარგ ძილს იწვევს, კლავს წყლის წყურვილს, ამცირებს კუჭის აშლილობას, სასარგებლოა თირკმლებისა და საშარდე ბუმბიტის დაავადებების შემთხვევებში.

თანამედროვე მედიცინაში, განსაკუთრებით პედიატრიის პრაქტიკაში ბრინჯის ბურღული და ნაირგვარი ფაფები ფართოდ გამოიყენება, როგორც დიეტური საშუალება. ბრინჯის ნახარშსა და სახამებელს ოდითგანვე იყენებენ, როგორც ფალარათის სანიწაღმდეგო საშუალებას (ლ.ი. სკლიაროვსკი, 1975). დადგენილია, რომ ბრინჯის ნახარში შეკრულობას იწვევს. ამიტომ ბრინჯის ლორწოვანი ნახარში სასარგებლოდაა მიჩნეული მწვავე და ქრონიკული კუჭის აშლილობის მქონე ავადმყოფებისათვის. ჩინეთში ბრინჯის ქატოს დაავადება ბერი-ბერის სამკურნალოდ იყენებენ. ბრინჯის ქატოსაგან მიღებული ზეთი კი კარგი კოსმეტიკური საშუალებაა (ი. ნურალიევი, 1989).

ბროწიულის - PUNICA GRANATUM L.

ბროწიულისებრთა ოჯახში შედის. საკმაოდ ტანმალალი (1-5მ) ხშირტოტებიანი, ეკოლოგანი ბუჩქია. ახალგაზრდა ტოტები მომწვანო-ნაცრისფერია, წიბოებიანი, დამოკლებული ტოტები ეკლით ბოლოვდება. ფოთლები მოპირისპირეა ან შეჯგუფული, ტყავისებრი, მბრწყინავი, ელიფსური ან მოგრძო ლანცეტა, კიდემთლიანი. ყვავილები კამკამა წითელია. მრგვალი ნაყოფის დიამეტრი 15 სმ-მდე



აღწევს, წონით კი 700 გრამამდე. 1000 ცალი თესლის წონა 19,4-21 გრამს აღწევს. თესლებს წვნიანი ხორცოვანი რბილობი აკრავს. ყვავის მის-ავგისტოში, ნაყოფი კი სექტემბერ-ოქტომბერში მწიფდება. ბუნებრივად გავრცელებულია როგორც დასავლეთ საქართველოში, ისე აღმოსავლეთშიც. იზრდება მშრალ ქვა-ლორღიან ფერდობებზე, კულტურა ფართოდაა დანერგული საქართველოს ბარში. ბუნებრივად იგი 600-900 მეტრამდე სიმაღლეზე გვხვდება ზღვის დონიდან, უფრო ხშირად კი 600 მეტრამდე. ბრონეულის ნაყოფის კანსა და ლეროტოტების ქერქს ტყავის შავად შესაღებად ხმარობდნენ. ნაყოფის კანისა და ძალას (რკინის შაბიამანი) მეშვეობით შესაძლოა შავი მელანის დამზადება.

სამკურნალოდ ნაყოფის კანი, ლეროს, ტოტებისა და ფესვების ქერქი გამოიყენება პარაზიტი ლენტური ჭიების წინააღმდეგ, აგრეთვე შემკვრელ საშუალებად კუჭ-ნაწლავის აშლილობისას. მის შემადგენლობაში არსებული ალკალოიდი პელტერინი ჩქარა იწვევს ორგანიზმში და ტოქსიკურ მოვლენებს იწვევს (სსრკ სამკურნალო მცენარეთა ატლასი, 1962).

თბილისის ფარმაცოქიმიურ კვლევით ინსტიტუტში შემუშავებულია ბრონეულის ნაყოფის კანის მშრალი ექსტრაქტი-ექსგრანი. მისი, როგორც კუჭის აშლილობის საწინააღმდეგო საშუალების კლინიკური გამოცდა ჩატარდა თბილისის სამედიცინო ინსტიტუტში.

ექსგრანი 0,75 გრ დოზით დღეში სამჯერ იწვევს ავადმყოფის საერთო მდგომარეობის გაუმჯობესებას, უმჯობესდება აგრეთვე ძილი, მადა, უქრება მუცლის ტკივილი და კუჭაშლილობა.

ბულგარული მედიცინაც ბრონეულის ნაყოფის კანს კარგ შემკვრელ და ანთების საწინააღმდეგო საშუალებად თვლის კუჭის აშლილობის, დიზენტერიის (ჩვენში დიზენტერიის საწინააღმდეგოდ მას არაეფექტურად თვლიან), კუჭ-ნაწლავის ანთების დროს. იყენებენ მონახარშს: 2 ჩაის კოვზი წვრილად დაჭრილი ნაყოფის კანი, ერთ ჭიქა წყალზე. ადულებენ ნელ ცეცხლზე 15 წუთს (2 დღის დოზა). ბრონეულის ლეროსა და ფესვების ქერქს ბულგარეთში ეფექტურ საშუალებად მიიჩნევენ სოლიტერიის წინააღმდეგ: 50 გრ მზა ნედლეულს 15 წუთს ხარშავენ 0,5 ლ წყალში, რომელსაც ტანიდების არასასიამოვნო მოქმედების გასაუვნებლად წინასწარ ცოტა კირწყალს ურევენ; სვამენ 2-3 საათის განმავლობაში.

ბუერა, ღიბლა - PETASITES ALBUS L.



რთულყვავილოვანთა ოჯახის მსხვილფესვურებიანი, მრავალწლოვანი, ძალიან ფართოფოთლებიანი, ნესტიანი ადგილების მცენარეა, რომელსაც ღერო იმდენად დამოკლებულ-შუემწნეველი აქვს, რომ უღერო მცენარის შთაბეჭდილებას ტოვებს. საქართველოში 4 სახეობის ბუერა გავრცელებული და ყველა მათგანს ხალხური მედიცინა წარმატებით იყენებს სხვადასხვა დაავადებების მკურნალობაში. ბუერა საყვავილე ღეროს და ყვავილებს ფოთლების გამოსხმამდე იწვეთარებს, ფოთლები კი დაყვავილების შემდეგ ვითარდება და ყველა მათგანი ფესვთანაა (ფესვის ყელიდანაა ამოსული).

საშუალო ზომის კალათა ყვავილედეი საყვავილე ღეროზე მტევნის ან ქოლგისებურადაა შეკრებილი, რომლებიც უფრო ხშირად ორსქესიანია. ზოგ ინდივიდში კალათების განაპირა ყვავილები მამრობითია, დანარჩენი კი ორსქესიანი. უნაყოფო მრავალრიცხოვანი ყვავილები თავში 5 კბილითაა დაბოლოებული. სხვა ეგზემპლარებში კალათების განაპირა ყვავილები მრავალრიცხოვანი მდედრობითი და უმეტესად ენისებრია, დანარჩენი კი ორსქესიანი, რომელთა შორისაც ბევრი უნაყოფოცაა მილისებრი ფორმით. საერთო ყვავილსაჯდომი

შიშველია (ა.მაყაშვილი, ტ. II 1953).

ძველ ქართულ ხალხურ მედიცინაში ბუერას ბუასილის მკურნალობაში იყენებდნენ სხვა მცენარეებთან ნარევის სახით. ასისტავას, ბუერასა და კულმუხოს ხარშავდნენ ღვინოში, ჰერმეტულად დახურულ ჭურჭელში. გაგრილებულს თითო ფინჯანს ასმევდნენ ავადმყოფს დილა-სალამოს (ნ. ხელაია, 1984).

აზრუმელის ცნობარის მიხედვით ბუერა ნაღვლის ბუშტისა და ნაღველსადინარების კენჭოვანი

დაავადებების წინააღმდეგაც იყო რეკომენდებული რთული ნარევის შემადგენლობაში ბუერას, ძიძოს ფესვებისა და ომბალოს ფოთლების ნარევი მოხარშული წყალში. ავადმყოფმა ამ ნახარშის ცხელი აბა-ზანით ოფლი უნდა მოიღინოს, ლოგინში დანვეს და ხელახლა ოფლი მოიღინოს ისე, რომ არ გაცივდეს. ასევე ღვინოში თავდახურული ჭურჭლით უნდა მოიხარშოს ქრისტესისხლა, ლორისბირკა, ბზის ლაფანი და გაგრილებულ მდგომარეობაში მიეცეს ავადმყოფს (ნ. ხელაია, 1984).

ამჟამად ჩვენში ბუერას ჩირქოვანი სიმსივნების წინააღმდეგ იყენებენ. ონის რაიონის სოფელ უწე-რაში ბუერათი ლორთელს (ყელის არეში ჯირკვლების დაავადება) მკურნალობენ. საამისოდ იყენებენ ბუერას ფესვურების, ასკილისა და მაყვლის ფესვების ნარევს (ზ. შენგელია, 1983).

ბულგარეთის ხალხურ მედიცინაში ბუერას ძირითადად სპაზმოლიტური მოქმედებისათვის იყენებენ. გარდა ამისა ხმარობენ გასტრიტისა და კუჭის წყლულის მკურნალობაში, მასვე იყენებენ როგორც ჭიისდამდენ, ანტისეპტიკურ და შარდდამდენ საშუალებას.

ექსპერიმენტული მონაცემების თანახმად ბუერას ამოსახველებელი და ოფლმომდენი თვისებაც აქვს (Hoppe, 1953). კლინიკურად დამტკიცებულია მისი ჰიპოტენზიური მოქმედებაც (stantini, 1953). ასევე ექსპერიმენტულად დამტკიცებულია ბუერას ანთების საწინააღმდეგო თვისება (გამმერმანი და თანავტორები, 1975).

ბურბუშელა, ბაბუაწვერა – TARAXACUM OFFICINALE L.



რთულყვავილოვანთა ოჯახის მრავალწლოვანი, ხორცოვან-ფესვიანი ბალახია. ყველა ფოთლები ფესვთან როზეტადაა შეკრებილი. გარშემოწერილობით ლანცეტა ან ნაგრძელებულ-ლანცეტისებრი და ძირში შევიწროებული ფოთლები ღრმად ფრთისებრ დანაკეთულია, ფორმითა და სიდიდით მეტად ნაირგვარია. მცენარის ყველა ნაწილი რძისებრ თეთრწვნიანია. საყვავილე ღეროები ღრუ და საკმაოდ მაღალია (5-30 სმ), რომლებიც კენწრულ ნაწილში უმნიშვნელოდ შევიწროებულია, თითოეულ საყვავილე ღეროზე თითო კალათა ყვავილედი ზის, რომელთა დიამეტრი 3-5 სმ-ის ფარგლებში მერყეობს. ყველა ყვავილი კალათაში ენისებრია. ყვავილის გვირგვინი ოქროსფერ-ყვითელია ვიწრო მილით. ყვავის აპრილ-ოქტომბერში. იზრდება მდელოებზე, რუდერალურ ადგილებში, სარეველა ბაღებში, მთის ქვედა სარტყლიდან შუა სარტყლამდე აფხაზეთში, სამეგრელოში, იმერეთში, აჭარაში, სამაჩაბლოში, ქართლში, მთიულეთში, მესხეთში.

ბურბუშელას ფესვები და ბალახი მადისმომგვრელად იხმარება, რომელიც იმავე დროს მომწვლელი სისტემის მოქმედებას აუშჯობეს. ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება, როგორც ნალველმდენი და გამსხნელი საშუალება (ნ. ფ. ბეზუკანნიკოვა, 1962).

ბურბუშელა ფართოდ გამოიყენება ნალვლის ბუშტის კენჭოვანი დაავადების, სიყვილისა და გასტრიტის დროს. ჩვილი ფოთლების სალათას იყენებენ როგორც დიურეზულ საშუალებას, აგრეთვე ამოსახველებელ, სისხლგამმწმენდ, ნალველმდენ საშუალებად. ღვიძლის, საშარდე ბუშტისა და სიყვილის შემთხვევაში ბურბუშელას წვეწვს სვამენ ყოველდღე 2 სუფრის კოვზის რაოდენობით 3 კვირის განმავლობაში. ამავე დაავადების სამკურნალოდ წყალზე ნაყენიც გამოიყენება: 1 ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ფესვებს 1 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ. $\frac{1}{2}$ ჭიქას სვამენ დღეში 3-4-ჯერ. ნედლ ფოთლებსა და წვეწვს იყენებენ ათეროსკლეროზის, ანემიისა და კანის დაავადებების დროს (ვ. გ. აგეივი, 1989).

ბურბუშელას რძისებრ თეთრი წვეწვი თვალზე ლიბრს აქრობს, ძალიან სასარგებლოა წყალმანკის დროს, სასარგებლოა აგრეთვე ღვიძლისათვის (ავიციენა, 1982).

ქრონიკული შეკრულობის (ყაბზობის) და ბუასილის შემთხვევაში უფრო ფესვებს იყენებენ. 30 გრ დაქუცმაცებულ ფესვებს 1 ლ წყალს ასხამენ და 5-7 წუთს ხარშავენ. ერთ ჯერზე ნახევარ ჭიქას (100 გრ) სვამენ დღეში სამჯერ. ფხვინულს კი წვრილწვერიანი დანის წვერით ალებულ რაოდენობას იღებენ კვლავ დღეში სამჯერ მცირედი წყლის მიყოლებით. ზემოხსენებული დოზით იღებენ მის ნახარშს ან წყალზე ნაყენს გამონაყრებისა და ფურუნკულების დროს.

ეგ ზემის სამკურნალოდ თითო სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ბურბუშელასა და ორავანდის ფესვების ნარევს 3 ჭიქა წყალს ასხამენ, ალბობენ მთელი ღამის განმავლობაში, დილით ნელ ცეცხლზე 7 წუთს ადუღებენ, ამის შემდეგ 20 წუთის განმავლობაში დგამენ და შემდეგ წურავენ. ნახარშს დღეში სამჯერ ნახევარ ჭიქას სვამენ. იმავე დროს ეგ ზემიან ადგილებზე იღებენ შემდეგ მალამოს: 100,0 გრ

არყის ხის კუპრი, 50,0 გრ ახლად მოხდილი რძისთავი (ნაღები) და 4 კვერცხის გული. ყველა ინგრედ-
იენტს 15 წუთის განმავლობაში თქვეფავენ და კარგად ურევენ ერთმანეთში. ამ მალამოს ჩამოსარეც-
ხად თბილ შრატს (ყველის ამოყვანის შემდეგ დარჩენილ სითხეს) იყენებენ (მ.ა. და ი.მ. ნოსალები, 1960).
სველსაფენების სახით ბურბუშელას თვალების სამკურნალოდაც იყენებენ. მისი პრეპარატებით ბუას-
ილსაც მკურნალობენ (ა.პ. პომოვი, 1974).

მოხალული ფესვებისაგან ყავის სუროგატს ამზადებენ. ფოთლების სიმწარის მოსაცილებლად მათ
20-30 წუთის განმავლობაში მარილიან გრილ წყალში ათავსებენ (ა. კ. კომჩევი, 1980).

ხალხურ მედიცინაში უძველესი დროიდანვე გამოიყენება ციებ-ცხელების, შეკრულობის, გაზების
დაგროვების, სიყვითლის, ჰეპატიტის, ქოლეცისტიტის, რევმატიზმის, შაქრიანი დიაბეტის,
ჰიპერტონიის, შარდგამომყოფი სისტემის ანთებითი დაავადებების, თირკმლების კენჭოვანი დაავა-
დებისა და ტუბერკულოზის დროს, მისი დანაყოლი ფესვების ან ფოთლების ფაფისებრი მასა ან წვენი
ეგზემის სამკურნალოდ გამოიყენება, ასევე სასარგებლოა იგი ქროლობების, ფურუნკულების,
დამწვრობის, პანარიციუმისა და მეჭეჭების სამკურნალოდ. მეჭეჭებს შემდეგნაირად მკურნალობენ:
ნედლ ფოთლებს ცოტათი ნაყავენ ქვასანაყში ან ფიცარზე, შემდეგ ამ მასას ბურთულაკებისებრ ამ-
რგვალევენ და ბურბუშელას დიდი ფოთლების რამდენიმე ფენაში ახვევენ (სხვა მცენარეების
ფოთლებიც შეიძლება შესახვევად), შემდეგ ასეთნაირად მომზადებული მასა მცირე ზომის მომინან-
ქრებული ქვაბით 4-8 წუთის განმავლობაში ნელ ცეცხლზე იდგმება, თბილი მასა სქელ ფენად ეფინება
მეჭეჭებიან ადგილზე, სახვევით იხვევა და შეხვეულ მდგომარეობაში 4-6 საათის განმავლობაში რჩება
(ი. ნურალიევი, 1989).

ბურბუშელა განსაკუთრებით სასარგებლოა დაუძლურებული და სისხლნაკლული ავადმყოფებ-
ისათვის. გაზაფხულზე ჩვილი ბურბუშელა ძირითად სამკურნალო საშუალებად ითვლება მკუ-
რნალობის დროს, ვინაიდან მას ორგანიზმის რთული გამწმენდი ზემოქმედების უნარი გააჩნია.

ბურბუშელას ყვავილების მურაბა გარეგნულად სუნითა და გემოთი, აგრეთვე ხარისხითაც თავლს
მოგვაგონებს. მის მოსამზადებლად ყვავილებს აგროვებენ დილით 6-7 საათზე (სანამ ყვავილებს ნექ-
ტარი აქვთ). შემდეგ 1:10 (100 გრ ყვავილები 900 მლ წყალზე) შეფარდებით ყვავილებისა და წყლის ნა-
რევს კანგაცლილი ლიმონის 2-3 სეგმენტს ამატებენ და ნელ ცეცხლზე 40-50 წუთს ადულებენ. შემდეგ
ნაყენს დოლბანდში წურავენ, 1 კგ შაქარს ამატებენ და 60-80 წუთს ადულებენ.

გამოყენების წესები: 1 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ფოთლებსა და ყავილებს ერთ ჭიქა მდულა-
რე წყალს ასხამენ, 20 წუთს დგამენ. სვამენ 2-3 სუფრის კოვზ ნაყენს დღეში სამჯერ, ჭამამდე 30 წუთით
ადრე, როგორც ნალველდენის გამაძლიერებელ საშუალებას.

1 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ფესვებს 1 ჭიქა წყალს ასხამენ და ნელ ცეცხლზე 30 წუთის გან-
მავლობაში ხარშავენ. სვამენ 2-3 სუფრის კოვზ ნახარშს, ჭამამდე 30 წუთით ადრე, დღეში სამჯერ.

ბურბუშელა და სხვა სამკურნალო მცენარეები არ უნდა შეგროვდეს ქალაქის ფარგლებში, სა-
ავტომობილო მაგისტრალის პირას, რადგან გამონაბოლქვი აირებიდან ისინი ტყვიას ითვისებენ, რაც
მავნეა ადამიანის ჯანმრთელობისათვის.

ბულგარეთის მედიცინა ბურბუშელას მთელ მცენარეს იყენებს სამკურნალოდ, ძირითადად
როგორც ნალველმდენ საშუალებას.

იქაც ხალხური მედიცინა მას ხმარობს არა მარტო ლეიძლისა და ნალვლის ბუშტის სამკურნალოდ,
არამედ მეჭეჭების, კანის გამაგრებული კვანძების, კოჩიყის მოსაცილებლად, რისთვისაც მათ მრავალ-
გზის სცხებენ ბურბუშელას რძისებრ თეთრ წვენს (spaich, 1978). ბურბუშელას იყენებენ აგრეთვე
როგორც ოფლმდენ და რძის სეკრეციის გამაძლიერებელ საშუალებას მიქოძურ ქალებში. ფესვების
(ზოგჯერ ფოთლებთან ერთად) ცხელი წყლით მომზადებულ ნაყენს სვამენ ფურუნკულოზის, კანზე
გამონაყრებისა და ეგზემების სამკურნალოდ.

ნამლის ბულგარეთში მომზადების მიღებული წესები: ორ ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ფესვებს ან
ფოთლებს 1 ჭიქა ცივ წყალს ასხამენ და 8 საათის განმავლობაში დგამენ. ამის შემდეგ 5-8 წუთის გან-
მავლობაში ხარშავენ. მთელ ამ დოზას ერთი დღის განმავლობაში რამდენიმე ჯერზე ყლუპ-ყლუპობით
სვამენ (სტოიანოვი, 1973). ბულგარეთში მიაჩნიათ, რომ ყველაზე დიდი თერაპიული ეფექტით
ბურბუშელას წვენი გამოირჩევა, რომელსაც 2-3 სუფრის კოვზს იღებენ დღის განმავლობაში არა
უმცირეს 3-4 კვირისა (Wilefort, 1975).

მადის მოსაგვრელად რეკომენდებულია შემდეგი ნარევი: 2 ნაწილი აბზინდა, 2 ნაწილი ფარსმან-
დუკი და 1 ნაწილი ბურბუშელას (ბაბუაწვერას) ფესვები. ამ ნარევიდან იღებენ 1 სუფრის კოვზ ნედ-
ლეულს და ერთ ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ, თავდახურული ჭურჭლით 20 წუთს დგამენ. სვამენ
თითო სუფრის კოვზ ნაყენს ჭამამდე 15-20 წუთით ადრე.

გაზაფხულის ფურისულა - PRIMULA VERIS L.



ფურისულასებრთა ოჯახს ეკუთვნის. ფურისულები საქართველოს სხვადასხვა კუთხეში სხვადასხვა სახელწოდებითაა (სახემ-შენიერა, ფილოსულა, ფურის ია, ფურის ძუძუ, ფურისვილა, ვამ-ლისუნა) ცნობილი. მრავალწლიანი, ტყეებსა და ტყისპირებში გავრცე-ლებული ადრემოყვავილე მცენარეა.

ფურისულების და მათ შორის გაზაფხულის ფურისულას ფოთლები ღეროს ძირში მიწისპირად, ჯგუფურად (როზეტად) არის განლაგებული.

გაზაფხულის ფურისულას წაგრძელებული, კვერცხისებრი ფოთლები გვერდებზე ფრთებნაქლებულყუნწიანია, ფრთები ფოთლის ფირფიტის გაგრძელებას წარმოადგენს.

ყვავის აპრილ-ივნისში და უფრო ადრეც, ახასიათებს ცალ მხარეს მიმართული, თავდახრილი ყვითელი ყვავილები. გაზაფხულის ფური-სულას ძალიან ჰგავს დიდჯამა ფურისულა. მათ შორის განმასხვავებელი ნიშანი ისაა, რომ დიდჯამა ფურისულას ყვავილის ჯამი უფრო გაბერილია და ფოთლის ფირფიტა უფრო თანდათანობით შეე-წნროებით გადადის ყუნწში. გაზაფხულის ფურისულას ფოთლის

ფირფიტა კი უცბადაა შეეწნროებული და ასეთნაირად გადასული ფრთიან ყუნწში.

ჩვენში ფართოდაა გავრცელებული დიდჯამა ფურისულა, აფხაზურ და ტყის ფურისულებთან ერ-თად გაზაფხულის ფურისულა შესანიშნავი დეკორატიული მცენარეა. დასაწანია, რომ თბილისის შემ-ოგარენში მოსახლეობის მიერ მასობრივმა შეგროვებამ ფრიად შეამცირა ამ მცენარის მარაგი და თუ ასე გაგრძელდა მომავალშიც, დიდი საფრთხე ექმნება ფურისულების ყველა სახეობას იმ ადგილებში, სადაც ასე უმონყელოდ ისმოცა.

არც ერთი მცენარის ფოთოლი იმდენ C ვიტამინს არ შეიცავს, რამდენსაც უნაბის და გაზაფხულის ფურისულას ფოთოლი. საერთოდ, მწვანე მცენარეთა სხვადასხვა სახეობების ფოთლებში 300 მგ პროცენტზე მეტი C ვიტამინი იშვიათად თუ აღინიშნება, გაზაფხულის ფურისულას ფოთლებში კი ვიტამინ C-ს შემცველობა 700 მგ პროცენტს აღწევს, ზოგი მეცნიერი კი 600 მგ პროცენტსაც კი ასახე-ლებს. მონაცემთა შორის ასეთი დიდი სხვაობა ალბათ ვიტამინ C-ს განსაზღვრის ნაირგვარი მეთ-ოდებით უნდა აიხსნას, მაგრამ ფაქტი მაინც ფაქტად რჩება, რომ გაზაფხულის ფურისულას ფოთლები ძალიან მდიდარია ესოდენ საჭირო ვიტამინით.

ა.დ. ტუროვა (1974) გვაუწყებს, რომ გაზაფხულის ფურისულას წყლიანი გამონაცემი და სპირტზე ნაყენი მცირედი ტოქსიკურობით ხასიათდება და ნახველის ამოღების გამაადვილებელი თვისება გააწ-ნია, რაც ბრონქების ლორწოვანი გარსის სეკრეციის გაძლიერებასთანაა დაკავშირებული. მედიცინაში მისი პრეპარატები ამჟამად ხმარებაში აღარაა.

ა.ი. ლესკოვის (1962) აღწერით გაზაფხულის ფურისულას ფესვები მედიცინაში გამოიყენება, როგორც ამოსახველებელი საშუალება, განსაკუთრებით ბრონქიტის დროს პრეპარატ სენემის თანაბ-რად, ფოთლებს სალათისა და ნაყენის სახით იყენებენ ჰიპო და ავიტამინოზის დროს. ამ მცენარის პრე-პარატების მცირეტოქსიკურ ბუნებას ხაზს უსვამს ა.ი. ლესკოვიც, მაგრამ მიუთითებს, რომ გაზაფხუ-ლის ფურისულას ფესვები, როგორც ამოსახველებელი საშუალება, უფრო აქტიურია სენეგასთან შედა-რებით. რუმინეთში ეს ფესვები ოფიციალურ საშუალებად ითვლება.

უკრაინულ ხალხურ მედიცინაზე დაყრდნობით მ.ა. და ი.მ. ნოსალობი (1960) ადასტურებენ გა-ზაფხულის ფურისულას სამკურნალო ეფექტს და აღნიშნავენ, რომ გაზაფხულის ფურისულას ფეს-ვების წყლიდან გამონაცემს ან ნახარშს (30-40 გრ 1 ლ წყალზე) ამოსახველებელ საშუალებად იღებენ ნახევარ-ნახევარ ჭიქას დღეში 3-3-ჯერ მშრალი ხველისა და ბრონქიტის დროს.

ყვავილების წყლით გამონაწვლილს (20 გრ 1 ლ წყალზე) ან მთლიანი მცენარის წყლიან ნაყენს (40-60 გრ 1 ლ წყალზე) იღებენ ხველის, ბრონქიტის, სურდოს და საერთოდ ყოველგვარი გაკვივებით გამ-ონვეული დაავადებებისას, აგრეთვე ცხვირის ნესტოებში გამოსავლებად. მასვე სვამენ ქრონიკული კუჭის აპლიობის და მიგრენიის სამკურნალოდ, აგრეთვე როგორც შარდმდენ საშუალებას. იგი ბავ-შევებში სუსტადმოქმედ საძილე საშუალებადაც ითვლება. მ.ა. ნოსალის დაკვირვებით შემჩნეულია, რომ მიგრენიის (შაკიკი) დროს ამ გამონაწვლილის ხმარების შედეგად წყდება სინათლის გამაღიზიანე-ბელი მოქმედება და თავის ტკივილი თანდათანობით წყნარდება. ასკილის უქონლობის შემთხვევაში ნოსალი წარმატებით იყენებდა გაზაფხულის ფურისულას.

ფურისულას ფესვებს გააჩნიათ შარდმდენი (სუსტი) და ოფლისმომგვრელი თვისება. აძლიერებენ კუჭის სეკრეციას და საერთოდ აუმჯობესებენ ნივთიერებათა ცვლას.

გაზაფხულის ფურისულას იყენებენ წყლის გამონაწვლილის სახით. 10 გრ (დაახლოებით 10 ჩაის კოვზი) ხმელ ყვავილს ასხამენ ერთ ჭიქა მდულარე წყალს და 15 წუთის შემდეგ წურავენ (დღე-ღამის დოზა ნევროზისა და უძილობის დროს), ან ერთ სუფრის კოვზ (დაახლოებით 5 გრ) ხმელ დაქუცმაცებულ ფესვებს ასხამენ ერთ ჭიქა წყალს და 15 წუთს ხარშავენ წელი დულილით, უმატებენ შაქარს ან თაფლს და დღეში 4-5-ჯერ იღებენ თითო სუფრის კოვზს სასუნთქი ორგანოების დაავადებისას.

ჩვენი ქვეყნის ზოგ რაიონში, ინგლისსა და პოლანდიაში გაზაფხულის ფურისულას ფოთლები სალათის სახით უმად იჭმება. ფესვებს შემოდგომით, ფოთლების დაჭკნობის შემდეგ აგროვებენ, ფოთლებს კი ყვავილობის დროს. 100⁰-მდე ტემპერატურაზე ჩქარი გახმობით აღწევენ მათში C ვიტამინის დიდი რაოდენობით შენარჩუნებას, მაგრამ ცუდი შედეგებით ამ მხრივ არც ჩრდილში გამზარი ფოთლები ხასიათდება.

გვერდელა - PIMPINELLA SAXIFRAGA L.



გვერდელა ქოლგოსანთა ოჯახის წარმომადგენელია. იგი 30-60 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახია. ფესვის ყელი ძველი ფოთლების ყუნწების ქეროსმაგვარი სამოსელითაა დაფარული. მცირედ დატოტვილი, მრგვალი გარშემოწერილობის, მცირედ დაღარულ ღეროზე ფოთლები განლაგებულია მხოლოდ ძირა ნაწილში. კენწეროზე მხოლოდ ერთეულად შემორჩენილი სახეშეცვლილი და დაკინებული ფოთლებია. ღეროს სულ ძირა ნაწილში განლაგებული ფოთლები 10-20 სმ სიგრძისაა და 3-5 წყვილი ფოთოლაკისაგან შედგება, დაკბილული ან დანაკვთულია. ღეროს შუა ნაწილის ფოთლების ფოთოლაკები ღრმადაა დანაკვთული. კენწერული ფოთლები სამნაკვითიანია.

ყვავილები კენწრულ ქოლგებადაა შეკრებილი. ყვავის თეთრი ყვავილებით ივნის-აგვისტოს განმავლობაში.

გვხვდება დაბალი სიხშირის ტყეებში, ტყისპირებში, ბუჩქნარებში, ტყის ზონის უტყეო ფერდობებსა და მშრალ მდელოებზე. მას საქონელი კარგად ძოვს და ყუათიან ბალახადაცაა აღიარებული. სურნელოვან ფოთლებს ფლავეში ურევენ სასიამოვნო გემოს მისაცემად. გამოიყენება ძეხვის წარმოებაში.

სამკურნალოდ ფესვები გამოიყენება სპირტზე მომზადებული ნაყენის ან გამონახარშის სახით ხელების, ხმის ჩახლეჩის, ბრონქიალური ასთმის, ანგიის, ბრონქების კატარის დროს. გარდა ამისა მის გამოყენებას ურჩევენ შარდდენის გასაძლიერებლად შარდშეკავების შემთხვევაში და თირკმლების ან საშარდე ბუშტის კენჭოვანი დაავადების დროს, აგრეთვე კუჭის კატარისა და საშვილოსნოს კიბოს დროსაც. ინვევს სისხლძარღვების გაგანიერებას და ამით ხელს უწყობს სისხლის მიმოქცევის გაუმჯობესებას. ხალხში ის ოფლმომგვრელ საშუალებადაცაა ცნობილი.

წვრილად დაჭრილ, ჩრდილში გამზარ ერთ ჩაის კოვზ ფესვებს ასხამენ ერთ ჭიქა ანადულარე და გაგრილებულ წყალს, დგამენ 8 საათის განმავლობაში, შემდეგ განურავენ. ნარჩენს ცოტა მდულარე წყალს ასხამენ და მიღებულ გამონაცემს წურავენ 10 წუთის შემდეგ. წყლიან ნაყენს და გამონაცემს ერთმანეთში ურევენ, ატკობენ ერთი სუფრის კოვზი თაფლით და მიიღებენ ერთი დღის განმავლობაში 2-3-ჯერ (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

მ.ა. და ი.მ. ნოსალების (1960) მიხედვით, ძლიერი ხველის დროს ფრიად ეფექტურია ღამით 20 წვეთი სპირტზე ნაყენის ჩაის კოვზით წყალთან ერთად მიღება. რამოდენიმე წუთის შემდეგ ქრება ყელში კანწერის შეგრძნება და ნელდება ხველაც.

გლედია - GLEDITCHIA TRIACANTHOS L.

პარკოსანთა ოჯახის წარმომადგენელია. გლედია 20 მ სიმაღლის ხეა, ზოგან იგი 40 მ-მდეც კი აღწევს, ღეროზე ქერქი მუქი ნაცრისფერ-მოშავოა, ტოტებზე კი მუქი ნაცრისფერია. ღეროსა და ტოტებზე სამად განტოტილი მონითალო-ყავისფერი მეტად მაგარი ეკლებია, ზოგი მათგანის სიგრძე 30 სმ და უფრო მეტს აღწევს. კენტფართო ფოთლები დამოკლებულ ტოტებზე ჯგუფ-ჯგუფადაა განლაგებული, მათი სიგრძე 14-20 სმ და უფრო გრძელიცაა.

ყვავილები ცალსქესიანია, იშვიათად ორსქესიანი, ოდნავ მოყვითალო-მწვანე ფერის, საკმაოდ სურნელოვანი. ნაყოფი პარკია 50 სმ-მდე სიგრძის, ხმლისებრ ოდნავ ამოხრილი, მონითალო-ყავისფერი და მბრწყინავი, ცალ კიდეზე პარკს ტკბილი რბილობი აქვს. თითო პარკში 12-15 თესლია, რომელიც



ფორმით წაგრძელებულ-ელიფსური, ყავისფერი. 1000 ცალი თესლის წონა 238-263 გრამია. ყვავის მის-ივლისის განმავლობაში, ნაყოფი ოქტომბერ-ნოემბერში მწიფდება.

გლედინია უფრო ბარის მცენარეა, მისი ნორმალური ზრდისათვის აუცილებელია სითბო და კარგი განათება, შესანიშნავად იზრდება მდინარეთა ნაპირებზე. ბუნებრივად იგი ამერიკის შეერთებული შტატების ჩრდილოეთითაა გავრცელებული. კულტურა კი ბევრ ქვეყანაშია შეტანილი, მათ შორის საქართველოშიც. ი.აბაშიძის (1962) მიხედვით გლედინია კოლხეთის დაბლობზეც გვხვდება, ძირითადად კი აღმოსავლეთ საქართველოშია კულტივირებული, ზოგან გავრცელებული.

გლედინიის ჩვილი ფოთლები ალკალოიდ ტრიაკანტინს, ფოთლებსა და ნაყოფებში 100-400 მგ პროცენტ ასკორბინის მჟავას (ვიტამინი C) შეიცავს.

ტრიაკანტინს სპაზმოლიტური მოქმედების თვისება აქვს, ახდენს ძარღვების გაგანიერებას, ალაგზნებს სასუნთქ ცენტრს და დაბლა სწევს სისხლის წნევას. დადებით თერაპიულ ეფექტს ახდენს კუჭ-ნაწ-

ლავების დაავადებებზე (სპასტიკური კოლიტი, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლული), გარდა ამისა დადებითად მოქმედებს ქრონიკული ქოლცისტიტის გამწვავებისას (სსრკ სამკურნალო მცენარეთა ატლასი, 1962).

ტრიაკანტინი ბრონქიალური ასთმის დროსაც გამოიყენება. პრეპარატის მიღებას ურჩევენ 0,1 გრ 2-3-ჯერ დღეში. იგი 10-20 დღის განმავლობაში მიიღება ყველა ზემოთ ჩამოთვლილი დაავადებების სამკურნალოდ. ამჟამად ტრიაკანტინი სამკურნალო საშუალებების ნომენკლატურიდან ამოღებულია (ა.დ. ტუროვა, 1974).

გლმრტა, კლმრტა- CYNODON DACTYLON (L.) PERS.

10-40 სმ სიმაღლის მხოხავფესურიანი დატოტვილი ბალახია მარცვლოვანთა ოჯახიდან. ვაგინისა და ფოთლის ფირფიტის მიჯნაზე ბენჯებია განვითარებული. თავთუნები მკრთალი მწვანეა, ზოგჯერ მოიისფრო (ა. მაყაშვილი, ტ. II, 1953). ცნობილი სარეველა მცენარეა. იზრდება ნათეს-ნაჩხატებში, გზებისა და ბილიკების გასწვრივ, ეზობსა და ქუჩებში, ზღვის დონიდან 900 მ სიმაღლემდე აღწევს.

ყვავილები თათისებრია და 3-7 თავთუნისებრი ტოტისაგან შედგება (საქართველოს მცენარეების სარკვევი, ტ. II, 1969). გვხვდება მთელს რესპუბლიკაში. ძალიან კარგად იტანს გათევას, ამიტომ საუცხოოა ფიზკულტურული მოედნებისა და ეზოების მოლის შესაქმნელად, აგრეთვე გატკეპნისადმი გამძლე გაზონების ფორმირებისათვის.

სამკურნალოდ გამოიყენება ფესურები, რომლებსაც ზაფხულის მეორე ნახევარში ამზადებენ და მზეზე ან საშრობ ლუმელში 50⁰ ტემპერატურაზე აშრობენ.

გამოიყენება ნახარშის სახით: 20 გრ წვრილად დაჭრილი ფესურა 250მლ წყალზე, სვამენ ყავის ფინჯნით დღეში 2-3ჯერ, როგორც დიურეზულ და გამხსნელ საშუალებას.



გლმრგა - ASTRAGALUS PYCNOPHYLLUS PTEV. (MICROCEPHALLUS WILLD)

პარკოსანთა ოჯახის წარმომადგენელი 20-50 (80) სმ სიმაღლის მოთეთრონაცრისფერბუსუსებ-იანი, ხშირტოტებიანი, მოყვითალო გაფარჩხულეკლებიანი ბალიშისებრი შესახედაობის ბუჩქია. ბაცი ყვითელი ფერის 8-10 სმ სიგრძის ყვავილები 2-3 სმ დიამეტრის ბურთისებრ ან ოვალურ თანაყვავილედებშია შეკრებილი. თანაყვავილები არ გააჩნია, ყვავილის ჯამი ძირში შიშველი, ზემო ნაწილში კი ხშირბუსუსიანია. მისი კბილები ჯამის მიღზე მოკლე და ბუსუსებში ჩამალულია. ჯამი კბილების გასწვრივ ძირამდეა ჩახეული. ყვავილის გვირგვინის ნაპირებზეაზნექილი აფრა შუა ნაწილის ოდნავ ქვემოდან შევიწროებულ ფრჩხილში გადადის. კვერცხისებრი შებუსვილი პარკი ჯამზე გრძელია.

ნაცრისფერბუსუსებიანი, ზოგჯერ თითქმის შიშველი, ხშირად სიგრძეზე გაკეცილი, ვიწრო წაგ-



რძელბუთი ლანცეტა ფოთოლაკების რიცხვი წყვილფრთართულ ფოთლებში 10-18-ის ფარგლებში მერყეობს. ღერო მიწისპირთან საკმაოდ სქელია (4-8 სმ).

იზრდება მთის შუა და ზედა სარტყელში მშრალ, კლდოვან ადგილებში, არცთუ იშვიათად ზღვის დონიდან 1650-მდე და ზოგან უფრო მაღლაც. არაიშვიათად თავის დომინანტობით შექმნილ რაყებადაა წარმოდგენილი გამეჩხრილ ფიჭვნარებსა და მუხრანებში. გვხვდება ქართლში, კახეთში, ქიზიყში, თრიალეთსა და მესხეთ-ჯავახეთში.

გლერძა გუმფისით მდიდარი მცენარეა, ამდენად იგი გუმფისის დამზადების ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი წყაროა. საამისოდ ღერის ქვედა ნაწილში ბასრი დანით კანს ღრმად ჩასერავენ ხოლმე. ჭრილობიდან გუმფისის დენა მით ინტენსიურია, რაც უფრო ცხელი ამინდია.

გუმფისი უხვად შეიცავს ანთების საწინააღმდეგო პოლისაქარიდებს, აგრეთვე სახამებელს, ლორწოვან ნივთიერებებს, შაქარს, საღებავებს. უმნიშვნელო რაოდენობით კი ორგანულ მჟავებსა და აზოტოვან შენაერთებს.

ხალხური მედიცინა გუმფისის უხსოვარი დროიდან იყენებს, როგორც შარდმდენ, ამოსახველებელ, ოფლმომდენ და გამხსნელ საშუალებას. ფარმაკოქიმიური მრეწველობა კი მწვანე საშუალებად იყენებს აბებში. 10%-იანი ნაყენის სახით გულის ქრონიკული უკმარობის, ჰიპერტონიული და თირკმლების სისხლძარღვთა დაავადებების წინააღმდეგ გამოიყენება, რომლის გავლენითაც მცირდება ვენური წნევა, ჩქარდება სისხლის მიმოქცევა, ნორმალური ხდება არტერიული წნევა, ქრება ტაქიკარდია, უმჯობესდება პულსის დეფიციტი, ძლიერდება დიურეზი და ცხრება შემუშებები. ცხოველებზე წარმოებულმა ცდებმა ცხადყო, რომ ყველაზე ეფექტურია მწვანე ნეფრიტის დროს და სისხლის მიმოქცევის უკმარობის პირველსა და მეორე სტადიაზე (ი.ს. ოგოლოვეცი, 1962).

გერმანიაში გუმფისში არსებული ბასორინის შემცველი პრეპარატი - ნორეკტალი საფალარათო საშუალებად გამოიყენება. საფეიქრო მრეწველობაში, იგი საღებავთმედეგობის გასაძლიერებელი საშუალებაა. აი ბიოლოგიურად რა აქტიურად მოქმედ ნივთიერებებს შეიცავს ერთის შეხედვით თითქოსდა უსარგებლო, არცთუ ღამაზი გარეგნობის მცირეტანოვანი ეს ბუჩქი. მოყვანილი მაგალითი მთელი სიცხადით გვიდასტურებს იმ ჭეშმარიტებას, რომ ბუნებაში, აბსოლუტური გაგებით, უსარგებლო მცენარე არ არსებობს. ყველა მცენარე სასარგებლოა, მაგრამ აუცილებელია ამის ცოდნა. შუა საუკუნეების ცნობილი ექიმის - პარაცელსის (1493-1541 წლები) სიტყვებით რომ ვთქვათ, ყველა ნივთიერება შხამიანია, არაფერია ისეთი, რომელიმედაც შხამი არ იყოს. მთელი საქმე დოზაშია. სწორი დოზირება შხამს არაშხამად აქცევს. ამ დებულების დასტურია ოდითგანვე ამაზრზენი ემოციების გამოწვევი გველის შხამი, რომელიც ამჟამად უმცირესი დოზებით წარმატებით გამოიყენება ნაირგვარი უმძიმესი დაავადებების სამკურნალოდ.

✓ ბრკელწიფვიანი ღვია - JUNIPERUS OBLONGA M. B.



კვიპაროსისებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. მარადმწვანე ორბინიანი, იშვიათად ერთბინიანი, 8-12 მ სიმაღლის ბუჩქადაც გვხვდება მურა-ნაცრისფერი ქერქით.

ნახნაოვანი ყლორტები შეფოთილია სამნახნაოვანი გრძლად წანვეტილი 4-16 (20) მმ სიგრძის წიწვისებრი მჩხვლეტავი ფოთლებით, რომელიც ზედა მხრიდან ღარისებრი ჩაღრმავებით და თეთრი ზოლით ხასიათდება, ქვემოდან კი მბრწყინავი მწვანე ფერისაა, დამახასიათებელი ქედით. გირჩები მრავალრიცხოვანია - მოგრძო, კვერცხისებრი, 2 მმ-მდე სიგრძით, რომლებიც სათითაოდ სხედან ფოთლების ილღივებში. პირველ წელს მწვანეა, კვერცხისებრი ფორმით, მეორე წელს მომწიფებისას კი მრგვალ ფორმას იძენს და მოლურჯო-შავი შეფერვისაა მორუხო ნაფიფქით, გირჩში 3, იშვიათად 1-2 სამნახნაოვანი თესლი ზის. 1000 ცალი თესლის წონა დაახლოებით 13 გრამს შეადგენს. მრავლდება თესლით.

გვხვდება ხირხატნადაგან მშრალ განათებულ ადგილებში. ღვიბის სხვა სახეობებთან შედარებით იგი ყველაზე ხშირად გვხვდება,

ამასთან დიდი ეკოლოგიური დიაპაზონითაც გამოირჩევა, იზრდება როგორც დაბლობ, ისე მაღალ-მთიან ადგილებშიც. გავრცელებულია თითქმის მთელს კავკასიაში.

გრძელნივნიანი ღვინის გირჩი მედიცინაში გამოიყენება ნაყენის სახით, როგორც ანთების საწინააღმდეგო და დიურეტიკული (შარდმომგვრელი) კარგი საშუალება. იგი საშარდე გზების დეზინფიცირებას ახდენს, აქვს ამოსახველებელი მნიშვნელობა და აუმჯობესებს საჭმლის მონელებას. გამოიყენება შარდმდენად თირკმლების (არამწვავე) და საშარდე ბუშტის ანთების დროს. რეკომენდებულია სახსრების ტკივილის, კანის ანთებად (დერმატიტის), აგრეთვე კუჭისა და ღვიძლის დაავადებების სამკურნალოდ.

ბულგარეთის მედიცინა ურჩევს გირჩების ნაყენის გამოყენებას, რისთვისაც წვრილად დანაწევრებულ ხმელ გირჩს ორი ჩაის კოვზის რაოდენობით ასხამენ ერთ ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს და სამ საათს დააყენებენ. ესაა ერთი დღე-ღამის ნორმა შარდის დენის გასაძლიერებლად. 100 გრ გირჩს 400 გრ წყალში ხარშავენ, მიღებულ გამონახარშს ფილტრავენ და ამის შემდეგ ნახარშს კვლავ ხარშავენ, მდულარე წყლიან ჭურჭელში ჩადგამენ და უმატებენ შაქარს ვაჟინის (სიროფის) მისაღებად. გამზადებულ ვაჟინს დღეში 3-ჯერ იღებენ ჩაის კოვზით ჭამის წინ კუჭის დაავადებათა სამკურნალოდ.

გირჩის გამონახარშს რევმატიზმის წინააღმდეგ იყენებენ შემდეგნაირად: 200 გრ გირჩს ხარშავენ 1 ლ წყალში და ამ ნახარშს უმატებენ სააბაზანოდ განკუთვნილ წყალს. გაზაფხულობით კანზე გამონაყარის საწინააღმდეგოდ ურჩევენ პირდაპირ გირჩების ჭამას. (ყლაპავენ კარგად დალეჭილ რბილობს, მაგარ თესლს კი გადაადებენ). პირველ დღეს 5 ცალს, მეორე დღეს – 6-ს და ა.შ. ვიდრე 15-მდე არ ავლენ, შემდგომ დოზას ამცირებენ ასევე თანდათანობით, ვიდრე 5-მდე არ დაველენ. ასეთ მკურნალობას მიმართავენ ღვიძლურად (მ.ა. ნოსალი, 1960).

თირკმლების მწვავე ანთებისას ღვინის გირჩის პრეპარატები დაავადების გამწვავებას იწვევს, ამიტომ ექიმის გარეშე მისი გამოყენება დაუშვებელია.

გირჩის ეთერზეთები გამოიყენება ოპერაციულ ან დასხივებით მკურნალობისას კომბინირებულად, კეთილნაყოფიერად მოქმედებს კანის კიბოთი დაავადებისას (ბალიცკი, ვორონცოვა, კარპუხინა, 1966). ღვინის ქერქის მონახარშს ხალხური მედიცინა ურჩევს, როგორც აღმგზნებ საშუალებას სქესობრივი უნარის დაქვეითებისას (ვ. გ. მინაევა, 1970). გირჩებისა და წვრილი ტოტების ფოთლებითურთ ნახარშის აბაზანებს იღებენ რევმატიზმის სამკურნალოდ. ციმბირის მოსახლეობა ტოტებსა და გირჩებს იყენებს წყალმანკისა და ნერვიული დაავადებების დროს.

ჩვენი ქვეყნის დასავლეთ რაიონებში ხალხური მედიცინა ღვინის ფესვების სპირტიან ნაყენს ტუბერკულოზის, ბრონქიტის, თირკმლის ქვის და კანის დაავადებების საწინააღმდეგოდ იყენებს (მაკეიეკო, გამმურმანი, ბულატოვი და სხვა, 1965).

ინგლისში, საფრანგეთში, გერმანიაში, შვედეთსა და ფინეთში ღვინის ხმელი გირჩებით (ნაყოფი) კაზმავენ სუფსა და სხვა შეჭამანდებს, დანაყოფ ნაყოფებს აყრიან ნადირის ხორცს, მისი ცხელი წყლით გამონაწვლილს ურევენ დანაყოფ ნიორსა და ხახვს, ასეთნაირად შეკმაზულ გამონაწვლილში 5 ან 2-3 საათის განმავლობაში ათავსებენ ხორცს მისთვის მარინადის გემოს მისაცემად. 1 კგ ხორცზე 6-8, ხოლო ფრინველზე 4-5 ნაყოფს იღებენ (ვ.ვ. პოხლბეკინი, 1975).

ღვინის პრეპარატების ხმარება დაუშვებელია ნეფრიტისა და ნევროზონეფრიტის დროს. ხანგრძლივი გამოყენებისას თირკმლის პარენქიმის გაღიზიანებას იწვევს.

დათხისთხილა – CORYLLUS COLUNA L.



თხილისებრთა ოჯახის 25 მეტრამდე სიმაღლის ხეა, რომლის დიამეტრიც 80 სმ-მდეა, მაგრამ იშვიათად 2 მეტრამდე სიმაღლის ეგზემპლარებიც გვხვდება. ღერო სწორი და ცილინდრულია, რომელიც დაფარულია თხელი ნაშაშრებიანი მონაცრისფრო ქერქით. ტოტების ქერქი რბილკორპიანია, ამით იგი კარგად განირჩევა ჩვეულებრივი და სხვა სახეობის თხილებისაგან. მერქანი მოვარდისფრო გულიანია და ძნელად თუ ზიანდება რკილით (მაგნე მემერქნია მწერებით). მერქანი მკვრივია, მაგრამ ადვილად დასამუშავებელი. ამ ღირსებების გამო იგი ერთ-ერთ პოპულარულ ხედა ითვლებოდა საწინახელების გამოსათლელად.

ფოთოლი გრძელყუნწიანია, ფართო კვერცხისებრი, ან მომრგვალო კვერცხისებრი, ძირში გულისებრი, 70-120 მმ სიგრძის და 60-90 მმ სიგანის, მრგვალი და მახვილი კბილებით ორჯერად დაკბილული.

მამრობითი ყვავილების მჭადა (ჩურჩხელასებრი ყვავილედი) მონითალოა. ნაყოფის ნაჭუჭის გარშემო არსებული ბუდე (საბ-

ურველი) სქელია, კაკალზე (ნაყოფზე) ბევრად გრძელი, ღრმად დაკუნწული, გრძელ, ვიწრო, მახვილ, მოლუნულ ნაწილებად, გამხმარი ზემოდან იხსნება და სიგრძეზე ნაოჭები გამოეხსება. ნაყოფი (კაკალი) ოდნავ მობრტყია, აქვს მეტად სქელი, წერტილებმოფენილი ნაჭჭი. ნაყოფის ქუსლი (ის ნაწილი, რომლითაც იგი საბურველზეა (ბუდეზეა) მიმაგრებული) დიდა, თითქმის ნაყოფის ნახევარს შეადგენს და ირგვლივ მსხვილკბილა არშიითა შემოვლებული. ნაყოფი აგვისტო-სექტემბერში მწიფდება.

გავრცელებულია მთის ქვედა და შუა სარტყლის ტყეებში (აფხაზეთი, რაჭა-ლეჩხუმი, ქართლი, კახეთი, თრიალეთი), აგრეთვე მუხნარების სარტყელში (ა. მაყაშვილი, 1952; ი. აბაშიძე, 1962; საქართველოს მცენარეების სარკვევი, ტ. I, 1964).

დათვის თხილის სამკურნალო ღირსებები ნაკლებადაა ცნობილი მოსახლეობისათვის. ამიტომ ლიტერატურაშიც იშვიათად მოიხსენიება, როგორც სამკურნალო მცენარე. ამ მხრივ მდიდარია ბულგარული სამედიცინო წყაროები, რომელთა მიხედვით დათვისთხილა კორონალური სისხლძარღვების გამაგანიერებელი საშუალებაა.

ბულგარეთის ხალხური მედიცინა დათვისთხილას ფოთლებსა და კანს იყენებს მსუბუქი და საშუალო ფორმების ჰიპერტონიის სამკურნალოდ, აგრეთვე წინამდებარე ჯირკვალის გადიდების დროს. ექსპერიმენტული გამოკვლევებით დადასტურებულია დათვის თხილის ჰიპერტონიის საწინააღმდეგო თვისებები.

ერთ სუფრის კოვზ წვრილად დაჭრილ ხმელ ფოთლებს ან ტოტებიდან შეგროვილ კანს, ერთ ჭიქა (200 მლ) მდულარე წყალს ასხამენ. სვამენ 1-2 სუფრის კოვზ ნაყენს რამდენჯერმე (თანამედროვე ფიტოთერაპია, 1988).

დათვის კენკრა - ARCTOSTAPHYLOS CAUCASICUS LIP.



მანანასებრთა ოჯახს ეკუთვნის. მინაზე გართხმული ბუჩქია 80 სმ-მდე სიგრძით, ფოთლები უკუკვერცხისებრ წაგრძელებული ფორმისაა, ტყავისებრი და კიდემთლიანი, 2,5 სმ-მდე სიგრძის.

ყვავილის ჯამი 5 წვერიანია. ყვავილის გვირგვინი კვერცხისებრ-ქოთნისებურია, მოვარდისფრო. ყვავილები ტოტების კენწეროზე მოკლე, მცირერიცხოვანყვავილებიან თავჩაქინდრულ მტევნებშია შეკრებილი. 1-5 თესლიანი წითელი ფერის მრგვალი ნაყოფი, კურკიანაა. გვხვდება ზღვის დონიდან 1000-2400 მ სიმაღლეზე. იზრდება ფიჭვნარებში, სუბალპებსა და ალპურ სარტყელში, მშრალ, ღორღიან ნიადაგებზე. შედარებით ხშირია აფხაზეთში, სვანეთში, რაჭა-ლეჩხუმში, სამეგრელოსა და იმერეთში.

მედიცინაში ყვავილობის დროს მოკრეფილი ფოთლები გამოიყენება. მისი პრეპარატები ფართოდ გამოიყენება სადენინფექციო და შარდმომგვრელ საშუალებად, საშარდე ბუშტისა და საშარდე გზების ანთებად დაავადებისას (პიელიტი, ცისტეტი, ურეტრიტი), ვეტერინარიაშიც ამავე მიზნით გამოიყენება. გარდა ამისა მას იყენებენ მასტიტის დროსაც. დაღვეის შემთხვევაში იგი აღიზიანებს კუჭ-ნაწლავის

ტრაქტის ლორწოვან გარსს, რაც ცალკეულ შემთხვევებში გამოხატულებას პოულობს გულის რევაში, პირღებინებასა და კუჭის აშლილობაში (დ.ნ. გოლოვკო, ე.ს. ზაბოლოტინაია, ო.ს. რადილი, 1962).

ა. დ. ტუროვას (1974) მიხედვით დათვის კენკრას იღებენ ცისტეიტის დროს, რომელიც მადეზინფიცირებელ და დიურეზულ გავლენას ახდენს, ამით საშარდე გზები ირეცხება ანთების გამომწვევი პროდუქტებისაგან და ამავე დროს დენინფექციაც უკეთდება. დიდი დოზების დროს ვლინდება პირღებინება, გულისრევა, კუჭის აშლილობა და სხვა მოვლენები. გამონახარშსა და ნაყენს არასასიამოვნო გემო აქვს. გამონახარში შემდეგნაირად მზადდება: 5 გრ ფოთოლს ასხამენ 100 მლ წყალს. ფოთოლი 0,3-0,5 მმ ზომით ქუცმაცდება და ოთახის ტემპერატურის წყალს ასხამენ, ადუღებენ 15-30 წუთის განმავლობაში ნელი დუღილით და წურავენ. ინახავენ გრილ ადგილას.

წყლით გამონაწვლილსაც გამონახარშივით აკეთებენ, მაგრამ ამ შემთხვევაში მდულარე წყალს ასხამენ და 5-10 წუთს ხარშავენ, ამის შემდეგ 40 წუთს დგამენ. იღებენ 1 სუფრის კოვზს დღეში 3-4-ჯერ.

ლიტვის ხალხური მედიცინა დათვის კენკრას ჩვილ ფოთლებს სისხლგამწმენდ, ხოლო ზრდასრულ ფოთოლს შარდმდენ, ანთების საწინააღმდეგო, სისხლშემადგებელ და რევმატიზმის საწინააღმდეგო საშუალებად მიიჩნევს. ყვავილებიან ტოტებს იყენებენ გულის დაავადებების, ხოლო ნაყოფებს კუჭის აშლილობის დროს (შიმკუნაიტ, 1965). ფოთლებისაგან შესაძლოა შავი, მწვანე და ყავისფერი საღებავების მიღება.

წერული დაავადებისას დათვის კენკრას ფოთლებს ურევენ შავბალახას თანაბარი რაოდენობით,

კერძოდ თითო სუფრის კოვზ დათვის კენკრას ფოთოლსა და შავბალახას იღებენ 3 ჭიქა წყალზე და ხარ-შავენ $1/3$ წყლის აორთქლებამდე. დარჩენილ სითხეს წურავენ და ერთი დღის განმავლობაში 3-ჯერ სვამენ (მ.ა. და ი.მ. ნოსალები, 1960).

ბულგარეთის მედიცინა დათვის კენკრას ფოთოლს საშარდე გზების ანტისეფტირებისათვის იყენებს. ხმარობენ ქრონიკული ცისტიტისა და პიელიტის დროს. რაკი ტუტე რეაქციის პირობებში უფრო კარგად მოქმედებს, ამიტომ ურჩევენ, რომ ფოთლების გამოწმარებთან ერთად ერთი ჩაის კოვზი სასმელი სოდაც მიიღონ ავადმყოფებმა. ხანგრძლივ გამოყენებას არ ურჩევენ.

გამოიყენება წყლიანი ნაყენის სახით: 1 სუფრის კოვზ წვრილად დაჭრილ ფოთლებს ასხამენ 2 ჭიქა ცივ წყალს და ასე დგამენ მთელი ღამის განმავლობაში, ამის შემდეგ ხარშავენ 5 წუთს, წურავენ და სვამენ 1-2 სუფრის კოვზს დღეში 3-4-ჯერ. ნახარშს არ იყენებენ ადგილობრივი გალიზიანებების თავიდან აცილების მიზნით (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

დედოფლისთითა - VERONICA OFFICINALIS L.



შვენამალასებრთა ოჯახს ეკუთვნის. დედოფლისთითა, გურიამი ცნობილია ონჯახუსასხელით, აჭარაში ნაღრძობის ბალახი. მსოხავეფესურნიანი მრავალწლიანი ბალახია. ღერო მწოლარეა ან ოდნავ წამოწეული. მინასთან შეხების ადგილებში დამატებით ფესვებს იწვევს. სიგრძით 15-30 სმ-ს აღწევს.

უკუკვერცხისებრი ან ელიფსური, მოკლეყუნწიანი ფოთლები ნაპირებში ხერხისმაგვარადა დაკბილული და ღეროზე ერთმანეთის მოპირდაპირედაა განლაგებული.

კენწრულ მტევნებად შეკრებილი მკრთალი ცისფერი ყვავილები ამოსულია კენწეროსთან ახლომყოფი ფოთლების ილიებიდან, ხშირად სულ ორი მტევანია მცენარეზე.

ყვავილობა მაისიდან დაწყებული სექტემბრამდე გრძელდება. ნაყოფი სამკუთხა უკუკვერცხისებრი ფორმისაა ნაკვეთილი თავით.

გვხვდება უმეტესად ნიწვოვან ტყეებში – ნაძვნარებში, ნაძვნარ-სოჭნარებში და ფიჭვნარ-ნაძვნარებში.

ეს მცენარე ხალხურ მედიცინაში საკმაოდ პოპულარულია. მას იყენებენ ჭრილობების შეხორცების დასაჩქარებლად, საშარდე ბუშტის ტკივილის, სისხლდენის და გაციების დროს. იგი ადვილებს

ნახველის ამოღებას. მას იყენებენ ასთმისა და ყელის ანგინის დროს, კანზე გამოწმარებისა და ფურუნკულის სამკურნალოდ. ურჩევენ აგრეთვე როგორც შარდდამდენ საშუალებას თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის კენჭოვანი დაავადებების დროს. ამ ბალახის სპირტიანი ნაყენს ხალხური მედიცინა ევზემის სამკურნალოდ იყენებს, დადებით შედეგებს იღებენ ქერტლის მკურნალობაშიც.

მონახარშის მოსამზადებლად 20 გრ ბალახს იღებენ ერთ ლიტრ წყალზე და ადულებენ 5-7 წუთის განმავლობაში ნელ ცეცხლზე. მ.ა. და ი.მ. ნოსალების (1960) ცნობით კანზე გამოწმარების, ევზემის და სიყვითლის დროს დადებით შედეგს იძლევა მონახარში, რომლის შემადგენლობაში შედის: დედოფლისთითა, სამფერი ია და ორკბილა, თითოეული 10-10 გრ-ის რაოდენობით 1 ლიტრ წყალზე. ერთი ლიტრი მონახარში ერთი დღე-ღამის დოზაა დასალევად.

აღნიშნულ ავტორთა მონაცემებით დადასტურებულია, რომ გარეგან სახმარად კარგ შედეგს იძლევა დედოფლისთითას სპირტიანი ნაყენი. საამისოდ ნედლი აყვავებული ბალახიდან გამოწმარულ 250 გრ წვეს ასხამენ 90 გრადუსიან 250 გრ სპირტს და 10 დღეს დადგამენ.

საერთოდ უნდა აღინიშნოს, რომ დედოფლისთითა სუსტადმოქმედი საშუალებაა და მის სამკურნალო ეფექტზე ხალხში არსებული შთაბეჭდილებები რამდენადმე გადაჭარბებულად გვეჩვენება. ხანგრძლივი ხმარებისას კი დადებითი შედეგები აღინიშნება.

დვალურა - POLYGONUM BISTORTA L.

დვალურა – Polygonum bistorta ნიწბურასებთა ოჯახის მრავალწლოვანი, გველისებრდაკლაკნ-ილფესურნიანი, 30-100 სმ სიმაღლის მთის ბალახია. ღერო მარტივია (არადატოტვილი), რომელზედაც გრძელი ან მოგრძო-ლანცეტა, ბრტყელი, ოდნავ ტალღისებრკიდეებიანი, ყუნწიანი ფოთლები



მორიგეობითაა განლაგებული. ფესვთანი ფოთლების ყუნწები ძალიან გრძელი და გვერდებზე ფრთებჩაველებულია. ყუნწების სიგრძე 20-30 სმ-მდე აღწევს. ფოთლის ყუნწის ძირი და ფოთოლთანები ვაკინისებრ ეხვევა ღეროს. კენწრული აღმამდგომი თავთავისებრი ცილინდრული ყვავილედის ხშირყვავილოვანია 2-6 სმ სიგრძითა და ბაცი ვარდისფერი ყვავილებით.

აღწერილ სახეობასთან თავისი სისტემატიური მდგომარეობით და ქიმიური შემადგენლობით ძალიან ახლოს დგას საქართველოს მთებში ფართოდ გავრცელებული *Polygonum carneum* C. Roch. ეს სახეობაც წარმატებით გამოიყენება სამკურნალოდ.

დეალურას პრეპარატები გამოიყენება მწვავე და ქრონიკული ფალარათიანობისა და ნაწლავების ანთებითი პროცესების დროს, პირის ღრუს ანთებითი პროცესების ჩასაქრობად, პირში ჩაგუბებით (სტომატიტის და გინგივიტის დროს). დეალურას პრეპარატები ტოქსიკური არაა (ე.ს. ზაბოლოტსაია, 1962).

ტანინების რაოდენობა დეალურას ფესვურაში 15-22%-ს აღწევს. ამიტომ ჯერ კიდევ 1905 წელს იგი რეკომენდებული იქნა სამხრეთ

ამერიკიდან იმპორტირებულ მცენარე რატანის შემცველად. დეალურამ თავისი დანიშნულება სავსებით გაამართლა.

იყენებენ დეალურას ფესვურას ნახარშს. ორ ჩაის კოვზ წვრილად დაჭრილ ფესვურას ერთ ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ. მზადდება ფესვურას ფხვნილიც (ვ. მ. სალო, 1975).

ფესვურას ადრე გაზაფხულზე ან გვიან შემოდგომაზე აგროვებენ. ხალხურ მედიცინაში პოპულარულია ქრონიკების, სისხლდენის, მუწუკების, დიზენტერიისა და საშარდე ბუშტის სამკურნალოდ.

შიგნით მისაღებად იყენებენ დეალურას ფხვნილს თითო ჯერზე 0,5-1,0 გრ-ის რაოდენობით, დღეში სამჯერ კუჭის აშლილობის, დიზენტერიის დროს ტენეზმების (ჭინთვის) დროს..

ნაღვლისა და საშარდე ბუშტის კენჭების დროს აძლევენ ნახარშს: 20 გრ ფესვურა 1 ლ წყალზე, ხარშავენ 20 წუთის განმავლობაში, დღეში 1-1,5 ჩაის ჭიქას სვამენ. ამასთან იცავენ დიეტას: არ ჭამენ ხორცს, ღორის ქონს, თევზეულს, კვერცხს, მლაპე საქმელებს და არ სვამენ ალკოჰოლურ სასმელებს. მტკივნეულ ადგილზე კი სათბურას იდებენ და წოლით რეჟიმს იცავენ. ნაღვლის ბუშტის კენჭების შემთხვევაში, ნახარშის გარდა, დღეში 2-3 სუფრის კოვზ შავი ბოლოკის წვენსაც სვამენ.

შინაგანი ორგანოებიდან (კუჭის წყლული, ნაწლავები) სისხლდენის დროს ყოველი ორი საათის შემდეგ თითო სუფრის კოვზ ნახარშს სვამენ, რომელსაც შემდეგნაირად ამზადებენ: 5 გრ დეალურას წმინდად დაჭრილ ფესვურასა და 1 ჩაის კოვზ სელის თესლს 200 მლ წყალში 7-10 წუთს ხარშავენ.

ჭრილობებისა და კანზე არსებული მუწუკების სამკურნალოდ უფრო დიდი კონცენტრაციის ნახარშს იყენებენ: 15 გრ ფესვურა 0,5 ლ წყალზე.

ქალბებში თეთრად შლის დროს დეალურას სხვა მცენარეებში ურევენ: 2 გრ დეალურა, წინმატურა - 10,0 გრ, ფითრის ფოთლები - 15,0 გრ, მუხის კანი - 10,0 გრ, წყლის ნინჯა - 10,0 გრ და ფარმანდუკის ყვავილები - 15,0 გრ. ამ ნარევიდან 10 სუფრის კოვზს იღებენ და 2 ლ წყალს ასხამენ, წელ ცეცხლზე ნახევარ საათს ხარშავენ. ამ ნახარშით (იმდენად ცხელი, რომ ორგანიზმისათვის მოსათმენი იყოს) ურეცხავენ საშვილოსნოს ყელს რაც შეიძლება ნახარშის ღრმად შესხურებით (მ.ა. ნოსალი, ი.მ ნოსალი, 1960).

ა.პ. პოპოვის (1974) მტკიცებით დეალურას შარდმდენი თვისებაც გააჩნია. იგი ნახარშის მომზადების შემდეგ წესს აღწერს: 5 გრ დეალურას ფესვურა 200 მლ წყალზე. სვამენ ნახევარ ჩაის ჭიქას (100 გრ) დღეში 2-3-ჯერ.

დიდგულა - SAMBUCUS NIGRA L.

ცხრატყავასებრთა ოჯახში შედის. დიდგულა ბუჩქია, მაგრამ კარგ პირობებში დაბალტანინან ხედაც იზრდება. მისი სიმაღლე 2-6 (10) მ ფარგლებში მერყეობს, ღეროს დიამეტრი კი 30 სმ-მდე აღწევს. ღეროზე ქერქი მონაცრისფრო-ჩალისფერია, რამდენადმე გაკორპებული და დაღარული. ყლორტები მწვანეა, შემდგომ კი ნაცრისფერს იღებს და უხვი მოყვითალო მეჭეჭებითაა მოფენილი.

კენტფრთართული 3-9 წაგრძელებულ-კვერცხისებრ გრძლად წაწვეტებული კიდედაკბილული ფოთოლაკებიანი ფოთლები ყლორტებზე ერთიმეორის პირისპირაა განლაგებული.

სურნელოვანი ღია-ყვითელი ყვავილები ყლორტების კენწეროებზე ქოლგისებრ ყვავილედებადაა შეკრებილი.

შავი ფერის წვნიანი ნაყოფი კურკიანია, მრგვალი, დიამეტრში 6 მმ-მდე, 2-4 ყავისფერი კვერცხისებრი გარდივარდმონაოჭებიანი კურკით. ყვავის მაის-ივნისში, ნაყოფი აგვისტო-სექტემბერში



მნიფდება, მრავლდება თესლით, მოჭრის შემთხვევაში ძირკვი უხვ ამონაყარს იძლევა.

ჩრდილის ამტანი მცენარეა, ტყის კალთის ქვეშ ქმნის ქვეტყეს, იზრდება ღია ადილებშიც, სინესტის მომთხოვნი მცენარეა, ხშირად გვხვდება ტენიან ხევებსა და ხეობებში. აზონალური ჯიშია, ე. ი. გვხვდება როგორც ბარად, ასევე საკმაოდ მაღალ მთებშიც 1600 მეტრამდე ზღვის დონიდან. ჩვეულებრივ სიცივის ამტანად ითვლება, მაგრამ 1700 მ-ზე ზევით შემჩნეულია მისი მინისზედა ნაწილების მთლიანად მოყინვა.

საქართველოში დიდგულა თითქმის ყველა ფორმაციის ტყეში გვხვდება ქვეტყის სახით, გარდა არიდული ნათელი ტყეებისა, არეალი მართლაც საკმაოდ ვრცელი აქვს, მაგრამ რაოდენობრივად არცთუ იხე მრავალრიცხოვანია.

დიდგულას ნაირგვარი ფორმები არსებობს (დაძენდილოფოთლებიანი, ჭრელფოთოლა, მტირალა, ნავალა, მომრგვალებულ ვარჯიანი, ნაირფეროვან ნაყოფებიანი და სხვა), ამიტომ იგი კულტივირებულია ბალ-პარკებში.

დიდგულას ყვავილი შეიცავს გლიკოზიდებს – სამბუნიგრინს, სამცინს, რუტანს, აგრეთვე ეთერ-ზეთს, ქოლინს და ქლორიგენს, კოფეინს, კატაბალახას, ვაშლისა და ძმრის მუავებს, ვიტამინ C-ს. ნაყოფები მდიდარია C და E ვიტამინებით, ეთერზეთით, შაქრებით (5-6 პროცენტი), მათშივე მოიპოვება კაროტინი, ანტოციანები, მთრიმლავი ნივთიერებები, კარბომუავები და ამინომუავები. ხასიათდება გამხსნელი თვისებით.

დიდგულას ქერქს გამხსნელი (საფაღარათო), ოფლმომგვრელი და პირღებინების გამომწვევი თვისებები გააჩნია.

მომუჯავო-ტკბილი ნაყოფები საჭმელად ვარგისია, გამოიყენება მარმელადის, მურაბის, სიროფის, ჯემის, ძმრის მოსამზადებლად. წარმოებაში მას იყენებენ ღვინის შესაფერადებლად, ჩაისა და ყავის შემცვლელების დასამზადებლად.

ყვავილები, რომელთაც ნუშის სუნი აქვთ, კონიაკ-ლიქიორისა და საკონდიტრო წარმოებაში გამოიყენება.

დიდგულას პრეპარატები მედიცინაში ინჰალაციის სახით გამოიყენება სასუნთქი გზების დაავადებისა და ბრონქოექტაზის დროს, ქერქის პრეპარატები კი თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის სამკურნელოდ.

ყვავილებისაგან ჩაის ამზადებენ და ოფლდამდენად იყენებენ. ნაყოფებისაგან ექსტრაქტს ამზადებენ და გამხსნელად იყენებენ. ქერქისაგან მიღებულ ექსტრაქტს უნიშნავენ როგორც ოფლდამდენ, დიურეტულ და გამხსნელ საშუალებას.

თბილისის ფარმაკოქიმიურ სამეცნიერო კვლევით ინსტიტუტში მომზადდა დიდგულას ექსტრაქტი (ტ. ს. კირთაძე), რომელიც რეკომენდებულია კლინიკური ცდებისათვის ისეთი დაავადებების წინააღმდეგ, რომელთაც თან ახლავთ შემუშება.

სხვადასხვა მიზეზით (თირკმლების, გულის) გამონეული შემუშებების მქონე 30 ავადმყოფი ექსტრაქტს იღებდა 10-15 მლ რაოდენობით დღეში სამჯერ, რომელთაც აღენიშნათ დიურეზის მომატება და შარდის ხვედრითი ნონის შემცირება. პრეპარატის გამოყენებისას, ე. წ. გვერდითი მოვლენები შემჩნეული არ ყოფილა (ციტირებულია ა. დ. ტუროვას, 1974, მიხედვით). ამავე ავტორის მიხედვით დიდგულას ყვავილების ნაყენის მომზადება შემდეგნაირად ხდება: 5-15 გრ დაქუცმაცებულ ხმელ ყვავილს ასხამენ 200 მლ მდულარე წყალს, დგამენ 20 წუთით და ფილტრავენ. სვამენ $\frac{1}{4}$ ჭიქას 3-4-ჯერ დღეში, ჭამამდე 15 წუთით ადრე. დიდგულას ტოტების ქერქისაგან სითხოვან ექსტრაქტს ამზადებენ, ნედლეულის შეფარდება გამონაწვლილთან არის 1:1.

მ. ა. და ი. მ. ნოსალევის (1960) მიხედვით გაციების, მკერდის არეში ხიხინის და მშრალი ხველის დროს დღეში 3 ჭიქა დიდგულას გამონაწვლილს სვამენ, რომელიც მომზადებულია ასეთი დოზით: 20 გრ დიდგულას ყვავილი 1 ლ წყალზე. ამასთან ურჩევენ ლოგინში წოლას. ამავე გამონაწვლილს (ჩაის) სვამენ როგორც სისხლის გამწმენდ საშუალებას, აგრეთვე რევმატიზმების, ნიკრისის ქარის და არტრიტის დროს.

ჩვილ ფოთოლაკებს თაფლში ხარშავენ და გამხსნელ საშუალებად ღებულობენ ქრონიკული შეკრულობის დროს.

დიდგულას ფესვებისა და ქერქის ნახარში (თითოეული 15-15 გრ 1 ლ წყალზე ადუღებენ 20 წუთს ნელი დუღილით) გამოიყენება თირკმლების წყალმანკისა და დიაბეტის სამკურნელოდ, მაგრამ ყველა

ამ შემთხვევაში უფრო ეფექტურადაა მიჩნეული არა დიდგულა, არამედ ანწლი.

ყურის ტკივილის, რევმატიზმის და ნიკრისის ქარით გამოწვეულ სიმსივნის დროს პატარა ტილოს პარკში თანაბარ რაოდენობით ყრიან დიდგულასა და სააფთიაქო გვირილის ყვავილებს, ამის შემდეგ პარკს შიგთავსით ასველებენ მდულარე წყლით და ცხელ მდგომარეობაში იღებენ მტკიცეულ ადგილზე.

ორწლიან ტოტებს მოაფხეკენ გარეგან ნაცრისფერ მკვდარ თხელ ქერქს და ჰყრიან, ამის შემდეგ დარჩენილ თხელ მომწვანო ნაზ ქერქს მოაცილიან (მოაფხეკენ) დანით მერქნამდე დასვლით.

ასეთნაირად მოგროვილ ნაზ მწვანე ქერქს ასხამენ ცხელ „კანაფის რძეს“ და ფრთხილად იღებენ წითელი ქარის ანთებიან კერებზე, გაშრობის შემთხვევაში იმავე „რძეში“ დასველებული ბამბით ასველებენ და ფრთხილად ააძრობენ გამხმარ ფენას, რის შემდეგაც კვლავ ადებენ ზემოაღნიშნული წესით მომზადებული პასტის ახალ ფენას და ასე იმეორებენ მანამ, სანამ არ ჩაქრება წითელი ქარით გამოწვეული ანთება.

„კანაფის რძე“ შემდეგნაირად მზადდება: კარგად დანაყილ კანაფის თესლს ასხამენ მდულარე წყალს (2 ნაწილ თესლზე 1 ნაწილი წყალი), ამის შემდეგ მას წნეხით წურავენ. მიღებული სითხე არის „კანაფის რძე“.

დიდგულას ყვავილებს, ღილილოს გვირგვინის ფურცლებს, დანაყილ კორდისკილას იღებენ თითო ჩაის კოვზს, ერთიმეორეში ურევნენ და ერთ ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ, რამდენჯერმე წურავენ სუფთა ხამ ქსოვილში. ამ განურულ სითხეში ასხამენ 15-20 წვეთ ლემას თესლის სპირტზე ნაყენს. ასეთნაირად შეზავებული სითხით ირეცხავენ თვალებს, ე. ი. რამდენიმე წვეთს იწვეთებენ თვალებში, მის კომპრესს იღებენ თვალებზე ანთების დროს, აგრეთვე თვალზე ლიბრის (ბისტის) გადაკერის დასაწყისში, განსაკუთრებით სიყვითლით შეპყრობილ ავადმყოფებში. მ.ა და ი.მ. ნოსალები (1960) აღნიშნავენ, რომ აღწერილი რეცეპტი ნაცადი საშუალებაა. ყოველ შემთხვევაში ამ რეცეპტით მომზადებული სითხის გამოყენება ექიმის გამოწერისა და მისი უშუალო მეთვალყურეობის გარეშე ყოველად დაუშვებელია.

დიდგულას როგორც წვლი, ისე ხმელი ნაყოფისაგან შესაძლოა ხილფაფისა და კისელის მომზადება, რომელიც უვნებელია და დასაშვებია თვით უმკაცრესი დიეტური რეჟიმის დროსაც კი კუჭისა და ნაწლავების ყოველგვარი მძიმე დაავადებისას. ამასთან მოხარშული ნაყოფები კარგად უნდა გაისრისოს და გაიწუროს ხამ ქსოვილში.

ბულგარეთის მედიცინა სამკურნალოდ დიდგულას ყვავილებსა და ნაყოფს იყენებს, ამასთან იქ მიჩნეულია, რომ დიდგულას ყვავილები ოფლმომგვრელ გავლენას ახდენს და ხელს უწყობს გაციების დროს სასუნთქი ორგანოებიდან შესქელებული სეკრეტორების გამოდევნას. ნაყოფები ფაქიზ გამხსნელად მოქმედებს, ფოთლები კი შარდმდენ და საფალარათო საშუალებადაა აღიარებული, ამიტომ მათ თირკმლით დაავადებულებს უნიშნავენ.

ყვავილებს ცხელი ნაყენის სახით იღებენ: 2 ჩაის კოვზი ყვავილები ერთ ჭიქა მდულარე წყალზე, დგამენ 10 წუთს და შემდეგ წურავენ (დღე-ღამური დოზა – სვამენ ყლუპ-ყლუპობით ერთ-ორ დოზად).

ნაყოფისა და ფოთლებისაგან ცივი წყლის გამოწნავილს ამზადებენ: $\frac{1}{2}$ ჩაის კოვზ ხმელ ნაყოფს ან $\frac{1}{2}$ სუფრის კოვზით დაქუცმაცებულ ფოთოლს საღამოთი დგამენ ერთ ჭიქა წყალზე. ღილით გამოწნავილს ათობენ და სვამენ.

ფესვების ქერქის ნახარშს იღებენ წყალმანკის და ზედმეტი სიმსუქნის დროს, ნაყოფების მარმელადს კი როგორც შარდმდენს და გამხსნელ საშუალებას. ფოთლების ნახარშს ურჩევენ აბაზანებისათვის რევმატიზმის, ნიკრისის ქარის, ბუასილის და კანზე გამოწყარების წინააღმდეგ.

დიდკაპა, ცერქო - FOENICULUM VULGARE MILL.

ქოლგოსანთა ოჯახის 90-200 სმ სიმაღლის მრავალწლოვანი ბალახია, თითისტარისებრი დატოტვილი, ხორცოვანი, მოყვითალო თეთრი ფესვით. ღერო წვრილწარებჩაველებულია მთელს სიმაღლეზე და ცისფერი ნაფიფქითაა დაფარული, ზოგჯერ დამუხვლის ადგილებში მონითალოა. გარშემოწერილობის მიხედვით კვერცხისებრ-სამკუთხედი, სამგზის ფრთისებრგანკვეთილი ფოთლები ღეროზე მორიგობითაა განლაგებული. ქვედა მათგანი უფრო დიდი და ყუნწიანია, ღეროს შუა და ზედა ნაწილის წვრილი და მოგრძო ვაგინებზე მჯდომი შედარებით მცირე ზომის ფოთლები ხაზურ-ძაფისებრი ან ძაფისებრი ნაწილაკებიანია, ისე როგორც ქვედა ფოთლები. მოყვითალო ყვავილები მრავალრიცხოვან უთანაბრო ზომის სხივებიან რთულ უსაბურვლო ქოლგებშია შეკრებილი. ნაყოფი მორუხო ან მომწვანო-მურაფერის, წაგრძელებული ცილინდრული, ზემოთ და ძირში შევიწროებული ორთესლიანი თესლურა. თითოეულ მათგანს (მერიკარპიუმს) ზურგის მხარეს ხუთ-ხუთი კარგად გამოსახული ნა-



თელი ნიბო გასდევს. ყვავის ივლის-აგვისტოს განმავლობაში, ნაყოფები კი მომწიფებას სექტემბრიდან იწყებს.

ველურად შედარებით მცირედ გვხვდება, როგორც აღმოსავლეთ, ასევე დასავლეთ საქართველოში. საერთოდ კი ბოსტნეუბში ფართოდ დანერგილი მცენარეა.

იზრდება უმთავრესად მშრალ, ქვა-ლორღიან ფერდობზე, აგრეთვე გზისპირებსა და საცხოვრებელი ადგილების შემოგარენში. სამკურნალოდ თესლები გამოიყენება კუჭდნაწლავების დაავადების შემთხვევაში, როგორც მსუბუქად გამხსნელი და გაზებგამომდევნი, აგრეთვე ამოსახველებელი საშუალება. გარდა ამისა თესლებს ზოგჯერ ნალღის ბუშტისა და თირკმლების კენჭოვანი დაავადებების დროსაც უნიშნავენ (ი.ა. ალექსიანი, 1962).

საქართველოში დიდკამას სამკურნალოდ ოდითგანვე იყენებდნენ. მისი თესლების ფქვილისაგან ძმრის შერევით მოზეილი ცომს სიმსივნეზე ადებდნენ გასაწოვად (გასაქრობად). შარდის შეკავების დროს კი წამლებს კამისწყლით (მათ შორის დიდკამას წყლით) აძლევენ. თესლს კენჭოვანი დაავადებების დროს იყენებდნენ, ხოლო

დიდკამას წვენს თვალში გამოსავლებად ურჩევდნენ მხედველობის გასაძლიერებლად. მეძუძურ ქალებს წვენის მიღებას რძის გამოყოფის გაძლიერებისათვის უნიშნავენ (ნ. ნუნუნავა, 1960; ზ. შენგელია, 1983).

კუჭის ფუნქციონალური მოქმედების გასაუმჯობესებლად, კერძოდ შეკრულობის დროს შემდეგ ნარევს იყენებენ: ორი ნაწილი დიდკამას ან კამის თესლი, ორი ნაწილი გრძელწიწვ ღვიის ნაყოფი. ორივეს ნაყავენ და წვრილად დაჭრილ, შემდეგ ფხვნილადქცეულ ერთ ნაწილს ალოეს ურევენ. ამ ნარევიდან იღებენ ერთ ჩაის კოვზ ნედლეულს და ერთ ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ. გაგრილების შემდეგ ავადმყოფს აძლევენ თითო სუფრის კოვზს დღეში სამჯერ.

შარდშეკავების შემთხვევაში რეკომენდებულია შემდეგი ნარევის გამოყენება: კამის ან დიდკამას დანაყილი თესლი – ორი სუფრის კოვზი, ფხვნილადქცეული ანწლის ფესვურები – სამი სუფრის კოვზი, ცერცვეკალას ფხვნილი – ერთი კოვზი, ფხვნილადქცეული ალოე – ერთი კოვზი. იღებენ ერთ სუფრის კოვზ ამ ნარევს და ერთ ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ. სვამენ თითო სუფრის კოვზ ნაყენს დღეში სამჯერ (ა. პ. პოპოვი, 1974).

ჩეხოსლოვაკიაში დიდკამას თესლს ხმარობენ როგორც მადეზინფიცირებელ და ანთების სანინააღმდეგო საშუალებას, იყენებენ სასუნთქი გზების დაავადების, კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის მოშლის, აგრეთვე გლუვი კუნთების სპაზმების დროს. მიაჩნიათ, რომ იგი რძეს მატებს მეძუძურ ქალებს. უნდა გვახსოვდეს, რომ დიდი დოზით მიღებისას სპაზმების და სიმთვრალის გრძნობებს იწვევს (ვ. იირასეკი, ფ. სტარი, 1982).

ხალხურ მედიცინაში დიდკამას თესლს, მიწისზედა ნაწილებსა და ფესვებს იყენებენ. ხმელი დიდკამას ჩაის, ხოლო თესლისა და ფესვების წყალზე ნაყენს ამზადებენ. უნიშნავენ გაზების დაგროვების დროს და ტკივილგამაყუჩებლად ნაწლავების სპასტიკური ტკივილების შემთხვევაში. თესლს ქოლცისტიტის, ნალღის ბუშტისა და თირკმლების კენჭოვანი დაავადებების სამკურნალოდ იყენებენ. რძის სეკრეციის (გამოყოფის) გასაძლიერებლად კამის მიწისზედა ნაწილებს ურჩევენ.

ჭორფლისა და სისხლჩაქცევების მოსაცილებლად დანაყილი ნედლ დიდკამას მასას იღებენ. ველურად მოზარდ დიდკამას თირკმლებსა და საშარდ ბუშტში არსებული კენჭების დასაშლელად, აგრეთვე ცივი-ცხელებისა და სიყვითლის შემთხვევაში იყენებენ (ი. ნურალიევი, 1989).

ბულგარეთის მედიცინა დიდკამას უმთავრესად გაზგამომდევნ და საჭმლის მონელების მასტიმულირებელ საშუალებად იყენებს. საამისოდ 1 ჩაის კოვზ დანაყილ თესლს 1 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ და 10 წუთის შემდეგ წურავენ. ბავშვებისათვის წყალზე ნაყენს თავლით ატკობენ. ერთი დღის განმავლობაში ერთ ჭიქა ნაყენს სვამენ სამ ჯერზე. კუჭსა და ნაწლავებში ჩხვლეტების შემთხვევაში დღეში 1½ ჭიქას სვამენ კვლავ სამ ჯერზე (თანამედროვე ფიტოთერაპია, 1988; დ. იორდანიოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

ავიციენა (1982) უფრო სასარგებლოდ ველურად მოზარდ დიდკამას მიიჩნევს, მხედველობის გასაძლიერებლად, თვალში ჩანვეთების გზით. მისი მტკიცებით ნედლი დიდკამა მეძუძურ ქალებში რძის მომატებას იწვევს. ცივი წყლის მიყოლებით მიღებული დიდკამა გულისრევას და კუჭის ანთებას აწყნარებს; იგი აძლიერებს შარდის გამოყოფას, აწესრიგებს მენსტრუაციას, შლის კენჭებს (განსაკუთრებით ველური დიდკამა), სასარგებლოა გაძნელებული შარდის და მშობიარე ქალის მომყოლისაგან გათავისუფლებისათვის..

მეღრო - RUBIA IBERICA (Fisch.) C. Koch.



ენდროსებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. ენდროს ხეესურეთში ხეესურის ლილას ეძახიან. გრძელფესურიანი, ოთხნახნაგლეროიანი, ნიბობის მთელ სიგრძეზე ქვემოთ წვერდახრილკლებიანი, მრავალწლიანი ბალახია. ფესურიდან მშრალი ღერო ამოდის, რომლის სიმაღლე 60-100 (200) სმ-ს აღწევს. ფოთლები ღეროზე რგოლურადაა განლაგებული, თითო რგოლში 4-6 ცალის რაოდენობით, ღეროს კენწრულ ნაწილში კი ორ-ორი. ფოთლები მჯდომარეა ან მოკლეყუნჩიანი, რომლის აქეთ-იქითაც ფრთებია ჩაელებული. გარეგნული მოყვანილობით ფოთოლი ლანცეტა ან ელიფსურია, 10 სმ-მდე სიგრძითა და 3 სმ-მდე სიგანით, ქვემოთა მხრიდან წვერილკლოვანი.

მომწვანო-ყვითელი წერილი ყვავილები ფოთლების ილიებში ამოსულ დატოტივლ ნახევრადქოლგა (დისხაფო) ყვავილებადაა შეკრებილი. ყვავილის გვირგვინი ძაბრისებრია. კურკიანასებრი წვნიანი, ბურთოვით მრგვალი. ნაყოფი 5-9 მმ სიძსხოსია. ყვავის იენისიდან, ნაყოფი კი აგვისტოში მწიფდება.

ენდროს ფესურა და ფესვები შიციავს ოქსიმეთილის და ოქსიაეთრაქინონისაგან წარმოებულ 6 პროცენტამდე გლიკოზიდებს, რომელთაც სპაზმოლიტური და შარდდამდენი თვისება გააჩნიათ, გარდა ამისა მათშია შექტინოვანი შაქრები და მთრიმლავი ნივთიერებები, ორგანული მუჟავები და სხვა.

როგორც გ.კ. ნიკონოვი (1962) აღნიშნავს მედიცინაში ფესვები გამოიყენება თირკმლებისა და ნაღვლის ბუშტის კენჭოვანი დაავადებების და ნიკრისის ქარის სამკურნალოდ.

მათ გააჩნიათ დიურეზული და სპაზმოლიტური თვისებები. დაკვირვებებით დადგენილია, რომ ენდროს პრეპარატები ხელს უწყობენ ფოსფორმუჟავს, მჟაუნმუჟავს და სხვა მარილების ორგანიზმიდან გამოდევნას, აგრეთვე ოქსალატების, ფოსფატების და ურეატების გახსნას, რაც ამ პრეპარატებში ანტრაგლიკოზიდების შემცველობითაა განპირობებული.

ფესურაში არსებული გლიკოზიდების გახლეჩვით მიიღება საღებავი ნივთიერებები: ალიზარინი, ქსანტოპურპურიანი, რუბიადინი და სხვა, რომელნიც ძალიან გამძლე ნივთს ფერად ღებავენ ქსოვილებს და სხვა ნივთებს, ისე, რომ ამით შეღებილი საგნები ასი წლის განმავლობაშიაც კი არ ხუნდება.

ენდროს სამკურნალო ეფექტს ხაზს უსვამს ა.დ. ტუროვაც (1974) და აღნიშნავს, რომ მისი პრეპარატები ეფექტურია კენჭოვანი დაავადებების დროს, იგი თანდათანობით აფხვიერებს და შლის თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის ქვებს.

ენდროს პრეპარატები არსებით გავლენას არ ახდენენ არტერიალურ წნეკსა და სუნთქვაზე, აძლიერებენ გულის კუმშვას, ამასთან მნიშვნელოვან გავლენას არ ახდენენ გულის რიტმზე. გააჩნიათ დიურეტული თვისება. უფრო აქტიურია ენდროს ექსტრაქტი, რომელიც ენდროს ფესვების მომქმედ ნივთიერებათა ჯამს შიციავს, აგრეთვე ფესვთა სისტემის ფზენილი.

ყველაზე უფრო სამკურნალო ეფექტს გამოვლენილია ფოსფორმუჟავ მაგნიუმის და კალციუმის კენჭოვანი დაავადებების მკურნალობისას.

ენდროს გავლენით ორგანიზმიდან გამოდევნილი ქვები მქისეზედაპირიანია, ფოროვანი, შეღებილია მოვარდისფრო-წითლად, იფხვნება, ენდროს გავლენით შარდი წითლად იღებება. დოზირება დამაკმაყოფილებლად ითვლება იმ შემთხვევაში თუ შარდი მოვარდისფრო-წითლად იღებება. შეღებვა პრეპარატის მიღებიდან 3-4 საათის შემდეგ იწყება და მთელ დღეს გრძელდება საშუალო დოზის მიღების შემთხვევაში.

0,25 გრ ენდროს აბებს ერთ მიღებაზე 2-3 ცალს იღებენ, დღეში სამჯერ, რომელსაც წინასწარ ნახევარ ჭიქა თბილ წყალში ხსნიან. მკურნალობის კურსი 20-30 დღეს გრძელდება. განმეორებით კურსს 4-6 კვირის შესვენების შემდეგ აწარმოებენ. ბათუმის ქიმიურ-ფარმაცევტული ქარხანა უშვებს პრეპარატს ენდროს ტაბლეტების სახით.

ცისტენალი კომპლექსური პრეპარატია, რომელიც შიციავს ენდროს ექსტრაქტს, ეთერზეთებს, მაგნიუმის სილიცილატს, სპირტსა და ზეთისხილის (ზეითუნის) ზეთს. გამოიყენება საშარდე ორგანოების კენჭოვანი დაავადებებისას. უნიშნავენ 3-4 წვეთს შაქარზე 30 წუთით ადრე ჭამამდე.

ჭვალის შეტევის დროს ერთდროულად 30 წვეთს უნიშნავენ, რომელსაც ჭამის შემდეგ იღებენ გამალიზიანებელი მოქმედების თვისებიდან აცილების მიზნით.

ენდროს გავრცელებულია მთის შუასარტყლის ბუჩქნარებში და მშრალ ფერდობებზე ქართლში, ქიზიყში, გარე კახეთში, გარდაბანსა და მესხეთში.

ჟირის გვირგვინი - PTERIDIUM TAURICUM (PRESL). V. Kreez



კილამურასებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. მრავალწლოვანი, 50-150, ზოგჯერ 200 სმ სიმაღლის, გრძელი მხოზავფესურვიანი მცენარეა. გრძელყუნწიანი ფოთლები ფესვურიდან განცალკევებულად ამოდის, რომელიც კონფიგურაციულად განიერფუძიანი სამკუთხედიისებრი ან კვერცხისებრია, ორჯერ ან სამჯერ ფრთათული, ქვედა მხარე წითური ხშირი ბუსუსებითაა შებუსუსული.

სპორები ივლის-აგვისტოში მწიფდება. გავრცელებულია საქართველოს უმეტეს რაიონებში როგორც ბარში, ისე მთაში, ზღვის დონიდან 1300 მ სიმაღლეზე, ხშირად გვხვდება სვანეთსა და რაჭის ფიჭვნარებში, ტყის ნაპირებში, ტყეკაფებზე, ტყის მასივების ყალთალებში. გავრცელებულია ნაბლნარებსა და სხვა ფორმაციის ფოთლოვან ტყეებში. დასავლეთ საქართველოში იგი აბეზარის სარეველაა ჩაის პლანტაციებსა და ციტრუსოვანთა ბაღებში. აღმოსავლეთ საქართველოში ასარეველიანებს საძოვრებს და სხვა.

ჩვილ ფოთლებს ზოგან მხალის სახით საქმელად იყენებენ. ფესვურებს შემოდგომით აგროვებენ, ახმობენ, ფქვავენ და მჭადში ურევენ. ნორჩ ფოთლებს და ფესვურებს ხალისით ჭამს ღორი. სხვა

ცხოველებისათვის საწამლაკი და საქონელიც არ ეკარება.

ენრის გვირგვინის სახამებლისაგან მომზადებული ბუბუკო (სახამებლის წებო) იაპონური ხურმის მოუმწიფებელი ნაყოფისაგან გამოწურულ წვენიდან შერევისა და ქალაღზე წასმის შემთხვევაში მას წყალგაუმტარს ხდის. ამ ბალახის ეს თვისება იაპონიაში გამოყენებული იყო წყალგაუვალი ქოლგებისა და ლაბადების დასამზადებლად.

თავისებური არასასიამოვნო სუნის გამო აფრთხობს ბევრ მწერს, ზოგან ენრის გვირგვინით ტენიდან ბალიშებსა და ლეიბებს. ასეთ საწოლებიან ოთახებში არ ბუდობდა ტარაკანა, ბუზი და ობობა. მის ფოთლებთან ობის სოკო ვერ ვითარდება, ამიტომ საუცხოო საფუთავი მასალაა შორს გადასატანი ან შესანახი ხილისა და ბოსტნეულისათვის. იგი ჩირქოვანი მუნუქებისა და ეგზემური წყლულების სამკურნალო მცენარეული მალამოს მოსამზადებლად ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი კომპონენტია. მალამოს მოსამზადებლად ენრის გვირგვინის ფესვ-ფესვურებს ფხვნიან, მღულარე წყალს გადაავლებენ, რის შემდეგ ხარშავენ რძეში და ღორის ქონს ურევენ მანამ, ვიდრე ვაუზისებრ (სიროფისებრ) ბლანტ სითხეს არ მიიღებენ. წინათ ფესვურას ორგანიზმიდან სოლიტერის გამოსადევნადაც ხმარობდნენ, მაგრამ სუსტი ქმედებაუნარიანობის გამო ამჟამად აღარ იყენებენ.

ვაზი - VITIS VINIFERA L.



ვაზი ყურძნისებრთა ოჯახის გრძელი ლიანა მცენარეა (30-40 მ სიგრძის), საქართველოში 600-ზე მეტი ჯიშის ვაზია ცნობილი.

ყურძენი სამკურნალოდ გამოიყენება კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის (ფუნქციონალური ნევროზი კუჭის წვენის მაღალი მჟავიანობით, სპასტიკური და ატონიური ყაბზობა), ნეფრიტის, ნივთიერებათა ცვლის მოშლის, სისხლნაკლებობის, ნერვების სისუსტის, ქრონიკული ბრონქიტის და როგორც საერთოდ გამამაგრებელი საშუალება ტუბერკულოზის დროს.

ძველ ქართულ ხალხურ მედიცინაში სამკურნალოდ იყენებდნენ ვაზის რქას და მის ნაცარს, ფოთოლს, ყურძენს, ქიშმიშს, ჩამიჩს, ვაზის რქასა და ისრიშის (მკვებე ყურძნის) შარბათს პირღებინების შესაწყვეტად (ნ. ნუნუნავა, 1960).

ავიციენას (1982) მიხედვით გარეული ვაზის გამოყენებით შესაძლოა ჭორფლისა და სისხლჩაქცევების გაქრობა. საამისოდ ვაზის წვენს იყენებენ. ვაზის რქის დანვის დროს გამოყოფილი წვენისა და ზეთუნის ზეთის ნარევის გამოყენებით შესაძლოა თმის მოცილება, გარეული ვაზის ფესვი კარგად წმენდს ყურებს ჭუჭყისაგან, შველის

სიყრუეს, მისი ქერქი თაფლთან შერევით ღრძილებიდან სისხლდენის სამკურნალოდ იხმარება.

კულტურული ვაზის ფოთლისა და გარეული ვაზის ყურძნის წვენს ასმევენ სისხლღებინების დროს.

ვაზის ფოთლის წვენი სასარგებლოა დიზენტერიის დროს. ვაზის "ცრემლებს" ღვინოსთან ერთად სვამენ კენჭების დასაშლელად. ბადაგი სასარგებლოა თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის დაავადების შემთხვევაში. ყურძენი და ქიშმიში გამოიყენება ნაწლავებში ტკივილების შეგარძნების დროს. ქიშმიში სასარგებლოა თირკმლებისა და საშარდე ბუშტისათვის. ყოველგვარი ყურძენი მავნეა საშარდე ბუშტისათვის (ავიციენა, 1982).

ტაჯიკეთის ხალხურ მედიცინაში შავ ქიშმიშს იყენებენ ნაირგვარი ავადმყოფობის მკურნალობაში, აგრეთვე საერთო სისუსტის დროს. სახსრებისა და კუნთების ტკივილის დროს უნიშნავენ დღე-ღამის განმავლობაში 1-2 ჩაის კოვზ ღვინის ძმარს ჭამის წინ. ვაზის ჩვილი ფოთლები და ლორთქო ყლორტები გამოიყენება ჰიპერტონიული და შაქრიანი დიაბეტის დაავადებათა სამკურნალოდ (ყლორტებსა და ფოთლებს ჩრდილში ახმობენ). 4 სუფრის კოვზ წვრილად დაჭრილ ფოთლებს (40-50 გრ) 0,5 ლ მდუღარე წყალს ასხამენ და ნელ ცეცხლზე 10-15 წუთს ხარშავენ. სვამენ 0,5 ჭიქას დღეში 3-4-ჯერ ჭამის წინ.

კ. კანტის (1913) მტკიცებით ყურძნის წვენი სისხლს მწმენდს, აძლიერებს ნივთიერებათა ცვლის პროცესებსა და კუჭის სეკრეტორულ ქმედებას. ყურძნით მკურნალობა ნაჩვენებია რაქიტის, ბუასილის, გულის დაავადებების, კუჭის ქრონიკული კატარის (დისპეპსიითა და კუჭის წვენის უკმარისობით), ღვიძლის გადიდების, ქრონიკული ნერწყვედნის დროს (ი. ნურალიევი, 1989).

ახლად გამოწურულ ყურძნის წვენს უნიშნავენ ანემიის, გულისა და ღვიძლის, აგრეთვე თირკმლების, ფილტვების დაავადების, ნიკრისის ქარის დროს, მძიმე დაავადებადადატანილ და ნაოპერაცივე ავადმყოფებს. ყურძენი დიურეზს აძლიერებს, შარდის რეაქციას ცვლის, მისი ტუტე რეაქციის გაზრდის თვალთახედვით, ეს კი კეთილისმყოფელ გავლენას ახდენს ურატული წარმოშობის კენჭების დაშლაზე, გარდა ამისა იგი ასეთი კენჭების გაჩენასაც გამოიწვევს. ამიტომ ყურძენი სასარგებლოა იმ პირთათვის, ვისაც ურატული კენჭების წარმოშობისაკენ აქვს მიდრეკილება. ფოთლები ხელს უწყობს ორგანიზმიდან მეთუნეების გამოდევნას, ამიტომ იგი დადებით შედეგს იძლევა ნიკრისის ქარის ("პოდაგრის") მკურნალობაში, საამისოდ რეკომენდებულია ნედლი ფოთლები ან მათგან გაკეთებული წყალზე ნაყენი (ჩვილ ფოთლებს აგროვებენ და ჩრდილში ახმობენ).

1 სუფრის კოვზ ფოთლებს (10-15 გრ) 1 ჭიქა (200 მლ) წყალს ასხამენ და 15 წუთს ადუღებენ. სვამენ 0,5 ჭიქას დღეში 3-4-ჯერ. ჰიპერტონიური დაავადების დროს ჩვილი ფოთლებისა და ყლორტების წყალზე ნაყენს (1:10) იყენებენ.

ძაღლებისა და კატებისაგან ადამიანზე გადადის სირსველი, რომელსაც ოდითგანვე წარმატებით კურნავდნენ ქიშმიშით. ქიშმიშს შუაზე ჭრიან და განაჭერი ზედაპირით სირსველიან ადგილს კარგად იზღვენ. მკურნალობის პირველსავე დღეებში დაავადება (სირსველა) სავსებით იკურნება (პ. მ. კურენოვი, 1955).

სიფრთხილის ღონისძიებები: ტკბილი ყურძენი მიუღებელია დიაბეტიანებისათვის, მწვავე დიზენტერიისა და ჰიპერტონიული დაავადების დროს. ყურძნის მიღება რძესთან, კიტრთან, ნესვთან და ცხიმოვან საჭმელებთან, მინერალურ წყლებთან, თევზთან, ლუდთან ერთად ხშირად კუჭის აშლას იწვევს (ი. ნურალიევი, 1989).

ჰარდკანაფა - EUPATORIUM CANNABINUM L.



ასტრასებრთა (რთულყვავილოვანთა) ოჯახში შედის. მრავალწლიანი, 30-150 სმ სიმაღლის, მარტივი ან დატოტვილი, მოკლე ბენჯით შებუსული, სწორმდგომლეროიანი ბალახია.

სამად ან ხუთად გაყოფილი, ფრიად მოკლეყუნწიანი ფოთლები ღეროზე ერთიმეორის პირდაპირაა განლაგებული, რომელთა ლანცეტისებრი სეგმენტები ბოლოწვეტიანი და კიდებერხკბილია. 2-3 მმ სიგანისა და 5 მმ სიგრძის მოვარდისფრო კალათა ყვავილები კენწრულ ფარისებრ ყვავილედადაა შეკრებილი. თითოეულ კალათაში 5-6 ყვავილია, ყველა მათგანი ორსქესიანი და მილისებრია. ყვავის ივნისიდან დაწყებული სექტემბრამდე. გავრცელებულია როგორც დასავლეთ, ისე აღმოსავლეთ საქართველოში. დიდი რაოდენობით გვხვდება პირწმინდა ჭრის ტყეკაფებზე, ტყის მასივებში არსებულ ველობებზე, თხმელნარებში, ჭალის ტყეებში და, საერთოდ, ტენის მომთხოვნ ბალახსაფარიან, ნოყიერ ნიადაგებზე გავრცელებულ ტყეებში.

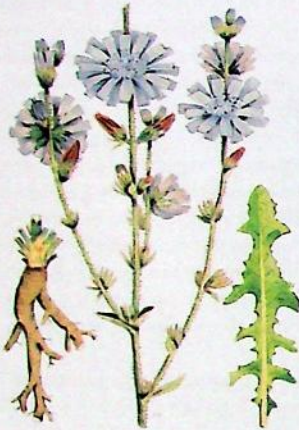
ვარდკანაფას ღეროსა და ფოთლებს ხალხი ქსოვილების ლურჯად და შავად შესაღებად იყენებს. თესლი 25 პროცენტ ცხიმს შეიცავს.

ხალხურ მედიცინაში ვარდკანაფა გამოიყენება როგორც ოფლ და შარდმდენი საშუალება, მასვე ხმარობენ კუჭის აშლილობის, სიყვითლის, სურავანდის და ციებ-ციხე-

ლების დროს გამონახარშის სახით, რომლის მოსამზადებლადაც იყენებენ წყალს, ლუდს ან შრატს. ერთ მუჭა ბალახს 360 გრ სითხეს ასხამენ და ადუღებენ (დაახლოებით 10-15 წუთს) ნელ ცეცხლზე, წურავენ და სვამენ ორ სუფრის კოვზს ყოველ ორ საათში. შვედეთში ვარდკანაფას შრატზე ნახარში წყალმანკის სანინაალმდეგო კარგ საშუალებად ითვლება (ე.წ. ზალესოვა, ო.ვ. პეტროვსკი, 1898).

ფარმაკოქიმიურად ეს ბალახი ჯერ კიდევ სუსტადაა შესწავლილი და კლინიკურადაც ნაკლებადაა გამოცდილი.

ჰარდკაჭაჭა - CIHORUM INTYBUM L.



რთულყვავილოვანთა ბოტანიკური ოჯახის წარმომადგენელი 30-120 სმ სიმაღლის მრავალწლოვანი ბალახია. მისი ყველა ნაწილი რძისებრ თეთრწვნიანია. მრავალწერძა ფესვი არცთუ იშვიათად 1,5 მ სიგრძისაა, ფესვის ყელთან არსებული ფრთისებრ დაყოფილი ფოთლები როზეტადაა განლაგებული. ქვემო მხრიდან შებუსვლია და მთავარი ძარღვი მთელს სიგრძეზე თვალსაჩინოადაა ამობურცული. ღეროზე არსებული ლანცეტა ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული და კიდევში მახვილკბილებიანია. მათი ძირები ბიბილოსებრ გაგანიერებული და ნაწილობრივ ღერომხვევია. ღეროს სულ ზედა ნაწილის ფოთლები კიდემთლიანია.

ფოთლის ილიებში განლაგებულია ლურჯი ფერის კალათა ყვავილედებად შეკრებილი ყვავილები, კალათებში ყველა ყვავილი ენისებრია. მტვრიანები ხუთია მოკლე ძაფებით და ყვავილის გვირგვინის მიღზეა მიზრდილი. დინგი ორნაკეთიანია. ნაყოფი 3-5 წახნაკოვანი თესლურაა. გვხვდება თითქმის მთელს საქართველოში გზების პირას, ტყეთაშორის მდელოებზე, არხების პირას და ზოგჯერ ყანებში, როგორც სარველა.

ფესვები 49%-მდე ინსულინს შეიცავს, ყვავილები კი გლიკოზიდ ციკორინს. ინსულინი ფოთლებსა და თესლშიაც მოიპოვება.

ვარდკაჭაჭა კარგად არეგულირებს ორგანიზმში ნივთიერებათა ცვლის პროცესებს. ამიტომ ხშირად იყენებენ ნივთიერებათა ცვლის მოშლის შემთხვევაში (დიაბეტი, კანის ზოგი სოკოვანი დაავადებები). მიაჩნიათ, რომ იგი სისხლის შემადგენლობის ნორმალიზებას ახდენს. ცნობილია ნერვების დამანყნარებელი მოქმედებაც. ამჟამად პოპულარულ სამკურნალო მცენარედ ითვლება მრავალი ქვეყნის ხალხურ მედიცინაში გასტრიტის, კუჭ-ნაწლავის აშლილობის და უმადობის შემთხვევებში. ასევე ფართოდ იყენებენ ღვიძლის, თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის დაავადებების დროს. მისგან შესანიშნავი ყავის სუროგატი მზადდება (გ. სვირიდონოვი, 1987; ვ.ი. არტამონოვი, 1987).

გამოიყენება ვარდკაჭაჭას ფესვების წყლით გამონაწვლილი: 2 ჩაის კოვზი წვრილად დაჭრილი ფესვები 2 ჩაის ჭიქა წყალზე. ადუღებენ 5-7 წუთს. ესაა ორი დღის დოზა (სტოიანოვი, 1973). მისი რძისებრი წვენი თვალის ტკივლის აწყნარებს. ვარდკაჭაჭა ამცირებს გულისრევასაც (ავიციენა, 1982).

ხალხური მედიცინა ფართოდ იყენებს ვარდკაჭაჭას წყლით გამონაწვლილს შაქრიანი დიაბეტის სამკურნალოდ (ი. ნურალიევი და თანაავტორები, 1984). მათ მიერვე დადგენილია, რომ ვარდკაჭაჭას ფესვისაგან მომზადებული მშრალი ექსტრაქტი (50 მგ/კგ წონაზე) კარგად მოქმედებს შაქრიანი დიაბეტის დროს. 15 დღიანი, განსაკუთრებით კი 40 დღიანი მკურნალობის კურსის შემდეგ აღრიცხვა შაქრიანი დიაბეტით შეპყრობილი ექსპერიმენტული ცხოველების განკურნება.

ფესვების ნახარშს შემდეგნაირად ამზადებენ: 20 გრ (2 სუფრის კოვზი) წვრილად დაჭრილ ფესვებს 200 მლ მდულარე წყალს ასხამენ და 30 წუთს ადუღებენ. სვამენ 1-2 სუფრის კოვზ ნახარშს დღეში 3-4 ჯერ, ჭამამდე 20 წუთით ადრე (ი. ნურალიევი, 1989).

უკრაინის ხალხური მედიცინა სამკურნალოდ ვარდკაჭაჭას მთელ მცენარეს იყენებს საჭმლის მომწელებელი სისტემის დაავადების, ღვიძლის ციროზის, ელენთის გადიდების და სიყვილის დროს, ამზადებენ ნახარშს: 40 გრ ხმელი, წვრილად დაჭრილი მცენარე 1 ლ წყალზე (ადუღებენ 5-7 წუთს) (მ.ა. ნოსალი, ი.მ. ნოსალი, 1960).

ა.პ. პოპოვის (1974) ცნობით ვარდკაჭაჭას ნახარში და წყლით ჩაისებრი გამონაწვლილი კუჭის ფუნქციური მოქმედების მოშლის, გასტრიტის, ღვიძლის დაავადებების (ციროზი, ღვიძლის გადიდება), ელენთის შეშუპების (გადიდების), იპოქონდრიისა და ისტერიის, კბილის ტკივილის დასაწყნარებელ საშუალებად გამოიყენება. მისი პრეპარატები განსაკუთრებით სასარგებლოა როგორც საერთო გამამარებელი და ოფლმომდენი საშუალება. გამოიყენება აგრეთვე შაქრიანი დიაბეტის მკურნალობაში.

ნახარშს, პოპოვის მიხედვით, ამზადებენ შემდეგნაირად: 20 გრ ნედლეულს 200 მლ წყალს ასხამენ. სვამენ თითო სუფრის კოვზ ნახარშს დღეში 5-6-ჯერ, ან დოზირების გარეშე როგორც ჩაის. სპირტზე ნაყენი: 20 გრ ნედლეული 100 გრ სპირტზე. სვამენ 20-25-წვეთს დღეში ხუთჯერ, აგრეთვე იზელენ სახსრებს ტკივილების დასაწყნარებლად.

წყალმანკის დროს იყენებენ ვარდკაჭაჭას ნახარშს (15 გრ მთელი მცენარე ფესვებითურთ, 1 ჭიქა წყალზე), ნახარშს ყოველდღე ახალ-ახალს ამზადებენ (ნ. ნ. ბელოჩალოვი).

ჰირისტერფა - TUSSILAGO FARFARA L.



რთულყვავილოვანთა ოჯახს ეკუთვნის. გრძელ დატოტილოფეს-კურიანი, მრავალწლიანი, ადრემოყვავილე მცენარეა. გენერატიული ყლორტები შებუსვილია, რომელთა სიმაღლე 10-25 სმ-ის ფარგლებში მერყეობს. ფოთლები გრძელყუნწიანია. მათი ფირფიტის დიამეტრი 10-25 სმ-ს შეადგენს, კიდეებში უთანაბროდ დაკბილულია, ზემოდან მუქმწვანე და პრიალაა, ქვემოდან კი ქეჩისებრი ვერცხლისფერი ბუსუსებითაა სქლად შებუსვილი. ოქროსფერ-ყვითელი ყვავილები ადრე გაზაფხულზე, ფოთლების გამოსვლამდე ასწრებს არა მარტო აყვავებას, არამედ დაყვავილებასაც კი. კალათა ყვავილედში, განაპირა ენისებრი ყვავილები მდებრობითაა, ხოლო შუა კი მილისებრი და ორსქესიანი, მაგრამ მამრობითის ფუნქციას ასრულებენ.

ყვავის მარტ-აპრილში, ნაყოფი (თესლი) აპრილ-მაისში მწიფდება. მრავლდება თესლით და ვეგეტატიურადაც. იზრდება როგორც ბარში, ასევე მთაშიც ტყის მთელ ზონაში, ყველა ფორმაციის ტყეების ნაწილში ყველა ადგილებში, ტყეში გამავალი გზების ფერდობებზე, არხების პირას და სხვა. საერთოდ ნესტიანი ადგილების მცენარეა.

ფოთლები შეიცავს 2,5 პროცენტამდე გლიკოზიდებს, სიტოსტერინს, ვაშლის, ღვინის და სხვა ორგანულ მჟავებს, საპონინებს, კაროტინოიდებს, ასკორბინის მჟავას, ინულინს, დექსტრინს და ეთერზეთს. კალათა ყვავილედიდან გამოყოფილია სტერინი და მთირმილაკი ნივთიერებები.

ხალხურ მედიცინაში ვირისტერფა ცნობილია, როგორც ამოსახველებელი საშუალება; ამავე მიზნით ყვავილები და ფოთლები მედიცინაშიაც გამოიყენება (ს.ვ. ბულგაკოვი, ზ.ა. ტრუტნევა, 1962).

უფრო ახალი მონაცემების მიხედვით მედიცინაში ვირისტერფას ფოთლები გამოიყენება ბრონქიტის, ლარინგიტის, ბრონქოექტაზის დროს, როგორც ამოსახველებელი, სადეზინფექციო და ანთების საწინააღმდეგო საშუალება. გამოიყენება აგრეთვე აბსცესების და ფილტვის განგრენის დროსაც.

ხალხურ მედიცინაში ფოთლები სპასტიკური ხველისა და ბრონქიალური ასთმის დროს გამოიყენება (ა. დ. ტუროვა, 1974), ამავე ავტორის მიხედვით ვატიკებულობის დროს გამოიყენება შემდეგი ბალახ-ნარევის ჩაი: 20 ნაწილი ვირისტერფა, 10 ნაწილი ქერიფქლას ყვავილები, 10 ნაწილი ანისლუას ნაყოფი, 40 ნაწილი ტუხტის ფესვები, 15 ნაწილი ძირტკბილას ფესვები, 5 ნაწილი ზამბახის ფესვურა ან იის ფესვები, მთელი ამ ნარევის ჩაის აყენებენ (1 სუფრის კოვზი ნარევი 2-3 ჭიქა მდულარე წყალზე). უნიშნავენ როგორც ამოსახველებელ და სადეზინფექციო საშუალებას ნახევარ-ნახევარ ჭიქას დღეში 2-3-ჯერ.

წყლიანი ნაყენის დასამზადებლად 1 სუფრის კოვზ წვრილად დაჭრილ ფოთლებს ერთ ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ. დგამენ 30 წუთს, ფილტრავენ, იღებენ თითო სუფრის კოვზს დღეში 4-6-ჯერ (ა. დ. ტუროვა, 1974).

ხალხურ მედიცინაში ვირისტერფას ფოთლები და ყვავილები ერთად ან ცალკე-ცალკე გამოიყენება, როგორც ამოსახველებელი და მსუბუქად ოფლმომგვრელი საშუალება. გარდა ამისა, ფოთლებისა და ყვავილების ნარევის ჩაი (20,0-30,0 გრ 1 ლ მდულარე წყალზე) გამოიყენება ლორწოვანი გარსის სხვა ანთებითი ხასიათის დაავადებების დროსაც, ისე როგორც კუჭ-ნაწლავების კატარის, თირკმლების და სმარდე ბუშტის კატარის დროს. სურდოს შემთხვევაში ნედლი ფოთლების წვეწს ცხვირის ნესტოებში ისრუტავენ. გარდა ჩაისა, იყენებენ ფოთლების ფხვნილსაც $1/3$ ჩაის კოვზი დღეში სამჯერ (თავდადგმით სავსე სუფრის კოვზ ფოთლის ფხვნილს 3 თანაბარ ნაწილად ჰყოფენ).

ფილტვების ანთების, გაჭიანურებული ხველის, ბრონქიტის, ხიხინის და სასუნთქი გზების სხვა დაავადებებისას შემდეგი ბალახნარევის ჩაის სვამენ: ყველა კომპონენტი მოცულობის მიხედვით თანაბარი რაოდენობისა უნდა იყოს - ვირისტერფას ფოთლი და ყვავილები, დაქუცმაცებული ლაშქარას

ფესვები, ცაცხვის ყვავილები, დიდგულას ყვავილები, ჭანგას ფესვურები, ქერიფქლას ყვავილები. ნარევის იღებენ თავდადგმით სავსე 1 სუფრის კოვზს და 1 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ (მ. ა. და ი. მ. ნოსა-ლები, 1960).

ამავე ავტორთა ცნობით, ნედლი ფოთლის წვენი დასველებულ დოლბანდს ან თვითონ ფოთოლს აფენენ ჩირქოვან ჭრილობებზე, წყულელებზე და მუნუკებზე, როგორც ჭრილობის შემხორცელებელ საშუალებას.

თმის ცვენის და უზეკერტილიანობის დროს, კანის ქავილით, კვირაში სამჯერ იბანენ თავს ჭინჭრისა და ვირისტერფას ფოთლების მაგარი ნახარშით. კომპონენტთა შერევა თანაბარია.

✓ ზეთისხილი - OLEA EUROPAEA L.



ზეთისხილისებრთა ოჯახის წარმომადგენელი, მარადმწვანე 3-7 (12) მ სიმაღლის ხე ან მაღალი ბუჩქია განიერი გადაშლილი ვარჯითა და დაბრეცილი ღერო-ტოტებით. ყლორტებზე ერთიმეორის მოპირისპირედ განლაგებული მოკლეყუნჩიანი ტყავისებრი, ლანცეტა ან ოდნავ წაგრძელებული ფოთლები ზემოდან მწვანეა მეჩხერი ქერც-ლებით, ქვემოდან კი ვერცხლისფერ-მონაცრისფერო, კიდები ქვემოთაა დახრილი. ყვავილები 15-30 შეკრებილია ფოთლების ილღებში განლაგებულ მტევნებად. ზარისებრი, აკვივით თხელი ოთხკბილიანი ჯამი ნაყოფზეა შერჩენილი. ყვავილის გვირგვინი მოთეთრო ფერისაა ორი მტერის პარკითა და ოთხი ფრთით. სქელგარსიანი, ცვილისებრ-ნაფიფქიანი, მოშაო ნაყოფის კურკა ოვალური ან მომრგვალოა. ნაყოფი მდიდარია მაღალხარისხოვანი საჭმელი ზეთით. იგი ფრიად სიმშრალის ამტანი მცენარეა, სითბოსა და სინათლის მომთხოვია.

საქართველოში გავლურებული სახით გაგარის ტყეებში გვხვდება (ი.ს. მედევევი, 1919, იაბაშიძე, 1962). ბალებში გავრცელებულია ზღვის დონიდან 450 მ სიმაღლემდე. მისი ნაირგვარი ჯიშები არსებობს, ამიტომ მათი ნაყოფისაგან დამზადებული, ე.წ. ზეთუნის ზეთი

სხვადასხვა ხარისხისაა. ზოგი ჯიში გამოიყენება საჭმელი ნაყოფის დასამზადებლად, ზოგიც ზეთის გამოსახდელად.

მრავლდება ძირითადად თესლით, რომელსაც დათესვამდე რამდენიმე ხნით ნაცარტუტაში (ნაცარ-წმენდილში) ათავსებენ გალივების სტიმულირების მიზნით. კარგად ფესვიანდება გამერქნებული კალმები, ადვილად ხარობს დაყოფითაც. ზეთისხილის კულტურა საქართველოში ჯერ კიდევ მცირე რაოდენობითაა გაშენებული აფხაზეთში, სამეგრელოში, აჭარასა და კახეთში.

ცოცხლობს საკმაოდ დიდხანს (200-300 წელი) მაგრამ ნელმოზარდია.

საჭმელად მოუმნიფებელ ნაყოფს აგროვებენ და ამწნილებენ. ზეთის გამოხდას ზეთისხილის მომნიფებელი ნაყოფიდან ანარმოებენ. ზეთი სხვადასხვა ხარისხის და თვისებების გამო სხვადასხვა დასახელებებითაა ცნობილი: ზეთუნის ზეთი, ხის ზეთი, პროვანსული ზეთი.

ოდითგანვე ცნობილია ბრტყელი ჭიის (სოლიტერის) ორგანიზმიდან გამოდენის შემდეგი მარტივი მეთოდი, რომელიც ახლებურ სამედიცინო შემოსწმებას საჭიროებს. ავადმყოფი სამი დღის განმავლობაში სანახევროდ შიმშილობს. შიმშილის გრძნობის ნაწილობრივი დაოკებისათვის იღებს ხორცის წვეს, თეთრი პურის ქერქით მცირე რაოდენობით. მეოთხე დღით უზმოზე სვამს ყველაზე სუფთა 3 სუფრის კოვზ პროვანსულ ზეთს და 10 წუთის შემდეგ იკეთებს ანაღულარი თბილი რძის ოყნას. კუჭში გასვლისას ჯდება რაიმე ჭურჭელზე, რომელშიც დატბილი წყალი ან რძე ასხია. სოლიტერი თავისით გამოდის (ე.წ. ზალესოვა, ო.ვ. პეტროვსკი, 1898).

მეცნიერულ მედიცინაში პროვანსული ზეთი გამოიყენება ემულსიის სახით, შიგშემომგარსველ და რბილ გამხსნელ საშუალებად საჭმლის მომწელებელი ორგანოებისა და კენჭოვანი დაავადებების დროს. გარდა ამისა მას ზოგი სამკურნალო ნივთიერების გამხსნელად იყენებენ, მათი ორგანიზმში არაკუჭ-ნაწლავების გზით (პარენტერალური) შეყვანისათვის. ზეთუნის ზეთს იყენებენ აგრეთვე სხვადასხვა მაღალმოს საფუძვლად. ფოთლის ექსტრაქტის ცხოველის ვენაში შეყვანა იწვევს არტერიული წნევის დანევას, ზრდის დიურეზს, ანელებს ნაწლავების პერისტალტიკას, აიშვიათებს და აღრმავებს სუნთქვას. უფრო ეფექტურია ახალი ფოთლების ექსტრაქტი, ვიდრე ხმელისა. იგი საზღვარგარეთ პიპერტონიული დაავადების სამკურნალოდ გამოიყენება. (ე.პ. ალექსევი, 1962).

ძველი რუსული ხალხური მედიცინის მონაცემებით რევმატიზმის მკურნალობაში დიდი პოპულარობით სარგებლობს შემდეგი საშუალება: იღებენ კარგსაცობიან სქელკედლიან ბოთლს. მასში

ასხამენ 154 გრ ხის ზეთს (შესაძლოა პროვანსული ზეთით შეცვლა). შემდეგ ყრიან ათიდან ოცამდე ნითელი წინაქის პარკებს, იმისდამხედვით თუ რა სიმავრის ნაყენის მიღება სურთ. ყოველივე ამას ამტებენ 154 გრ კარგად განმენდილ სუფთა ნავთს, ანჯღრევენ და ცხრა დღეს დგამენ თბილ ადილას, ყოველდღე ანჯღრევენ, ამ ნარევით იზელენ მტკიცენულ ადგილს ლამ-ლამობით. დღისით იცვამენ თბილ, შალის გრძელ საცვალს და შალის წინდებს (პ. მ. კურენოვი, 1955).

ამავე ავტორის მიხედვით ჭრილობების სწრაფი შეხორცებისათვის ხალხი წარმატებით იყენებს შემდეგი შემადგენლობის მალამოს: 100 გრ პროვანსული ზეთი, 8 გრ ყვითელი სანთელი, 5 გრ თეთრი სანთელი, 20 გრ ფიჭვის გამაგრებული ფისი (კოლოფანი), 1 გრ საკმეველი, 1 სუფრის კოვზი უმარილო კარაქი. კოლოფანი და საკმეველი თუ ნატეხებადაა მას ფხვნილად აქცევენ. ნარევს პატარა მომინანქრებულ ქვაბში ათავსებენ და 10 წუთს ადუღებენ ნელ ცეცხლზე. გამუდმებით ურევენ და ქაფს ხდიან (აცილებენ), გაგრილების შემდეგ მინის ქილაში გადააქვთ. მალამოს დოლბანდის ან სხვა რომელიმე თხელი ქსოვილის სუფთა ნაჭერზე უსვამენ და ჭრილობას ადებენ. ხალხს ეს მალამო ძალიან ეფექტურმოქმედად მიაჩნია.

ჭრილობის შესახორცებლად გაცილებით უფრო მარტივი შემადგენლობის მალამოსაც იყენებენ. ორ ნაწილ ხის ზეთზე (შესაძლოა პროვანსული ზეთის გამოყენებაც, მაგრამ ამ შემთხვევაში ხის ზეთი უფრო მიღებულია) ერთ ნაწილ ფუტკრის ცვილს (სანთელს) იღებენ. ამ ნარევის კარგად ადუღებით მიიღება მალამო, რომელსაც ჭრილობაზე სცხებენ და თუ საჭიროა სახვევს ადებენ.

ლეიძლის გადიდებისა და ტკივილების დროს იღებენ, ერთ ჭიქა პროვანსულ კარგ ზეთსა და $1\frac{1}{4}$ ჭიქა გრეიპფრუტის წვენს. ნარევს ლამ-ლამობით იღებენ, ჭამიდან ორი საათის შემდეგ, მაგრამ დაღევამდე წინასწარ ოყნას იკეთებენ. ნარევის მიღების შემდეგ მარჯვენა მხარეზე წვებიან. დილით ოყნას იმეორებენ. პროცედურას იმეორებენ 4-5 დღის შემდეგ საჭიროების შემთხვევაში.

ნაღვლის ბუშტუმი კენჭების საწინააღმდეგოდ ჭამამდე ნახევარი საათით ადრე იღებენ ზეთს. პირველად იღებენ $\frac{1}{2}$ ჩაის კოვზს და თანდათანობით ზრდიან დოზას 1 ჩაის ჭიქამდე. მკურნალობის კურსის ხანგრძლივობა 2-3 კვირის განმავლობაში გრძელდება.

ყურში მოხვედრილი მწერი ან უწვირლეი კენჭის უმტკიცენული ამოღებისათვის ყურში თანდათანობით აწვეთებენ პროვანსულ ზეთს. ყურში შეჭრილი მწერი ზეთში ამოტივტივდება.

შესაძლოა პ. მ. კურენოვის (1955) მიერ აღწერილი აქ განხილული ხალხური საშუალებებიდან ზოგი რამ ნაკლებ მისაღები და ნაკლებ ეფექტური იყოს, მაგრამ მათი კლინიკური შემოწმება მედიკოსებმა ჩვენი აზრით ზედმეტ ტვირთად არ უნდა მიიჩნიონ. ხალხური მკურნალობის სიბრძნისაგან აქამდეც ხომ მედიცინას ბევრი რამ საგულისხმო საშუალება მიუღია და მეცნიერულად დაუსაბუთებია. ვფიქრობთ ასე უნდა მოხდეს შემდგომშიც.

ზიზილა - *BELLIS PERENNIS* L.

რთულყვავილოვანთა ოჯახის 5-18 სმ სიმაღლის მრავალწლოვანი ბალახია. უკუკვერცხისებრი ან მოგრძო წიწიბისებრი, ძირში ყუნწად შევიწროებული ფოთლები ფესვის ყელთან როზეტის სახითაა განლაგებული.

ყვავილები თეთრი ან მოვარდისფერია, იზრდება ზღვისპირის ზოლიდან დაწყებული ტყის შუა სარტყლამდე დასავლეთ საქართველოსა და ქართლში.

უკრაინული ხალხური მედიცინა სამკურნალოდ მთელ მცენარეს იყენებს (ფესვები, ღერო-ფოთლები და ყვავილები). მოქმედებს მსუბუქ გამხსნელად და აძლიერებს შარდვენას. ზიზილას ფხვნილისა და ორი კვერცხის მტვრადქცეული ნაჭუჭის ფხვნილის თანაბარი რაოდენობის ნარევს იყენებენ ტუბერკულოზის დროს, რომელსაც ორ ნაწილად ყოფენ. ნახევარს დილით იღებენ ერთი სირჩა (30-40 გრ) რძის მიყოლებით და მეორე ნაწილს კი საღამოთი. რაკი ზიზილას გამხსნელი თვისება აქვს, კუჭის აშლილობის მქონე ტუბერკულოზით დაავადებულები ზიზილათი მკურნალობას აჩერებენ.

ქალები თეთრად შლის შემთხვევაში ხანგრძლივი დროის განმავ-



ლობაში ახდენენ საშვილოსნოს ყელის გამორეცხვებს შემდეგი ნარევის წყლით გამოწმენილით: მუხის ქერქი - 50 გრ, წინმატურა - 20 გრ, ფითრი - 30 გრ, წყლის წინაქა - 20 გრ, ჯინჭარი - 30 გრ და ზიზილა - 40 გრ. მთელ ამ ნარევს სამ ჩაის ჭიქა წყალს ასხამენ, მიიღება სქელი გამონაწვლილი (7-10

ნუთი დუღებით), რომელსაც მცირედი რაოდენობის ანადუღარი წყლით აზავებენ. ექვსი კვირის განმავლობაში წყდება სქესობრივი კავშირი. ცდილობენ რაც შეიძლება დიდხანს სუფთა ჰაერზე იყვნენ. 10-15 გრ ზიზილას უმატებენ იმ ნარეებს, რითაც თირკმლებსა და საშარდე ბუშტს მკურნალობენ (მ.ა. ნოსალი, ი.მ. ნოსალი, 1960).

ბულგარეთის მედიცინა სამკურნალოდ ზიზილას ყვავილებს იყენებს გარეგან სახმარად ატონიური ჭრილობების შეხორცების დასაჩქარებლად, კანის ინფიცირებული დაზიანებული კერების სამკურნალოდ (Bassler, 1957). მრავალი ქვეყნის ხალხური მედიცინა მას იყენებს, როგორც ამოსახველებელ საშუალებას. მრავალი ავტორი ურჩევს მის გამოყენებას ღვიძლისა და თირკმლების სამკურნალოდ (დ. იორდანოვი და თანაავტორები, 1973, Valnet, 1972), აგრეთვე საშვილოსნოდან სისხლდენის სანიშნაოდ დეკოდ (აკოფოვი, 1977).

იყენებენ ცივი წყლით გამოწვლილს: სამ ჩაის კოვზ ნედლეულს ნახევარ ფინჯან წყალს ასხამენ და 8 საათის განმავლობაში დგამენ. მთელ ამ ნაყენს ნახევარი დღის განმავლობაში განწილვადებით სვამენ (დ. იორდანოვი და თანაავტორები, 1973).

თაგვისარა - RUSCUS ACULEATUS (R. PONTICUS) AUCT. CAUC. P. P.



გაფარჩხული, ძლიერდატოტვილი 60 სმ სიმაღლის ბუჩქია. მისი სახეცვლილი ღეროები (კლადოდიუმები) ერთის შეხედვით ფოთლის შთაბეჭდილებას ტოვებს. თვით სახეცვლილი ფოთლები კი მცირე ზომის ქერქლების სახით კლადოდიუმებზეა განლაგებული.

კვერცხისებრი, კვერცხისებრლანცეტა ან წაგრძელებული კლადოდიუმები უხეში ტყავისებრია და წაგრძელებული ეკლით ბოლოვდება. მოიხსნება-სოსანი ფერის ყვავილები კლადოდიუმების ზედაპირზე ვითარდება. წითელი კენკრა ნაყოფი ოქტომბერ-ნოემბერში მწიფდება.

თავვისარას ცხარე-მწარე გემოს ფესვები შარდმდენ საშუალებად გამოიყენება 10%-იანი წყლით ან სპირტით გამოწვლილის (ექსტრაქტის) სახით, სვამენ 30-50 წვეთს ერთი დღე-ღამის განმავლობაში, როგორც შარდმდენ საშუალებას.

თავვისარას ფესვების გამოყენება რეკომენდებული არაა შარდგამომყოფი გზების ანთებითი დაავადებების დროს.

აზრუმელს ცნობარიდან (XV საუკუნე) საკანდიდატო სადისერტაციო ნაშრომში ნანა ხელაიას (1984) მიერ მოტანილი ციტატით ირკვევა, რომ თავვისარას თიაქარის მკურნალობაში იყენებდნენ სხვა სამკურნალო მცენარეებთან ერთად - „შეაგროვეთ თავვისარას, პატარძალას, დიყის, გაზაფხულის ფურისულას, ფართოფოთლებიანი ლაქაშის, კულმუხოს, გვიმრუჭას, წერნას, ლოლოს, ქართული ყოჩივარდასა და ხარისძირას ფესვები, და-

ნაყეთ და ჩაყარეთ თიხის ქოთანში, დაასხით კარგი (ნატურალური) ღვინო, დაუმატეთ პირამიდალური კვიპაროსი (წინვები წვრილი ტოტებით), ჰერმეტიკულად დაახურეთ და დიდხანს ადუღეთ. ნახარში ავადმყოფს დააღვინეთ დილით და საღამოთი“. ამავე მიზნით ცნობილი იყო სხვა ნარევის გამოყენებაც.

იმ შემთხვევაში, როდესაც ბავშვს თიაქარი ჩასული აქვს სათესლე პარკში - „შეაგროვეთ თავვისარას, დიყის, ფართოფოთლებიანი ლაქაშის, ლენცოფის, მაყელის, ფართოფოთლებიანი მრავალქარღვას, კულმუხოს, ეკალიჭის, ძირნითელას, შავბალახასა და წერნას ფესვები. ყველა ერთად დანაყეთ და წვენი გამოწურეთ. წვენი კარგ ღვინოსთან ერთად შეათბეთ და დილით და საღამოთი ცოტ-ცოტა მიეცით, ხოლო წვენის გამოწურვის შემდეგ დარჩენილი მასა სათესლე პარკზე დაადეთ“. როგორც ჩანს, ზემოხსენებული ნარეების გამოყენება ტკივილებს აყუჩებდა.

თაგვისისხლა - SANGUISORBA OFFICINALIS L.

ვარდისებრთა ოჯახს ეკუთვნის. ღრუღეროიანი, ზედა ნაწილში დატოტვილი, 20-80 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი მცენარეა. კენტფრთხარული მრავალფოთოლაკიანი (7-25) ფესვის ყელთან განლაგებული ფოთლები გრძელყუნწიანია, ღეროს ზედა ნაწილში თავმოყრილი ფოთლები კი შედარებით დაკნინებული და მჯდომარეა. ფოთოლაკები ყუნწიანია, ფორმით წაგრძელებულ-კვერცხისებრი, ხერხისმაგვარად დაკბილული, ზემოდან უფრო მუქ-მწვანე, ქვემოდან ლეგა მქერქალია.



მუქი წითელი ან ნაბლისფერ-წითელი ყვავილები გრძელყუნწიან ოვალურ ან ცილინდრულ თავაკებშია შეკრებილი.

ყვავის იენის-ავვისტოში, ნაყოფი ავვისტო-სექტემბერში მწიფდება. თავისისხლა ჩვეულებრივ ღია ადგილების მცენარეა, მაგრამ ხშირად იზრდება გამეჩხრილ ტყეებშიც, გვხვდება აგრეთვე ბუჩქნარებში, ტყისპირებში, ყალთალებსა და მდელოებზე, უფრო ხშირად ტენიან ადგილებში.

შესანიშნავი თავლოვანი მცენარეა, იგი უხვ ღალას აწვდის ფუტკარს. ნორჩი ფოთლები უმად იჭმება.

თავისისხლა ანთების საწინააღმდეგო გავლენას ახდენს. მედიცინაში დადებითი შედეგებია მიღებული დიზენტერიის მკურნალობაში. ანთების საწინააღმდეგო საშუალებად იყენებენ ჰინგივის და სტომოატიტის დროს (ა. დ. ტუროვი, 1974).

თავისისხლას პრეპარატები მედიცინაში გამოიყენება როგორც შემკვრელი საშუალება ენტეროკოლიტის, ინტოკსიკაციის და გასტროგენული კუჭის აპლილობის დროს. გარკვეული მნიშვნელობა აქვთ მათ აგრეთვე როგორც სისხლისშემდედებელ საშუალებას სამ-

ვილოსნოდან სისხლდენის დროს. ექსპერიმენტებმა უჩვენა, რომ ფესვების ექსტრაქტი ადგილობრივი გამოყენებისას ანთების საწინააღმდეგო და ძარღვების შემავიწროებელ მოქმედებას იჩენს, ხოლო შიგნით მიღებისას აფერხებს ნაწლავების პერისტალტიკას. ცდებით დადგენილია ექსტრაქტის ანტისეპტიკური ბუნება ნაწლავების ჩხირის მიმართ და იგივე გავლენა ნაკლებ გამოხატული მუცლის ტიფის და დიზენტერიის ჩხირების მიმართ. ხალხურ მედიცინაში თავისისხლა ფართოდ გამოიყენება სისხლიანი პირღებინებისას ტუბერკულოზიან ავადმყოფებში, უხესისხლიანი მენსტრუაციის დროს და როგორც ჭრილობების შემზორცებელ გარეგან სახმარად (ა. ს. ბელიკოვი, ე. ი. შასის, 1962).

დიზენტერიის დროს იღებენ თავისისხლას თხევად ექსტრაქტს (30-50 წვეთი მოზრდილთათვის, ხოლო 15-25 წვეთი ბავშვებისათვის დღეში 3-4-ჯერ), ნახარშს (20-30 გრ ნედლეული 1 ჭიქა წყალზე, მოზრდილებს თითო სუფრის კოვზი, ბავშვებს თითო ჩაის კოვზი ყოველ 2 საათში ერთხელ, კუჭის აპლილობის შეწყვეტის შემდეგ კი დღეში სამჯერ ერთი კვირის განმავლობაში), აბებს (0,5 გრ დღეში 3-4-ჯერ) ან პრეპარატ სანალობის 0,5 გრ მოზრდილთათვის და 0,2-0,3 გრ ბავშვებისათვის დღეში რამდენჯერმე (ვ. გ. მინაევ, 1970). ამავე ავტორის მიხედვით თავისისხლას ექსტრაქტი დადებითად მოქმედებს ფიბრომიან საშვილოსნოდან სისხლდენის დროს და აბორტის შემდგომ პერიოდში, აგრეთვე საშვილოსნოს ყელის ეროზიის მკურნალობაში. ხალხში მას ზოგჯერ კიბოს წინააღმდეგაც იყენებენ.

გამოიყენება ნახარშის სახით: $1/2$ ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ფესვურას აყენებენ ერთ (ძლიერი დოზა) ან ორ ჭიქა წყალზე (უფრო სუსტი დოზა) 8 საათის განმავლობაში, შემდეგ ადუღებენ 10 წუთს და ნურავენ; იღებენ 2-3 სუფრის კოვზს დღეში ჭამის შემდეგ.

ყვავილედი ნახარშით ქსოვილების რუხ და წითელ ფერად შეღებვა შეიძლება. საუცხოო საკვები მცენარეა საქონლისათვის. გარდა ამისა იგი ფრიად დეკორაციულიცაა და საყურადღებოა გამწვანების საქმისათვის.

თავშავა - ORIGANUM VULGARE L.

ტუჩოსანთა ოჯახში შედის. თავშავა (ქართლში შავბალახას ეძახიან, რაჭაში ჩაის პიტნას, აჭარაში ისხანი, ჩაითი) 30-60 (20) სმ სიმაღლის, სურნელოვანი მრავალწლიანი ბალახია მხოხავი ფესვურით. ფესვურიდან ოთხნახნაგოვანი, რბილი ბუსუსებით შემოსილი რამოდენიმე ღერო ამოდის. მოკლეყუნწიანი, მოგრძოკვერცხისებრი, ერთმიმორისაგან დაშორებული და კიდდაკბილული ფოთლები ღეროზე მოპირისპირედია განლაგებული. ზემოდან უფრო მუქი მწვანე ფერისაა, ვიდრე ქვემოდან.

მრავალრიცხოვანი წვრილი, წითელი, ზოგჯერ თეთრი ყვავილები ფარისებრ ყვავილებადაა შეკრებილი. ყვავილი ორტუჩიანია. ნაყოფი შედგება ყვავილის ჯამში მოთავსებული ოთხი კაკლისაგან. თითოეული კაკლის სიმაღლე 0,5-1,0 მმ-ს არ აღემატება. ყვავის ივლის-სექტემბრის თვეების განმავლობაში. იზრდება მშრალ ტყეებში (ფიჭვნარები, მუხნარები), ტყის პირებში, ბუჩქნარებში, მშრალ ქვიან ღია ადგილებში, ხრამების ფერდობებზე, ზოგან თავის გაბატონებით მცირე ჯგუფებს ქმნის. თავშავას ბალახს მეფუტკრეები იყენებენ ჩრჩილისა და ჭიანჭველების საწინააღმდეგოდ. ეს მწერები, თავშავას ეთერზეთების სურნელებსა გაურბიან.

თავშავას საპექტარო მოსავალი ფიჭვნარებში 7,8-8,2 კგ-ს შეადგენს. კულტივირებულია როგორც ეთერზეთოვანი და თავლოვანი მცენარე. მრავლდება თესლით, ფესვურის დაყოფით, ღეროს კალ-



მებით. პლანტაციის ექსპლოატაციას მისი გაშენებიდან 3-5 წლის შემდეგ იწყებენ.

ფოთლებს საკაზმ-სანელებლად იყენებენ კარტოფილის, მუხუდოს, ხორცის კერძებისა და ძევის წარმოებაში, სალათებში, აგრეთვე სურნელოვანი ჩაის ნაყენის მისაღებად, ეთერზეთი გამოიყენება ლიქიორისა და ლუდის წარმოებაში. ზეთის შემადგენლობაში შედის ფენოლები - თიმოლი და კარვაკროლი. ეთერზეთის გარდა, თავშავას ფოთლები შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს და 565 გრ პროცენტამდე C ვიტამინს.

მედიცინაში თავშავა გამოიყენება უძილობის, პიპო და ანაციდური გასტრიტის, ნაწლავების ატონიის დროს შეკრულობის თანხლებით. ამოსახველებელ საშუალებად ხმარობენ ბრონქიტის და ბრონქოექტაზის დროს, გამოიყენება აგრეთვე მადისმომგვრელად. ყველა ამ დაავადებისას უმთავრესად თავშავას წყლით გამოწმენილი იხმარება, რომელსაც შემდეგანაირად ამზადებენ: 2 ჩაის კოვზ 0,5 მმ-მდე სიგრძით დაჭრილ თავშავას ბალახს ერთ ჭიქა მდულარე წყლს ასხამენ, დგამენ 15-20 წუთის განმავლობაში და ფილტრავენ, სვამენ თბილ მდგომარეობაში ჭამამდე 15-20 წუთით ადრე ნახევარ ჭიქას დღეში 3-4-ჯერ (ა.დ. ტუროვა, 1974).

ზოგი ავტორის მტკიცებით, თავშავას სპირტზე ნაყენით დასველებული ბამბა, გამობრულ კბილში ჩადებისას კბილის ტკივილს აყუჩებს (ვ.მ. სალო, 1975, ვ.გ. მინაევა, 1970).

ჩაიში შერეული თავშავა (1:2 თანაფარდობით) ძალიან ძლიერ და სასიამოვნო არომატს აძლევს მას. ფიტონციდების შემცველობის გამო თავშავას მაღალი ანტიმიკრობული აქტივობა გააჩნია (ვერნერი, დელოვა, 1965).

ვ. ი. კირენკო (1962) თავშავას ნაყენის მედიცინაში გამოყენების დახასიათებისას, უპირველეს ყოვლისა ნაწლავთა ატონიას მოიხსენიებს, ამასთან საქმლის მონელების გაუმჯობესებასაც აღნიშნავს. გარდა ამის თავშავა ამოსახველებელი საშუალებაცაა. ხალხურ მედიცინაში იგი შარდმდენ და ოფლმომგვრელ საშუალებად გამოიყენება. თავშავას სამზარეულოსა და გარდერობებში აწყობენ ჩრჩილისა და ჭიანჭველების დასაფრთხობად.

სამედიცინო წყაროების მიხედვით თავშავა აწყნარებს ხველას მწვავე და ქრონიკული ბრონქიტის, აგრეთვე ყვიჯანახველის დროს. რეკომენდებულია კუჭისა და ნაწლავების სპაზმების, მტკივნეული მენსტრუაციის, გაზრდილი სქესობრივი აღზნებულობის, ნერვებაშლილობის, უმადობის, ღვიძლის დაავადების და სიყვითლის დროს. მისი მაგარი ჩაი იწვევს უხვ ოფლდენას. იყენებენ ეგზეზის სამკურნალოდ და ჭრილობების მოსაბანად.

ყველა ჩამოთვლილი დაავადებების სამკურნალოდ დასაღვეად ამზადებენ თავშავას წყლიან ნაყენს: 2 ჩაის კოვზ წვრილად დაჭრილ თავშავას ორ ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ (დღე-ღამის დოზა). აბაზანებისათვის გამოიყენება გამონაცემი. 100-200 გრ ნედლეულს ასხამენ 2-3 ლ მდულარე წყალს და მას სააბაზანოდ განკუთვნილ წყალს უმატებენ (დ. იორდანივი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

გასათვალისწინებელია მ.ა. ნოსალის (1960) გამოცდილება იმის შესახებ, რომ თავშავას წყლიანი ნაყენის გამოყენება მენსტრუალური ანომალიების დროს, ძალიან აძლიერებს საშვილოსნოდან სისხლდენას და იწვევს გართულებებს.

თეთრი აკაცია, ცრუაკაცია, მკლის ხე - ROBINIA PSEUDOACACIA L.

პარკოსანთა ოჯახის წარმომადგენელი 25-30 მ სიმაღლის ხეა, გადაშლილი აყურული ვარჯით. ხანდაზმული ხის ქერქი მორუხო-მოყავისფროა და დამაშრული. ყლორტები მომწვანო-მონაცრისფროა და ეკლიანი.

17-19 ფოთოლაკიანი კენტფრთხარტული ფოთლები ყლორტებზე მორიგეობითაა განლაგებული.

თეთრი ყვავილები ძალიან არომატული სურნელების გამომცემია. ისინი თავჩაქინდრულ მტკენებადაა შეკრებილი.

ნაყოფი პარკია 5-10 სმ სიგრძის. შეიცავს მრავალ თესლს, რომელნიც გაზაფხულამდე და ზოგჯერ მეორე წლის შემოდგომამდე ხეზე რჩება. აკაცია სწრაფადმზარდი ხეა. იგი ძვირფას თაფლოვნად ითვლება. მაგარი მერქნის გამო საუცხოოა საყრდენ მასალად (ბოძი, ჭიგო). ხასიათდება ფესვის ნაბარტყის მოცემით. ყოველივე აღნიშნულის გამო სასურველი მცენარეა ეროზირებული ფართობების გასატყეველად, ხე-ხრამების გასამაგრებლად და სხვა.

აკაციის ყვავილებს ბულგარეთის ხალხური მედიცინა ამოსახველებელ საშუალებად იყენებს, გარ-



და ამისა მათ სპაზმის საწინააღმდეგო და შარდდამდენი თვისებაც აქვთ. აკაციის ქერქს მცირე დოზებში ხმარობენ კუჭში სიმჟავის მომატების, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულისა და შეკრულობის დროს. აუცილებელია ექიმის მეთვალყურეობა, რადგანაც აკაცია შეიცავს ძლიერ შხამიან კომპონენტს - ტოქსალბუმინს (სტოიანოვი, 1973).

Vespasien-ის (ციტირებულია ნაშრომის „თანამედროვე ფიტოთერაპიის“ მიხედვით, 1988) მტკიცებით აკაციის ფოთლების ნახარში (12 გრ 500 მლ მდულარე წყალზე) აძლიერებს ნაღვლის წვენის გამოყოფას.

Dragendorf-ის მიხედვით აკაციის ფესვის ქერქი შესაძლოა ძირტუბილას ფესვების შემცვლელად გამოვიყენოთ.

ტულცი აზრით ყლორტებისა და ფოთლების სპირტიანი ექსტრაქტი შესაძლოა გამოყენებული იქნას კუჭის წვენის მაღალმჟავიანობის დროს. სხვა მკვლევარები სიფრთხილით ეკიდებიან აკაციის ფოთლების, კანისა და ფესვების მიღებას მათი შხამიანობის გამო.

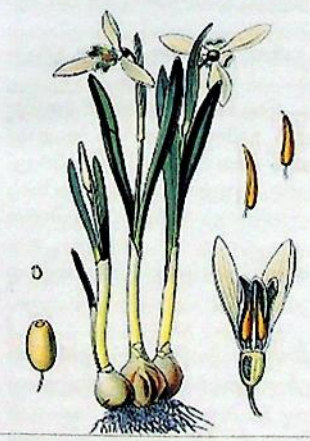
აკაციის ყვავილები უსაფრთხოდ მიიჩნიათ, მაგრამ არის იმის

მონაცემებიც, რომ ნედლი ყვავილების დიდი რაოდენობით ჭამის შემთხვევაში აღინიშნება თავბრუსხვევა, გულისრევა და პირღებინება.

Leclerc (1935) ურჩევს შემდეგი რეცეპტის გამოყენებას: 12 გრ აკაციის ყვავილები 500 მლ წყალზე, იხარშება სამ წუთს, სვამენ 10 მლ დღეში სამჯერ ჭამის წინ. მართალია დოზა ძალიან მცირეა, მაგრამ ექიმის დანიშნულებისა და მისი კონტროლის გარეშე მკურნალობა დაუშვებელია.

ჩეხოსლოვაკიის ხალხურ მედიცინაში აკაციის ყვავილები გამოიყენება კრუნჩხვების შესასუსტებლად (ი. მაცკუ, ი. კრეჩა, 1972).

თეთრყვავილა კავკასიური - GALANTHUS CAUCASICUS, (Bak.) Grossh.



ნარგინისებრთა ოჯახში შედის. თეთრყვავილა ჩვენი ტყეების ადრე მოყვავილე მცენარეა, იგი 7-15 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ბოლქვიანი ბალახია. საქართველოს სხვადასხვა მხარეში სხვადასხვა სახელწოდებითაა ცნობილი (ტყის ნიორა, მთის ნიორა, ყვავილნიორა და მწვადინელა).

თეთრყვავილა ძალიან ადრე, ზოგჯერ თებერვალშიაც კი ყვავის ხოლმე. უფრო ხშირად ფოთლოვან ტყეებში იზრდება და ერთადერთ თავჩაქინდრულ თეთრ ყვავილს იწვეთარებს. თეთრყვავილა გაზაფხულზევე ასწრებს დაყვავილებას და თესლის მომწიფებას, ზაფხულისათვის მისი მიწისზედა ნაწილები იკარგება და მიწაში მხოლოდ ბოლქვილა რჩება. საერთოდ იგი ევემეროიდული მცენარეა ორი მოგრძო ფოთლით. ყვავილობს საკმაოდ ხანგრძლივად. ყვავილსაფარი ნ ფოთლაკიანია, რომელთაგან შიგნითა სამი უფრო მოკლეა, ვიდრე გარეთა სამი. თავლოვანი მცენარეა, ადრე გაზაფხულზე ნექტარით უმასპინძლდება ფუტკრებს.

თეთრყვავილა რამდენადმე ტოქსიკურია, მაგრამ ფართოდ გამოიყენება მედიცინაში. მისგან მიღებული ბრომწყალბადმჟავა გალან-

თამინო (ა. ტუროვას, 1974 მიხედვით) გამოიყენება პოლიომიელიტის ნარჩენი მოვლენების სამკურნალოდ, მთასტენიისა და მიოპათიის, პოლინევრიტისა და რადიკულიტის დროს. გალანთამინი აუმჯობესებს ავადმყოფის საერთო მდგომარეობას და მის მოძრაობით ფუნქციას. მას პროზერინზე უფრო ადვილად იტანენ ავადმყოფები. ზედმეტი დოზის მიღების ან ამ პრეპარატისადმი ზედმეტი მგრძობიარობის აღმოჩენისას აღინიშნება მოწამელის შემთხვევები, რომლის დროსაც დამახასიათებელია ნერწყვდენა, ბრადიკარდია და თავბრუსხვევა. ასეთ შემთხვევაში გალანთამინის დოზას ამცირებენ. მისი მიღება არ შეიძლება ეპილეფსიის, ჰიპერკინეზის, ბრონქიალური ასთმის, სტენოკარდიის, ბრადიკარდიის, ნაწლავების ჭვალისა და სხვა დაავადებათა დროს.

თრიმლი - COTINUS COGGYRIA Scop.



თუთუბოსებრთა ოჯახს ეკუთვნის. თრიმლი ხშირტოტებიანი ბუჩქია, იშვიათად 5 მეტრამდე სიმაღლის ხედაც იზრდება. საკმაოდ დიდი, მოხაზულობით შებრუნებულ კვერცხისებრი, მომრგვალო ან ოვალური, კიდემთლიანი ფოთლები ფრთისებრი დაძარღვით ხასიათდება, ზემოდან უფრო მუქმწვანეა, ქვემოდან კი შედარებით ბაცი.

მართალია მცენარე ერთბინიანი ორსქესიანი ყვავილებით, მაგრამ ორსქესიან ყვავილებს გარდა არის მამრობითი ყვავილებიც განუვითარებელი ნასკვით, მათი ყუნწები აფშეკილებენიანია.

ყვავილები ყლორტების დაბოლოებებზე აღმამდგომ 15-20 სმ სიგრძის საგველა თანაყვავილედებშია შეკრებილი. განუვითარებელი ყვავილების ყვავილსაჯდომი დაყვავილების შემდეგ ინტენსიურად იზრდება და ქვევით გადახრილი მოწითალო ან მომწვანო ბენგებით იფარება, მათი რიცხვი თანაყვავილედში დიდია, ამიტომ საგველა თანაყვავილედს ძლიერ შებუსვლილი შეხედულება აქვს. ორსქესიანი ყვავილები მომწვანო-ყვითელია 5 წვერიანი ჯამითა და გვირგვინით, 5 მტვრიანითა და ერთი ბუტკოთი, რომელსაც 3 სვეტი აქვს.

უკუკვერცხისებრი ან თირკმლისებრი, 3-5 მმ სიგრძის, მშრალი კურკიანა ნაყოფები მცირე რაოდენობითაა გაბნეული საგველში. 1000 ცალი თესლის წონა 8,6-9 გრამს შეადგენს.

ყვავის მაის-ივნისში, ნაყოფი აგვისტო-სექტემბერში მწიფდება. საკმაოდ ხანგრძლივ სიცოცხლისუნარიანი ბუჩქია, ცოცხლობს 70-100 წელს.

თრიმლი უფრო ბარის და მთის შუა სარტყლის მცენარეა და უფრო დიდი რაოდენობით ზღვის დონიდან 1200 მეტრამდე სიმაღლეზე იზრდება. მაგრამ ზოგან იგი 1500 მეტრამდე სიმაღლეზეც კარგად ხარობს.

თრიმლი ქსეროფიტი ჯიშია, კარგად იზრდება მშრალ, თხელ და ხირხატ ნიადაგებზე, უფრო გალია-ვებულ ადგილებში, იგი სინათლის მომთხოვნია, გამეჩხრილ ფიჭვნარებსა და მუხნარებში, სადაც ხეთა იშვიათი დგომის გამო განათება საკმაოა, თრიმლი ქვეტყეს ქმნის. კოლხეთის დაბლობის გარდა იგი თითქმის მთელ საქართველოშია გავრცელებული. საკმაოდ ყინვაგამძლეა.

ფოთლები 15-25 პროცენტ მთრიმლავ ნივთიერებებს შეიცავს, რის გამოც მთრიმლავი ექსტრაქტების წარმოების და სამედიცინო ტანინის კარგ ნედლეულად გამოიყენება.

სამედიცინო ტანინს დღემდე ჩვენი ქვეყანა საზღვარგარეთიდან იძენს, რაც საკმაოდ ძვირი ჯდება. თბილისის ფარმაკოქიმიური კვლევითი ინსტიტუტის მიერ ჩატარებული გამოკვლევებით დადასტურდა, რომ თრიმლი მაღალხარისხოვან სამედიცინო ტანინს დიდი რაოდენობით შეიცავს. ამ გამოკვლევების შედეგებიდან გამომდინარე, იმავე ინსტიტუტის წინადადებით, შირაქის ველზე ორგანიცაზიის პროცესშია სპეციალური თრიმლის საბჭოთა მუწურნეობა, რომელიც უახლოეს ხანში საკავშირო მოთხოვნილებას დააკმაყოფილებს ქართული სამედიცინო ტანინით.

მერქანი წერილი ნაკეთობების გარდა ტყავისა და მატყლის ნარინჯისფერ, ყავისფერ და ყვითლად შესაღებად გამოიყენება.

ფესვებს წითელი ფერის საღებავად იყენებენ.

თრიმლის ქერქსა და ფოთლებს, რომელნიც ძლიერად გასრესის შემთხვევაში მსუბუქ, ლიმონის მსგავს სურნელებას გამოსცემენ, წინააღმდეგობა სამკურნალოდ იყენებდნენ ციებ-ცხელების წინააღმდეგ და სისხლისშემდეგებელ საშუალებად.

წი. ლიბიზოვის (1962) აღწერით თრიმლისაგან მიღებულ ტანინს ახასიათებს შემკვრელი, ანთების საწინააღმდეგო და ანტისეპტიკური თვისება, გარეგან სახმარად იგი ხსნარებისა და მალამოების სახით გამოიყენება დამწვრობის, წყლულებისა და ნაწოლების წინააღმდეგ, ხოლო დასალევად 0,2-2 პროცენტი ხსნარის სახით კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის კატარისა და ალკალიიდებითა და მძიმე მეტალების მარილებით მოწამვლის შემთხვევაში.

გარეგანი გამოყენებისათვის 100 გრ დაქუცმაცებულ თრიმლის ფოთოლს 1 ლ წყალს ახსამენ და ნელი დულილით ხარშავენ 15 წუთს, ნახარშს კომპრესებისათვის იყენებენ, აგრეთვე სველ საფენებსა და გამორეცხვებისათვის ზემოთ ჩამოთვლილი დაავადებების წინააღმდეგ.

თუთა- MORUS ALBA L., M.NIGRA L.



თუთა საყოველთაოდ ცნობილი ხეხილია თუთისებრთა ოჯახიდან, რომელიც უზვად შეიცავს რძისებრ წვენს. მარტივი, ზოგჯერ დანაკეთული ფოთლები ყლორტებზე მორიგეობითაა განლაგებული.

ყვავილები ცალსქესიანია ან ორსქესიანია. მოყვითალო ფერის მამრობითი ყვავილები თავჩაქინდრულ ყვავილედებადა შეკრებილი. თანანაყოფი წვნიანია უმთავრესად თეთრი ან წითელსა და თეთრორის გარდამავალი ფერებით.

თეთრი თუთის სამშობლოდ ჩინეთს თვლიან (ა. დეკანდოლი), სადაც მის კულტურას მისდევდნენ ჯერ კიდევ 2000 წლის წინათ ჩვენს ერამდე. გრიზებახი თუთის სამშობლოდ ამიერკავკასიას თვლის. ა. ფიოდოროვისა და ი. სამსონოვის მიხედვით თეთრი თუთის სამშობლოა ჩინეთი, მანჯურია, ინდოეთი, იაპონია და მორფოზა.

თუთა ბუნებრივად (ალბათ უფრო გაველურებულ მდგომარეობაში) ხშირია მდინარეთა ნაპირა ე.წ. ჭალის ტყეებში, მთაში კარგად ხარობს და ნაყოფმსხმოიარობს 120 მ სიმაღლეზე ზღვის დონიდან.

თუთის კულტურას უძველესი დროიდან მოყოლებული უმთავრესად მეაბრეშუმეობის გასავითარებლად მისდევდნენ, მაგრამ იგი შე-

სანიშნავი თვისებების მქონე მერქნითაც გამოირჩევა და ნაყოფები კი არამარტო საკვებად, არამედ სამკურნალოდაც გამოიყენება.

უძველესი დროიდან ექიმ გარკოზინს მიაჩნდა, რომ ზაფხულის სიცხეებში კარგად ყოფნის სანდარია ყოველი ჭამის შემდეგ დილით, მზის ამოსვლამდე დაკრეფილი თუთის ჭამა.

კავკასიაში თუთის გამხმარ ნაყოფებს სუსტად გამსხნელ საშუალებად იყენებდნენ. საქართველოში ოდიტგანვე ხართუთას ვაჟინს („სიროფს“) ყელის დაავადების სამკურნალოდ იყენებდნენ, მასვე წარმატებით იყენებენ ამჟამადაც ფალარათიანობის სანინალმდეგოდ და როგორც შარდმომგვრელ საშუალებას. შარდმდენად იყენებენ თუთის ფესვების კანის ნახარშსაც (ნ.ზ. უმიკოვი, 1947).

ხალხურ მედიცინაში თუთის ნაყოფებს იყენებენ ჰეპატიტის, ქოლეცისტიტის, ქრონიკული გასტრიტის, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის, ენტეროკოლიტის, ანემიის, ჰიპერტონიული დაავადების, ქრონიკული პანკრეატიტის სამკურნალოდ. მოხუცებულებში ყაბზობის და ბუასილის შემთხვევაში ხალხური მკურნალები ურჩევენ ყოველდღე უზმოზე და შემდგომ ყოველი ჭამის წინ ჭამონ თუთა. თუთის ნაყოფების დაჭყლეთით მიღებული ფაფისებრი მასა და წვენი ქერტლის სანინალმდეგოდ გამოიყენება, რომელიც იმავე დროს თმის ზრდის ინტენსიფიცირებასაც იწვევს. საამისოდ თავზე იდებენ თუთის ფაფისებრ მასას ან მის წვენში დასველებულ ნაჭერს და იხვევენ, რომელსაც 3-8 საათის განმავლობაში არ იხსნიან.

ტაჯიკეთის ხალხურ მედიცინაში შავი თუთის ნედლი ნაყოფი, მურაბა, ვაჟინი და ხმელ მდგომარეობაშიც, პოპულარულ საშუალებად ითვლება შაქრიანი დიაბეტისა და ჰიპერტონიული დაავადების სამკურნალოდ (ი. ნურალიევი, 1989).

სამკურნალოდ ფართოდ გამოიყენება თუთის ფოთლები და კანი. მამრობითი სქესის (უნაყოფო) თუთის ფოთლების ჩაი და სხვა სახის წყლით გამოწნვლილი (ნაყენი, ნახარში), განსაკუთრებით კი შავი თუთის ფოთლები გამოიყენება ჰიპერტონიის, შაქრიანი დიაბეტის, ზოგი ფსიქიკური დაავადების, ეპილეფსიის (ავიზნის) მკურნალობაში, აგრეთვე შარდმდენ საშუალებასაც წარმოადგენს. თუთის ფოთლების დანაყვით მიღებული ფაფისებრი მასა გამოიყენება კანის ჭრილობების, ქუნთრუშის, დერმატიტის, მუნის (ბლერის), ჯინჭრის ციების (ჯინჭრის გამონაყრების) მკურნალობაში. თუთის კანის ნახარშს პირის ღრუში ივლებენ ანგინის, სტომატიტისა და ფარინგიტის შემთხვევებში. თუთის ტოტებისა და ფესვების კანის ნახარშს პარაზიტიკების დასაყრელად იყენებენ ენტერობიოზისა და ასკარიდოზის დროს. თუთაზე მზარდი აბედა სოკოს ფხვნილი, ხალხურ მედიცინაში ანთების სანინალმდეგოდ პოპულარული საშუალებაა მწვავე და ქრონიკული ანგინის შემთხვევებში. ამ მიზნით შემოდგომით შეგროვილ აბედა სოკოს ძალიან წვრილად ჭრიან. 5-10 გრ ფხვნილს ერთ ჩაის ჭიჭა ანადულარ წყალს ასხამენ და ნახევარი საათის განმავლობაში დგამენ. ამ ნაყენს ივლებენ პირის ღრუსა და ხახაში დღეში 2-3 ჯერ, 2-3 დღის განმავლობაში. ნუშისებრი ჯირკვლების დაჩირქების შემთხვევაში მკურნალობის კურსს იმეორებენ. ხალხურ მკურნალთა აზრით ასეთი მკურნალობის 1-2 კურსის შემდეგ ნუშისებრი ჯირკვლები ცხრება და ანგინის რეციდივები ძალიან იშვიათად თუ აღინიშნება (ი. ნურალიევი, 1989). თუთის ტკბილი ნაყოფების დიდი რაოდენობით ჭამა მიუღებელია შაქრიანი დიაბეტისა და ჰიპერტონიული დაავადების მქონე ავადმყოფებისათვის. თუთის ფესვების კანს ჩინეთში იმპოტენციის სამკურნალოდ იყენებენ (თანამედროვე ფიტოთერაპია, 1988).

თუთუბო - RHUS CORIARIA L.



თუთუბოსებრთა ოჯახში შედის. თუთუბო ბუჩქი ან დაბალი, მ მეტრამდე სიმაღლის ხეა, დიდი კენტფრთხარტული ფოთლებით. მოყვანილობით კვერცხისებრი და ნაპირებში მსხვილად დაკბილული ფოთოლაკების რიცხვი თითოეულ ფოთოლში 9-17 ცალის ფარგლებში მერყეობს, რომელიც ზემოდან უფრო მწვანე, ქვემოდან კი მკრთალი და ძარღვებრ შებუსვილია. ფოთლის მთავარი ღერძი ბენვიანია და ფოთოლაკების მიმაგრების ორივე მხარეს მთელ სიგრძეზე სუსტად გამოსახული ფრთები ჩასდევს.

თუთუბო ერთბინიანია, მაგრამ ყვავილები სქესგაყოფილ აღ-მამდგომ საგველა ყვავილედებშია შეკრებილი. მამრობითი ყვავილები 5 მტვრიანია განუფითარებელი ნასკვით, მდედრობითი – ერთი ბუ-ტკოთი, რომელსაც სამად გაყოფილი დინგი აქვს, 5 განუფითარებელი მტვრიანათი. კურკიანა ნაყოფები წვრილია, მობრტყო, მრგვალი ან თირკმლისებრი, მუქი მონითალო, გარედან ხორცოვანი გარსით შემ-ოხვეული, რომელიც თავის მხრივ ხშირი ჯირკვოვანი ბუსუსებით სქლადაა მოფენილი.

ყვავის ივნის-ივლისში, ნაყოფი სექტემბერ-ოქტომბერში მწიფე-ბა. ნაყოფმსხმოიარობს უხვად, თითოეულ თანაყვავილედში 200-300 (500-მდე) ნაყოფი ვითარდება. მოზრდილ ბუჩქზე 70-დან 150-მდე მდედრობითი თანაყვავილედია, ამრიგად ერთი ბუჩქის პროდუქ-ტიულობამ შესაძლოა 50 ათასი თესლი შეადგინოს.

ძალიან გვალვაგამძლე და კირისმოყვარული (კალციოფილი) ამავე დროს საკმაოდ ყინვაგამძლეცა-ა, იტანს -20° ტემპერატურას, -25° ტემპერატურაზე მიწის ზედა ნაწილები იყინება, მაგრამ მიწის ქვედა ნაწილები უფენებლად რჩება და კვლავ ამოიყრის ხოლმე.

თუთუბოს ფოთლები მნიშვნელოვანი ნედლეულია მთრიმლავი ექსტრაქტებისა და ტექნიკური და სამედიცინო ტანინის მისაღებად (33 პროცენტამდე ტანინებს შეიცავს), სწორედ ამიტომ თუთუბოს კუ-ლტურაში ნერგავენ. სპეციალისტთა გამოთვლით კავკასიასა და ყირიმში თუთუბოს ბუნებრივ რაყებში შესაძლებელია 1000 ტ ფოთლის დამზადება. მთრიმლავი ნივთიერებებით მდიდარია აგრეთვე ახალგაზ-რდა ტოტები და ღეროს ქერქი, რომელთაც ცხვრის, თხისა და ხბოს ტყავების გასათრიმლავად ხმარ-ობენ. თრიმლით ღებავენ მატყლსა და ხალიჩებს. ფოთლებით შავად იღებება, ღეროს ქერქით – ყვითლად, ფესვის ქერქით – ყავისფრად, ნაყოფებით – ნითლად.

ნაყოფი მდიდარია ღვინის მჟავით, რის გამოც მჟავე გემო აქვთ. მათს ფხვნილსა და მოუმწიფებელი ნაყოფების მარინადს ცხარე საკაზმავად იყენებენ ხორცისა და თევზის კერძებისათვის (მწვადი, ლულა-ქაბაბი და სხვა).

გარდა ამისა, თუთუბო ეროზიის სანინალმდეგო ნარგაობის შესანიშნავი კომპონენტია, კერძოდ იგი ძვირფასია ხეებისა და ხრამების გასამაგრებლად.

მედიცინაში თუთუბოს ფოთლებისაგან მიღებული ტანინი გამოიყენება დამწვრობის, წყლულების, ჩირქოვანი ჭრილობების, ქრონიკული ეგ ზემის სამკურნალოდ, აგრეთვე პირის ღრუში გამოსავლებად ანთებითი პროცესების დროს. დასალებად ხმარობენ სისხლდენის, ფალარათიანობის, ერითრიტის, კოლიტის დროს. აგრეთვე კუჭის ამოსარეცხად ალკალიდებით და მძიმე მეტალების მარილებით მონამვლისას. თერაპევტიული მოქმედება აიხსნება მისი ანთების სანინალმდეგო, კერატოპლას-ტიკური და მადეზინფიცირებელი თვისებებით.

თურანულა - POPULUS TRANSCAUCASICA A. Jarm. (Ined).

ტირიფისებრთა ოჯახის 10-12 მ სიმაღლის ხეა. ჩვილი ყლორტები მონითალო ელფერისაა ძნელად შესამჩნევი ნაცრისფერი ნაფიფქით. კვერცხისებრ-კონუსური მოკლე კვირტები შებუსვილია.

შიშველი ნაცრისფერი, კიდემთლიანი, მოკლეყუნწიანი ფოთლები ვეგეტაციურ ტოტებსა და ჩვილ ყლორტებზე ვიწრო ხაზური ან ხაზურ-ლანცეტისებრია. ამიტომ თურანულას მოზარდი და ახალგაზ-რდა ამონაყარი ძნელად გასარჩევია ტირიფისაგან.

გენერაციულ ტოტებზე (გარდა მათი კენწრული ნაწილისა) განლაგებული ტყავისებრი ფოთლები ფუძესოლისებრია, კვერცხისებრი ან რომბული, სამკუთხა ან ელიფსურ-მომრგვალო, შუა ნაწილში ძალიან განიერი, რომელთა კიდეები დაუკბილაია ან ზედა ნაწილში ბლაგვ ან წვეტიანდაკბილული, სულ 1-4 პილის რაოდენობით. ფოთლების ყუნწები საკმაოდ გრძელია, ორი ჩაჭყლტილი ჯირკვლით



ფირფიტის ფუძესთან, რაც არ შეინიშნება ვეგეტაციურ ტოტებსა და ნორჩ ყლორტებზე არსებულ ლანცეტა და ვიწროხაზურ ფოთლებზე.

საქართველოში თურანულა მხოლოდ ვაშლოვანის სახელმწიფო ნაკრძალის დათვისხევის აგარაკშია გავრცელებული მცირეფართობიანი კორომის სახით სხვადასხვა სახეობის ღვიბთან ერთად.

თურანულას ხეები აქ გვხვდება როგორც დათვისხევის კალაპოტში ასევე მის ფერდობებზეც. წყალი ამ ხევიში მხოლოდ წვიმებისა და თოვლის დნობის დროს მოდის, სხვა შემთხვევაში იგი მშრალია.

ჩვენს ცდებში თურანულას ერთწლიანი ყლორტები კარგად დაფესვიანდა მდინარის სუფთა სილაში როგორც ღია ცის ქვეშ, ასევე სათბურშიც, დაფესვიანებამ საშუალოდ 60-70% შეადგინა.

თურანულა საქართველოში ფრიად შეზღუდული არეალის მცენარეა, ამასთანავე იგი ფაქტიურად გადაშენების უკიდურეს ზღვარზეა. ამიტომ აუცილებლად შეტანილი უნდა იქნას ნითელ ნიგნში და გატარდეს ქმედითი პრაქტიკული ღონისძიებები მის გადასარჩენად და გასარავლებლად (ვ.რ. პაპუნიძე, ვ.მ. მეშიაძე, შ. ახიდაშელი, 1978).

თურანულას ქერქიდან თეთრი ფერის ფისდენა აღინიშნება, რომელიც შუა აზიაში ბური-არმენის სახელწოდებითაა ცნობილი და ადრე სიფილისის სამკურნალოდ გამოიყენებოდა (ი.ს. მედვედევი, 1919).

საქართველოში ბუნებრივად გავრცელებული ვერხვის ყველა სხვა სახეობათა შორის თურანულა ყველაზე გვალვარებადი. თავისი ვერცხლისფერი შესახედაობით ფრიად მიმზიდველი და საინტერესო მცენარეა. იგი საუკეთესოა მშრალი ადგილების გასამწვანებლად. ამიტომ სასურველი ხეა თბილისისა და საერთოდ აღმოსავლეთ საქართველოს ბალ-პარკებისათვის.

თხანართხალა - CHAMAENERIUM ANGUSTIFOLIUM (L) Scop.



ონაგრასებრთა ოჯახს ეკუთვნის. აჭარაში თხანართხალას ყულაფს, ხარიკუდას ეძახიან. მცენარე სწორმდგომი, დაუტოტავი, ან ოდნავ დატოტვილი ლეროიანი 50-150 სმ სიმაღლისაა. მოგრძო-ლანცეტისებრი ფოთლები ლეროზე მორიგეობითაა განლაგებული. მათი ნაპირები ოდნავ გამოსახული ძნელად შესამჩნევი კიბეებით ხასიათდება, ამიტომ კიდემთლიანი ფოთლების შთაბეჭდილებას ტოვებს.

კენწეროზე აღმამდგომ მტევნად შეკრებილი ნითელი ყვავილები საკმაოდ დიდი ზომისაა.

თხანართხალა ხშირად გვხვდება ტყეებში, ტყის პირებზე, ტყეკაფებზე, ნახანძრალეებზე, არხების ნაპირებსა და ზოგჯერ მდინარეთა ქალეებში.

ფოთლებში აღმოჩენილია 20 პროცენტამდე მორიმლავი ნივთიერებები, ლორწო, ალკალოიდები, შაქარი, პექტინი, C ვიტამინი, კუმარინი, ანტოციანური და ფლაონური ნივთიერებები.

ლორწოსთან შეხამებით ტანინების დიდი რაოდენობით შემცველობის გამო ამ მცენარის ფოთლები ანთების საწინააღმდეგო საუცხოო საშუალებაა, განსაკუთრებით წყლულოვანი დაავადებების დროს.

თხანართხალას ანთების საწინააღმდეგო საშუალებად იყენებენ კუჭის წყლულოვანი დაავადების, გასტრიტისა და კოლიტის დროს (ა. დ. ტუროვა, 1974).

თხანართხალას ფოთლებში C ვიტამინის დიდი რაოდენობით შემცველობა (თითქმის იმდენივე, რამდენიც შავი მოცხარის ნაყოფებში) და ფლანოიდების არსებობა მას მნიშვნელოვან ვიტამინურ საშუალებად ხდის. თხანართხალას გამონახარში შესწავლილი იქნა ფარმაკოლოგების მიერ, ცხოველებზე ჩატარებულმა ცდებმა აჩვენა მისი სედატიური და კრუნჩხვებსაწინააღმდეგო მოქმედება, რითაც იგი ამინაზინს ჰგავს (ბელოზერცევი, 1966).

ხალხურ მედიცინაში თხანართხალათი მკურნალობენ სიყვითლეს, თავის ტკივილს, გამონახარშსა და ნაყენს ხმარობენ ნივთიერებათა ცვლის მოშლის, კუჭ-ნაწლავის დაავადების, კუჭის წყლულის, ყურის, ყელისა და ცხვირის ანთების წინააღმდეგ. მის ფხვნილს აყრიან ჭრილობებზე. ტიბეტის მედიცინაში გამონახარშს სიცხის დამწვევად, სიყვითლისა და თავის ტკივილის სამკურნალოდ ხმარობენ, აგრეთვე ძილისმომგვრელ საშუალებად. ფესვურას ზოგან საკვებად იყენებენ (ვ. გ. მინაევა, 1970).

თხანართხალა დიდად საყურადღებო თაფლოვანი მცენარეა. მისი ყვავილობა ფუტკრების აქტიური მოქმედების პერიოდს ემთხვევა. განსაკუთრებით დიდი რაოდენობით ნექტარს გამოყოფს ყვავილსაფარის გაშლის დროს და უამრავ ფუტკრასაც იზიდავს. მისი ერთი ჰექტარი რაყა 500-600 კგ ნექტარს, ანუ 250-300 კგ შაქარს იძლევა. მისგან მიღებული მომწვანო თაფლი ძალიან გემრიელია. ფოთლებს ახმობენ და ჩაის შემცვლელად იყენებენ.

05 - VIOLA ODORATA, V. TRICOLOR L.



იისებრთა ბოტანიკური ოჯახის მრავალწლოვანი, ტანდაბალი, ფესურიანი ცნობილი ბალახია, სიმაღლით 5-15 სმ-ს აღწევს. ფოთლის ფირფიტები მოგრძოკვერცხისებრი ფორმისაა. ფოთლის ფუძე გულისებრაა შეჭრილი, კიდეები დაკბილულია. თანაფოთლები კვერცხისებრი ან ლანცეტაა.

იის მუქი ფერის სოსანი ყვავილები ფრიად სურნელოვანია და ამით ყველასათვის საყვარელი მცენარეა.

იზრდება უმთავრესად ტყეებში, ბუჩქნარებსა და ტყის პირებში. იის ყვავილი ეთერზეთის წარმოებაში გამოიყენება. მის ფესვებს საფრანგეთში პირსასაქმებლად იყენებენ (შ. ა. ხიდაშელი, 1969).

იის მთელ მცენარეს (ფესვები, ღერო-ფოთლები ყვავილებით) ყვავილობის პერიოდში ამზადებენ და ჩრდილში ახმობენ. სამკურნალოდ იის ნახარშს იყენებ (30 გრ ნედლეული 1 ლ წყალზე), რომელსაც სვამენ თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის კენჭების დასაშლელ-გამოსაყოფად, აგრეთვე შარდმდენ საშუალებად, ამავე ნახარშით მკურნალობენ ნიკრისის ქარს („პოდაგრა“) და რევმატიზმს.

იას ხშირად სხვა მცენარეებს ურევენ: ია, ლობიოს ჩენჩო (პარკები უმარცვლოდ), სიმინდის „ულვაში“, დათვისკენკრას ფოთლები, არყის კვირტები ან ფოთლები თანაბარი რაოდენობით. 2 სუფრის კოვზ ნარევის 4-5 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ და 20 წუთით გასაგრილებლად დგამენ. სვამენ 2-3 სუფრის კოვზ ნაყენს დღეში სამჯერ (მ.ა. და ი.მ. ნოსალები, 1960; ა.პ. პოპოვი, 1974).

ხალხურ მედიცინაში იას ფილტვის ტუბერკულოზის დროს იყენებენ ბრონქებიდან ქარბი ნახველის მოსაცილებლად (ამოსახველებლად), აგრეთვე ბავშვების სამკურნალოდ ყივანახველის შემთხვევაში.

ა. პ. პოპოვი (1974) ყივანახველის მკურნალობის შემდეგ წესს აღწერს: ავადმყოფ ბავშვებს იის ნახარშს ასმევენ, იმავე დროს მოხარშულ იის ბალახს მკერდის ზედა ნაწილზე აფენენ და სახვევს ადებენ.

ასეთ სახვევს 1-1,5 საათის განმავლობაში ტოვებენ. ამ პროცედურებს დილით და საღამოთი აკეთებენ. ნახარშს ბავშვს ყოველ ორ საათში ერთხელ ასმევენ სუფრის კოვზით მთელი დღის განმავლობაში. ასეთი მკურნალობით სამი დღე-ღამის განმავლობაში ბავშვს მტანჯველი ხველა გაუვლის. 7-10 წლის ხნოვანებაში 2-3 სუფრის კოვზი ნახარშის მიცემა შეიძლება. ძალიან სასარგებლოა ნახარშის თაფლით დატკობა, რომელსაც თბილ მდგომარეობაში სვამენ. ასეთივე მკურნალობა კარგ შედეგს იძლევა ნიკრისის ქარის შემთხვევაში.

იის ნახარშს ან ნაყენს სვამენ ფილტვების ემფიზემისა და რევმატიზმის სამკურნალოდ, აგრეთვე შარდის შეუკავებლობის დროს. იის ნახარშს (2,0 გრ ნედლეული 200 გრ წყალზე) სვამენ 2-3 სუფრის კოვზს დღეში სამჯერ (ა. პ. პოპოვი, 1974).

ავიცენას (1982) მტკიცებით იისა და ქერის ღეროების საფენი სიმსივნეს აწყნარებს, ხოლო იის სურნელების შესუნთქვით თავის ტკივილი ქრება. მალამოს სახით ან შიგნით მისაღებად იის ხმარება სასარგებლოა თვალის ანთების დროს. ხველას აწყნარებს იის მურაბა, ხოლო მისი ვაჟინი სასარგებლოა პლევრიტისა და ფილტვების ანთების შემთხვევაში, აწყნარებს თირკმლების ტკივილს და აძლიერებს შარდდენას, იგი სასარგებლოა სწორი ნაწლავის გამოვარდნის დროსაც.

ბულგარეთის ხალხური მედიცინა იას ამოსახველებელ და შარდმდენ საშუალებად იყენებს. საამისოდ ორ სუფრის კოვზ ნედლეულს 400 მლ მდულარე წყალს ასხამენ, ორ საათს აყენებენ და დღეში ოთხჯერ სვამენ თითო სირჩას (30-40 გრ), (ისავეი და თანაავტორები, 1977).

იყენებენ შემდეგი კონცენტრაციის იის ნაყენსაც: 10 გრ ნედლეულს 200 მლ მდულარე წყალს ასხამენ. სვამენ თითო სუფრის კოვზს დღეში 3-4-ჯერ (ა.დ. ტუროვა, 1974).

იის სხვა სახეობებიდან საყურადღებოა სამფერი ია, რომელიც 10-40 სმ სიმაღლის ერთი ან ორწლიანი ბალახია წვრილი დატოტვილი მურა ფერის ფესვებით. ღეროები მარტივი (დაუტოტავი) ან დატოტვილია, რომლებიც ზეაღმართული ან მიწაზე გართხმულია. მოკლებენიანი, კიდეებში ბლაგვეკ-

ილებიანი, მსხვილი ლირისებრფოთლოთანებიანი, საკმაოდ გრძელყუნწიანი ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული. ყვავილები სათითაოდაა განლაგებული ფოთლების ილიებიდან ამოსულ გრძელ უფოთლო საყვავილე ღეროებზე, თითოეული ყვავილი ორ-ორი თანაყვავილედითაა აღჭურვილი. ყვავილის ჯამის ფოთლოაკები ხუთია, ყვავილის გვირგვინი ხუთფურცლიანია, რომელთაგან ზედა ორი უკუკვერცხისებრი და უმეტესად სოსანისფერისაა, ორი გვერდითი ფურცელი ორ ზედა ფურცელზეა მიწოლილი, მათი ფერი მოლურჯოსოსანი ან ყვითელია. ქვედა ფურცელი ზომით ყველაზე დიდია და ყვითელი. ყოფილ საბჭოთა კავშირში გვხვდება ევროპულ ნაწილსა და დასავლეთ ციმბირში.

მინდვრის ია ფართოდაა გავრცელებული მთელს კავკასიაში, რომელიც ძალიან ჰგავს სამფერ იას, მაგრამ მისი გვირგვინის ფურცლები თეთრი ან ყვითელია. ხალხი ამ სახეობებს ხმარების დროს ყურადღებას არ აქცევს, ორივეს ერთნაირად იყენებს.

სამფერი იაუფუნა და მინდვრის ია ამოსახველებელ საშუალებად გამოიყენება სასუნთქი გზების კატარის დროს. ხალხურ მედიცინაში ია და სამფერი ია გამოიყენება ხველის, ბავშვებში სიყვითლის, კანის ნაირგვარი დაავადებების სამკურნალოდ და შარდმდენ საშუალებად (დ. ნ. გოლოვკო, 1962).

როგორც სამფერი, ასევე მინდვრის ია ფართოდ გამოიყენება ხალხურ მედიცინაში, უფრო ხშირად წყლით გამოანწილეს (ნაყენს) იყენებენ (20 გრ 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყლის დასხმით) სვამენ 0,5 ან 1 ჩაის ჭიქა ნაყენს დღეში სამჯერ. უფრო დიდი დოზებით გამოიყენება ნაწლავებს ალიზანებს.

მ. ა. და ი. მ. ნოსალების (1960) მტკიცებით უკრაინულ ხალხურ მედიცინაში სამფერი იის წყალზე ნაყენი სისხლის გამწმენდ საშუალებად გამოიყენება ეგზემის, კანის მუწუკებისა და გამონაყარების დროს. მათივე ცნობით ხალხური მკურნალები ძნელი მშობიარობის შემდეგ მშობიარე ქალს სამფერი იის ჩაის აძლევენ სხვა მცენარეებთან ერთად: ორკილა, კაკლის ფოთლები, მარწყვის ფოთლები. ყველა ეს ინგრედიენტი თანაბარია. ამ ნარევის 50-60 გრ-ს იღებენ 1 ლ მდულარე წყალზე. სვამენ ნახევარ-ნახევარ ჭიქას დღეში 5-6-ჯერ. მიაჩნიათ, რომ ასეთი ჩაი სისხლსა და საშვილოსნოს წმენდს მშობიარობის შემდგომ გამონაყოფებისაგან.

თირკმლის მოქმედების გამაუმჯობესებელ, შარდმდენ, ნაწილობრივ ოფლმომდენ და სისხლგამწმენდ საშუალებად სამფერი იის ჩაის იყენებენ რევმატიზმის, სიყვითლის, რაქიტის, ფილტვების დაავადების, ნიკრისის ქარის ("ჰოდაგრა") სამკურნალოდ.

პატარა ბავშვებს წყალზე ნაყენს დღე-ღამეში 1 ჭიქაზე მეტს არ აძლევენ (ამ დროს 1 ლ წყალზე 10-12 გრ ხმელ სამფერ იას იღებენ), 1 ჭიქას 3-4 ნაწილად ყოფენ და ასმევენ მთელი დღის განმავლობაში.

ზემოსხნებულ ავტორთა მიხედვით სამფერი იის წყალზე ნაყენის გამოყენებისას შარდი სპეც-იპიკურ სუნს იძენს. კულტივირებულ სამფერ იას სამკურნალოდ არ ხმარობენ.

იპაონური სოფორა - SOPHORA JAPONICA L.



პარკოსანთა ოჯახის საშუალო სიმაღლის ხეა, რომელიც სპორადულად ჩინეთსა და იაპონიაშია გავრცელებული. საქართველოში შემოტანილი და უმთავრესად ბალ-პარკებშია დანერგული. მცირე რაოდენობით გაშენებულია თბილისისა და გორის შემოგარენის ტყის კულტურებში, აგრეთვე ამიერკავკასიის რკინიგზის დაცვით ტყის ზოლებში.

ტოტებისა და ყლორტების გლუვი, მომწვანო ქერქი უხვადაა მოფენილი მეჭეჭებით. ფოთლები კენტფრთართულია, 7-15 კიდემთლიანი წაგრძელებულკვერცხისებრი ან ოვალური, მვერში მოკლედ ნაწვეტებული, ზემოდან მუქმწვანე, ქვემოდან მონაცრისფერო თეთრი ბუნებით შებუსხილი ფოთლოაკებით. ფოთლის ყუნწის ძირი მნიშვნელოვნადაა გაგანიერებული. ღია მოყვითალო ფერის ყვავილები კენწრულ საგველა ან მტევნისებრ ყვავილედეზშია შეკრებილი. ნაყოფი ცილინდრული, თესლებს შორის შეზიდული 6 სმ-მდე (ზოგჯერ უფრო გრძელიც) სიგრძის პარკია. თესლები ხორცოვანი პარკის გაგანიერებულ ნაწილებში ზის. ყვავის საკმაოდ გვიან, მაღალი ტემპერატურული რეჟიმის დადგომის შემდეგ, უმეტესად ივლის-აგვისტოში.

საკმაოდ გვალვისამტანი, სითბოს მომთხოვნი მცენარეა, ამიტომ უფრო დაბალი ზონის გამწვანებისთვისაა სასურველი.

სოფორას ბუტონებს (გაშლის ზღვარზე მყოფი საყვავილე კვირტები) სამკურნალოდ ბულგარეთში იყენებენ სისხლჩაქცევის სანინალმდეგო და სისხლსადინარი კაბილარების ელასტიურობის აღმდგენ საშუალებად.

თხანართხალა დიდად საყურადღებო თაფლოვანი მცენარეა. მისი ყვავილობა ფუტკრების აქტიური მოქმედების პერიოდს ემთხვევა. განსაკუთრებით დიდი რაოდენობით ნექტარს გამოყოფს ყვავილსაფარის გამლის დროს და უამრავ ფუტკარსაც იზიდავს. მისი ერთი ჰექტარი რაყა 500-600 კგ ნექტარს, ანუ 250-300 კგ შაქარს იძლევა. მისგან მიღებული მომწვანო თაფლი ძალიან გემრიელია. ფოთლებს ახმობენ და ჩაის შემცველად იყენებენ.

ი ა - VIOLA ODORATA, V. TRICOLOR L.



იხსებრთა ბოტანიკური ოჯახის მრავალწლოვანი, ტანდაბალი, ფეხურიანი ცნობილი ბალახია, სიმაღლით 5-15 სმ-ს აღწევს. ფოთლის ფირფიტები მოგრძოკვერცხისებრი ფორმისაა. ფოთლის ფუძე გულისებრია შეჭრილი, კიდეები დაკბილულია. თანაფოთლები კვერცხისებრი ან ლანცეტაა.

იის მუქი ფერის სოსანი ყვავილები ფრიად სურნელოვანია და ამით ყველასათვის საყვარელი მცენარეა.

იზრდება უმთავრესად ტყეებში, ბუჩქნარებსა და ტყის პირებში. იის ყვავილი ეთერზეთის წარმოებაში გამოიყენება. მის ფესვებს საფრანგეთში პირსასაქმებლად იყენებენ (შ. ა. ხიდაშელი, 1969).

იის მთელ მცენარეს (ფესვები, ღერო-ფოთლები ყვავილებით) ყვავილობის პერიოდში ამზადებენ და ჩრდილში ახმობენ. სამკურნალოდ იის ნახარშს იყენებ (30 გრ ნედლეული 1 ლ წყალზე), რომელსაც სვამენ თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის კენჭების დასაშლელ-გამოსაყოფად, აგრეთვე შარდმდენ საშუალებად, ამავე ნახარშით მკურნალობენ ნიკრისის ქარს („პოდაგრა“) და რევმატიზმს.

იას ხშირად სხვა მცენარეებს ურევენ: ია, ლობიოს ჩენჩო (პარკები უმარცვლოდ), სიმინდის „ულვაში“, დათვისკენკრას ფოთლები, არყის კვირტები ან ფოთლები თანაბარი რაოდენობით. 2 სუფრის კოვზ ნარეცს 4-5 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ და 20 წუთით გასაგრძელებლად დგამენ. სვამენ 2-3 სუფრის კოვზ ნაყენს დღეში სამჯერ (მ.ა. და ი.მ. ნოსალები, 1960; ა.პ. პოპოვი, 1974).

ხალხურ მედიცინაში იას ფილტვის ტუბერკულოზის დროს იყენებენ ბრონქებიდან ჭარბი ნახველის მოსაცილებლად (ამოსახველებლად), აგრეთვე ბავშვების სამკურნალოდ ყვიანახველის შემთხვევაში.

ა. პ. პოპოვი (1974) ყვიანახველის მკურნალობის შემდეგ წესს აღწერს: ავადმყოფ ბავშვებს იის ნახარშს ასმევენ, იმავე დროს მოხარშულ იის ბალახს მეკრდის ზედა ნაწილზე აფენენ და სახვევს ადებენ.

ასეთი სახვევს 1-1,5 საათის განმავლობაში ტოვებენ. ამ პროცედურებს დილით და საღამოთი აკეთებენ. ნახარშს ბავშვს ყოველ ორ საათში ერთხელ ასმევენ სუფრის კოვზით მთელი დღის განმავლობაში. ასეთი მკურნალობით სამი დღე-ღამის განმავლობაში ბავშვს მტანჯველი ხველა გაუვლის. 7-10 წლის ხნოვანებაში 2-3 სუფრის კოვზი ნახარშის მიცემა შეიძლება. ძალიან სასარგებლოა ნახარშის თაფლით დატკობა, რომელსაც თბილ მდგომარეობაში სვამენ. ასეთივე მკურნალობა კარგ შედეგს იძლევა ნიკრისის ქარის შემთხვევაში.

იის ნახარშს ან ნაყენს სვამენ ფილტვების ემფიზემისა და რევმატიზმის სამკურნალოდ, აგრეთვე შარდის შეუკავებლობის დროს. იის ნახარშს (2,0 გრ ნედლეული 200 გრ წყალზე) სვამენ 2-3 სუფრის კოვზს დღეში სამჯერ (ა. პ. პოპოვი, 1974).

ავიცენას (1982) მტკიცებით იისა და ქერის ღერლილის საფენი სიმსივნეს აწყნარებს, ხოლო იის სურნელების შესუნთქვით თავის ტკივილი ქრება. მალამოს სახით ან შიგნით მისაღებად იის ხმარება სასარგებლოა თვალის ანთების დროს. ხველას აწყნარებს იის მურაბა, ხოლო მისი ვაჟინი სასარგებლოა პლევრიტისა და ფილტვების ანთების შემთხვევაში, აწყნარებს თირკმლების ტკივილს და აძლიერებს შარდდენას, იგი სასარგებლოა სწორი ნაწლავის გამოვარდნის დროსაც.

ბულგარეთის ხალხური მედიცინა იას ამოსახველებელ და შარდმდენ სუსტ საშუალებად იყენებს. საამისოდ ორ სუფრის კოვზ ნედლეულს 400 მლ მდულარე წყალს ასხამენ, ორ საათს აყენებენ და დღეში ოთხჯერ სვამენ თითო სირჩას (30-40 გრ), (ისაევი და თანაავტორები, 1977).

იყენებენ შემდეგი კონცენტრაციის იის ნაყენსაც: 10 გრ ნედლეულს 200 მლ მდულარე წყალს ასხამენ. სვამენ თითო სუფრის კოვზს დღეში 3-4-ჯერ (ა.დ. ტუროვა, 1974).

იის სხვა სახეობებიდან საყურადღებოა სამფერი ია, რომელიც 10-40 სმ სიმაღლის ერთი ან ორწლიანი ბალახია წვრილი დატოტვილი მურა ფერის ფესვებით. ღეროები მარტივი (დაუტოტავი) ან დატოტვილია, რომლებიც ზეამართული ან მინაზე გართხმულია. მოკლებენვიანი, კიდეებში ბლავკბ-

ილებიანი, მსხვილი ლირისებრფოთლოთანებიანი, საკმაოდ გრძელყუნჩიანი ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული. ყვავილები სათითაოდაა განლაგებული ფოთლების ილღებიდან ამოსულ გრძელ უფოთლო საყვავილე ღეროებზე, თითოეული ყვავილი ორ-ორი თანაყვავილედითაა აღჭურვილი. ყვავილის ჯამის ფოთოლაკები ზუთია, ყვავილის გვირგვინი ზუთფურცლიანია, რომელთაგან ზედა ორი უკუკვერცხისებრი და უმეტესად სოსანისფერისაა, ორი გვერდითი ფურცელი ორ ზედა ფურცელზეა მიწოლილი, მათი ფერი მოლურჯოსოსანი ან ყვითელია. ქვედა ფურცელი ზომით ყველაზე დიდია და ყვითელი. ყოფილ საბჭოთა კავშირში გვხვდება ევროპულ ნაწილსა და დასავლეთ ციმბირში.

მინდვრის ია ფართოდაა გავრცელებული მთელს კავკასიაში, რომელიც ძალიან პავს სამფერ იას, მაგრამ მისი გვირგვინის ფურცლები თეთრი ან ყვითელია. ხალხი ამ სახეობებს ხმარების დროს ყურადღებას არ აქცევს, ორივეს ერთნაირად იყენებს.

სამფერი იაუფუნა და მინდვრის ია ამოსახველებელ საშუალებად გამოიყენება სასუნთქი გზების კატარის დროს. ხალხურ მედიცინაში ია და სამფერი ია გამოიყენება ხველის, ბავშვებში სიყვითლის, კანის ნაირგვარი დაავადებების სამკურნალოდ და შარდმდენ საშუალებად (დ. ნ. ცილოვკო, 1962).

როგორც სამფერი, ასევე მინდვრის ია ფართოდ გამოიყენება ხალხურ მედიცინაში, უფრო ხშირად წყლით გამოწანვლილს (ნაყენს) იყენებენ (20 გრ 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყლის დასხმით) სვამენ 0,5 ან 1 ჩაის ჭიქა ნაყენს დღეში სამჯერ. უფრო დიდი დოზებით გამოიყენება ნაწლავებს აღიზიანებს.

მ. ა. და ი. მ. ნოსალების (1960) მტკიცებით უკრაინულ ხალხურ მედიცინაში სამფერი იის წყალზე ნაყენი სისხლის გამწმენდ საშუალებად გამოიყენება ეგზემის, კანის მუნუკებისა და გამონაყარების დროს. მათივე ცნობით ხალხური მკურნალები ძნელი მშობიარობის შემდეგ მშობიარე ქალს სამფერი იის ჩაის აძლევენ სხვა მცენარეებთან ერთად: ორკბილა, კაკლის ფოთლები, მარწყვის ფოთლები. ყველა ეს ინგრედიენტი თანაბარია. ამ ნარევის 50-60 გრ-ს იღებენ 1 ლ მდულარე წყალზე. სვამენ ნახევარ-ნახევარ ჭიქას დღეში 5-6-ჯერ. მიაჩნიათ, რომ ასეთი ჩაი სისხლსა და საშვილოსნოს წმენდს მშობიარობის შემდგომ გამონაყოფებისაგან.

თირკმლის მოქმედების გამაუმჯობესებელ, შარდმდენ, ნაწილობრივ ოფლმომდენ და სისხლგამწმენდ საშუალებად სამფერი იის ჩაის იყენებენ რევმატიზმის, სიყვითლის, რაქიტის, ფილტვების დაავადების, ნიკრისის ქარის ("პოდაგრა") სამკურნალოდ.

პატარა ბავშვებს წყალზე ნაყენს დღე-ღამეში 1 ჭიქაზე მეტს არ აძლევენ (ამ დროს 1 ლ წყალზე 10-12 გრ ხმელ სამფერ იას იღებენ), 1 ჭიქას 3-4 ნაწილად ყოფენ და ასმევენ მთელი დღის განმავლობაში.

ზემოხსენებულ ავტორთა მიხედვით სამფერი იის წყალზე ნაყენის გამოყენებისას შარდი სპეციფიკურ სუნს იძენს. კულტივირებულ სამფერ იას სამკურნალოდ არ ხმარობენ.

იპაონური სოფორა - SOPHORA JAPONICA L.



პარკოსანთა ოჯახის საშუალო სიმაღლის ხეა, რომელიც სპორადულად ჩინეთსა და იაპონიაშია გავრცელებული. საქართველოში შემოტანილი და უმთავრესად ბალ-პარკებშია დანერგული. მცირე რაოდენობით გაშენებულია თბილისისა და გორის შემოგარენის ტყის კულტურებში, აგრეთვე ამიერკავკასიის რკინიგზის დაცვით ტყის ზოლებში.

ტოტებისა და ყლორტების გლუვი, მომწვანო ქერქი უხვადაა მოფენილი მეჭეჭებით. ფოთლები კენტფრთართულია, 7-15 კიდემთლიანი წაგრძელებულკვერცხისებრი ან ოვალური, წვერში მოკლედ წაწვეტებული, ზემოდან მუქმწვანე, ქვემოდან მონაცრისფერო თეთრი ბენვით შებუსვილი ფოთოლაკებით. ფოთლის ყუნჩის ძირი მნიშვნელოვნადაა გაგანიერებული. ღია მოყვითალო ფერის ყვავილები კენწრულ საგველა ან მტევნისებრ ყვავილედებშია შეკრებილი. ნაყოფი ცილინდრული, თესლებს შორის შეზიდული 6 სმ-მდე (ზოგჯერ უფრო გრძელიც) სიგრძის პარკია. თესლები ხორცოვანი პარკის გაგანიერებულ ნაწილებში ზის. ყვავის საკმაოდ გვიან, მაღალი ტემპერატურული რეჟიმის დადგომის შემდეგ, უმეტესად ივლის-აგვისტოში.

საკმაოდ გვალვისამტანი, სითბოს მომიზივნე მცენარეა, ამიტომ უფრო დაბალი ზონის გამწვანებისთვისაა სასურველი.

სოფორას ბუტონებს (გაბლის ზღვარზე მყოფი საყვავილე კვირტები) სამკურნალოდ ბულგარეთში იყენებენ სისხლჩაქცევის საწინააღმდეგო და სისხლსადინარი კაპილარების ელასტიურობის აღმდგენ საშუალებად.

სოფორას ბუტონები სხვა სამკურნალო მცენარეებთან შედარებით უხვად შეიცავს რუტინს (12-17 (30) %-მდე). ამიტომ სოფორას ბუტონები ამჟამად რუტინის მიღების მსოფლიო მნიშვნელობის ნედლეულს წარმოადგენს. ზემოთ ჩამოთვლილი ყველა დაავადების დროს რუტინს ვიტამინ C-სთან ერთად იყენებენ.

სოფორას ნაყოფს ბაქტერიციდული თვისებები გააჩნია ოქროსფერ სტაფილოკოკებისა და ნაწლავთა ჩხირების მიმართ. ნაყოფისაგან მომზადებულ ნაყენს სველსაფენებისა და ტამპონების სახით იყენებენ ეგზემის, ქრონიკული ანთებითი პროცესის, ჭრილობების, დამწვრობის და ტროპიკული ნყლულის სამკურნალოდ (ა.ი. შრეტერი და სხვა, 1979).

სოფორას ბუტონები გამოიყენება როგორც შინაგანი საშუალება. იღებენ 0,2-0,5 გრ ბუტონების ფხვნილს დღეში 3-4-ჯერ ან სპირტზე ნაყენს (20 გრ ბუტონებს 70⁰ 100 გრ სპირტზე აყენებენ 7 დღის განმავლობაში), იღებენ 20-40 წვეთს დღეში 3-ჯერ (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

ინულა, ჩვეულმბრივი მზიურა - INULA VULGARIS (LAM) TREVIS.; INULA CONYZA DC



ასტრასებრთა ოჯახში შედის. ორი ან მრავალწლიანი, 20-120 სმ სიმაღლის, კენწრულ ნაწილში დატოტვილი, თეთრი ბენვით შებუსვილი, მთელ სიგრძეზე წვრილად დაღარული, ოდნავ მონითალოდეროიანი მცენარეა. ამ მცენარის გვარის ბევრ სახეობას აქვს ქართული შესატყვისები - მზიურა, კულმუხო და სხვა. მაგრამ აქ განსახილველი სახეობის ქართული სახელი არაა ცნობილი, ამიტომ მის აღსანიშნავად ლათინური შესატყვისია გამოყენებული.

მოგრძო კვერცხისებრი ან ელიფსური ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული, ქვედა ფოთლები ყუნწიანია, ზედა - თითქმის მჯდომარე, ნაპირებში ამოკეტილი, ტალღისებრი ან წვრილკბილა; ფოთლის ფუძე შევიწროვებულია და ყუნწში თანდათან გადადის. ფოთლის ფირფიტის ზედა მხარე თხელბუნევიანია, ქვედა კი სქლადდა შებუსვილი და უფრო მონაცრისფეროა ზედა მხარესთან შედარებით.

ფოთოლს ხალხური მედიცინა კუჭ-ნაწლავებში გაზების დაგროვების და სიყვითლის წინააღმდეგ იყენებს; გარდა ამისა მას ხმარობენ როგორც საოფლე და ჭრილობების შემოხორცებელ საშუალებას (ა.ბ. როლოვი, 1908).

იორდასალაში - PAEONIA ANOMALA L.



ბაიასებრთა ოჯახის 50-100 სმ სიმაღლის მრავალწლოვანი ბალახია მოკლე მრავალთავიანი ფესვურით. მომურაო-ყავისფერი სქელი, ხორცოვანი ფესვი რამოდენიმე ასევე ხორცოვანი განტოტების მქონეა. ფესვურიდან რამოდენიმე ღერო ამოდის, თითოეული მათგანი მხოლოდ თითო ყვავილთაა შემკული. ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული. ფოთლის ფირფიტა 13-30 სმ სიგრძისაა და ყუნწზე ორჯერ უფრო გრძელია, ორგზის სამნაკეთიანია, ფოთლის თითოეული სეგმენტი სამად ღრმადგანკვეთილი ან ფრთისებრ დაყოფილია. შუა სეგმენტი სამნაკეთიანია, გვერდითა კი ლანცეტისებრია, კიდემთლიანი. ყვავილის გვირგვინის ფურცლები წითელია, ზოგჯერ ბაცი-ვარდისფერი. ნაყოფი 2-3-5 მრავალთესლიანი ფოთლურისაგან შედგება, რომლებიც მომწიფებისას ჰორიზონტალურ მდგომარეობას იღებს და მუცლის მხარის საგდელთი იხსნება. თესლი ელიფსურია, შავი და მბრწყინავი.

აღწერილი სახეობა ბალ-პარკებში ფართოდაა დანერგილი. ბუნებრივად ციმბირსა და ყოფილ საბჭოთა კავშირის ევროპული ნაწილის ჩრდილო-აღმოსავლეთის რაიონებში იზრდება.

საქართველოში ფართოდაა გავრცელებული ტყის იორდასალაში, რომელიც 40-70 სმ სიმაღლისაა, მისი გრძელყუნწა ფოთლები ორჯერ სამყურაა, ფოთლის სეგმენტები ოვალურია ან მომრგვალო

ოვალური, ხშირად თავწვეტიანი. ზემოდან მუქი მწვანე, ქვედა მხრიდან კი მკრთალი მწვანე ფერისაა. მთელი მცენარე შიშველია (უბუსუსოა). ყვავის წითელი ყვავილებით, ხშირად ღერო ერთადერთი ყვავილით ბოლოვდება. დაყვავილების შემდეგ მოყავისფრო ბენვით დაფარული 2-4 ნაყოფის ფოთოლი ვითარდება. მომწიფებული თესლი მუქი ლურჯია, თითქმის შავი და ბურთივით მრგვალი (შ.ა. ხიდაშელი, 1969). გარდა ამისა სხვა იორდასალამებიცაა ჩვენში, სულ 10 სახეობა. ტყის იორდასალამი და ზემოთ აღწერილი ბალებში დანერგული იორდასალამი თავისი ქიმიზით დიდად არ განსხვავდება ერთმანეთისაგან. ამიტომ ხალხიც თითქმის ერთნაირად იყენებს მათ სამკურნალოდ.

იორდასალამის ფესვებიდან წყლითა და სპირტით გამონაწვლილები ძლიერ გამოხატული სედატიური თვისებების მქონეა და რამდენადმე ტკივილგამაყუჩებლადაც მოქმედებენ, ამასთან ერთად ინვეს კუჭის წვენის სიმჟავის მომატებას. გამოიყენება როგორც მადის მომგვრელი და მონელების გამაუმჯობესებელი საშუალება, ხალხურ და ტიბეტის მედიცინაში კუჭის ნაირგვარი დაავადებების სამკურნალოდ, ეპილეფსიისა და ზოგი სხვა ნერვული დაავადების წინააღმდეგ (ა.ი. ლესკოვი, 1962).

ძველი ქართული სამკურნალო ლიტერატურის მიხედვით იორდასალამის წყალზე ნაყენი გულისა და ღვიძლის სამკურნალოდ გამოიყენებოდა, მასვე იყენებდნენ სახსრების ტკივილების დასაწყნარებლად (ნ. წუნწავა, 1960).

იორდასალამი ეფექტურია ბავშვებში კბილის ტკივილის დასაწყნარებლად, აგრეთვე ყელის ტკივილის დროს (ზ. შენგელია, 1983).

იორდასალამის ფესვები გამოიყენება კუჭის წყლულის სამკურნალოდ, კუჭის აშლილობის, სისხლდენის, ციბე-ცხელების, ხველების, რევმატიზმისა და ნიკრისის ქარის, ჰიპერტონიის, უძილობის, ყურის ჩირქოვანი დაავადებების, საშვილოსნოს ყელის ეროზიისა და საშვილოსნოს კიბოს დროს (ვ. გ. მინაევა, 1970).

მონოლოეთის ხალხურ მედიცინაში იორდასალამის ფესვებს იყენებენ თირკმლების სამკურნალოდ და შხამსაწინააღმდეგო საშუალებად, მონამლის დროს (ხიდაე ცედი, 1965). იორდასალამის თესლებს ხალხური მედიცინა იყენებს გასტრიტის, საშვილოსნოდან სისხლდენის დროს. ყვავილის გვირგვინის ფურცლების არაყზე ნაყენს და თვით აყვავებული ბალახის არაყზე ნაყენს ეპილეფსიის სამკურნალოდ იყენებენ. ფესვებს აგვისტო-სექტემბერში აგროვებენ (ვ.გ. მინაევა, 1970).

6. ბელოჩალოვის მიხედვით კუჭის კიბოს საწინააღმდეგოდ რეკომენდებულია იორდასალამის მისში შეგროვილი ფესვები, რომლისგანაც წყალზე ნაყენს ამზადებენ (მომზადების წესი აღწერილი არაა). სვამენ 100 გრ-ს დღეში სამჯერ ჭამამდე ნახევარი საათით ადრე. რამდენად ეფექტურია გაუგებარია, მაგრამ თვით ცნობა ზოგადად მაინც საინტერესოა.

თეთრყვავილებიან იორდასალამს ჩინეთში (მის ფესვებს) იყენებენ როგორც ტკივილგამაყუჩებელ და ანტისპასტიკურ საშუალებას. უნიშნავენ კოლიტის, გასტრიტის და მუცლის არეში ტკივილების დასაწყნარებლად, მასვე გააჩნია ამოსახველებელი, რძის სეკრეციის გამაძლიერებელი და შარდდამდენი თვისებები. სვამენ ჩაის ან ნახარშის სახით. ერთ ჯერზე მისალები დოზაა 5-12 გრ (ფ. ი. იბრაგიმოვი, ვ. ს. იბრაგიმოვა, 1960). იმავე დაავადების დროს იყენებენ სხვა სახეობის იორდასალამსაც (ნახევრადბუჩქი იორდასალამს).

როგორც ზემოაღნიშნული ლიტერატურული მიმოხილვიდან ჩანს, ხალხი სამკურნალოდ იორდასალამის იმ სახეობას იყენებს, რაზედაც ხელი მიუწვდება. ეს ფაქტი საყურადღებოა იმით, რომ სამკურნალო დანიშნულებით გამოცდას უნდა დაექვემდებაროს საქართველოში გავრცელებული ყველა სახეობის იორდასალამი.

ავიცენას (1982) მტკიცებით იორდასალამი შავ ლაქებს აქრობს კანზე, იგი სასარგებლოა ნიკრისის ქარის დროს, ასევე ეპილეფსიის შემთხვევაში.

0,885 გრ იორდასალამის თესლის თაფლწყალით ან ღვინით მიღება კომპარისაგან შველის ადამიანს. ავიცენა იორდასალამის ფესვებს სასარგებლოდ მიიჩნევს სიყვითილისა და ღვიძლის მკურნალობაში. 1,18 გრ თესლი ღვინით მიღებული სისხლდენას აჩერებს.

იორდასალამის ფესვები მცირე დოზით ნაწლავების პერისტალტიკას აძლიერებს, ანტისპასტიკურად მოქმედებს ყვიანახველის და ასთმის დროს, აყუჩებს ნიკრისის ქარით გამოწვეულ ტკივილებს.

იყენებენ ცხელი წყლით ნაყენს: ნახევარ ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ იორდასალამის ფესვებს ერთ ჭიქა (მაგარი კონცენტრაცია) ან ორ ჭიქა (შედარებით სუსტი კონცენტრაცია) მდულარე წყალს ასხამენ (ერთი დღე-ღამის დოზა) (იორდანოვი და თანაავტორები, 1968).

ბულგარეთის ხალხურ მედიცინაში იმავე ავტორთა მიხედვით იორდასალამის ფესვების ნახარშს იყენებენ მუცლის არეში სპაზმებისა და ტკივილების, ისტერიის, ეპილეფსიის დროს, აგრეთვე შარდმომგვრელ საშუალებად წყალმანკის დროს, თირკმლებსა და საშარდე ბუშტში ქვიშისა და კენჭების შემთხვევებში. ხმელი ფესვების ფხვნილს მცირედი დოზით ურჩევენ ბუასილის სამკურნალოდ.

✓ კავკასიური პანტა - PYRUS CAUCASICA A. Grossh.



ვარდისებრთა ოჯახში შედის. საკმაოდ მაღალი, 20 მეტრამდე სიმაღლის ხეა, ეკლიანი ტოტებით. ყლორტების კანი მოყავისფროა, ტოტების ქერქი ნაცრისფერი და ღეროზე კი მუქი ნაცრისფერია.

მომრგვალო ან კვერცხისებრი, საკმაოდ გრძელყუნწიანი, პრიალა, კიდემთლიანი ფოთლები დამოკლებულ ტოტებზე ჯგუფურად, დაგრძელებულ ტოტებზე კი მორიგეობითაა განწყობილი.

საშუალო ზომის (2,5-3,5 სმ დიამეტრში), ხასხასა თეთრი ფერის, ზოგჯერ ოდნავ მოვარდისფრო ყვავილები დამოკლებულ ტოტებზე ფარისებრ ყვავილედებშია შეკრებილი.

მოუმწიფებელი ნაყოფი მწვანეა, მომწიფების წინ მოყვითალო-მწვანე, ხოლო მომწიფებული - მუქი ყავისფერი, ფორმით მსხლისებრი, მომრგვალო ან მობრტყო, გრძელყუნწიანი ნაყოფის რბილობი მდიდარია გაქვავებული უჯრედებით.

ყვავის ფოთლების გაშლასთან ერთად აპრილ-მაისში, ნაყოფი აგვისტო-სექტემბერში მწიფდება, ზოგან უფრო გვიან. უხვი ნაყოფმსხმოიარობა ყოველი 1-2 წლის შემდეგ მეორდება.

ნაყოფი 6-13 პროცენტ შაქარს (ძირითადად მონოსახარს), 0,12-0,19 პროცენტ შაქრის, ლიმონის და ასკორბინის მჟავას, 4 პროცენტამდე პექტინებსა და მთრიმლავ ნივთიერებებს, აგრეთვე მცირედ კაროტინს შეიცავს, იყენებენ კომპოტების და ესენციისათვის, რომლისგანაც ხილის გამაგრილებელ წყლებს ამზადებენ. შაქარშემცველობის გამო ნაყოფი ვარგისია ლენის, ძმრის და არყის გამოსახდელად, მისგან ბურახსაც აკეთებენ. ხმელ პანტას ფქვავენ და პურის ფქვილში ურევენ, მისგან აკეთებენ ტკბილ კვერს, თათარას ჩურჩხულებისათვის და სხვა.

პანტას ნაყოფი უძველესი დროიდანვე აღიარებულია შემკვრელ საშუალებად და ხალხი ფართოდ იყენებს კუჭის აშლილობის დროს.

მონითალო ფერის მერქანი უძვირფასესი მასალაა საავეჯო წარმოებისა და წვრილმანი სახარატო ნაკეთობებისათვის.

ყოველივე ზემოაღწერილი ვრცელდება ბერყენას სხვადასხვა სახეობის ნაყოფზეც. ბერყენას ნაყოფიც დიდი პოპულარობით სარგებლობს, როგორც კარგი ხილი და სამკურნალო საშუალება კუჭის აშლილობის დროს.

✓ კავკასიური სოჭი - ABIES NORDMANNIANA (STEV). SPASH



ფიჭვისებრთა ოჯახს ეკუთვნის. ი. აბაშიძის (1959) აღწერით კავკასიური სოჭი სიმაღლეში 60-70 მეტრამდე აღწევს, დიამეტრი კი - 2 მეტრამდე. მისი ფისითა და მთრიმლავი ნივთიერებებით მდიდარი ქერქი ერთწლიან ყლორტებზე მოყვითალო მწვანე ან მურა-მონითალოა, ზოგჯერ - ღია ყავისფერი. ევროპული სოჭისაგან განსხვავებით, ყლორტის კენწეროზე ოთხი კვირტი ზის.

ბლაგვი ან წვერმოკვეთილი ბრტყელი წიწვი ქვედა მხრიდან წყვილ თეთროლიანია, ტოტზე წიწვები ორმწკრივადაა განლაგებული.

ღია ადგილზე სოჭი 30-40 წლის, ხოლო კორომში 60-70 წლის ასაკში იწყებს მსხმოიარობას.

მოყვითალო მწვანე მამრობითი ყვავილები თავთავისებრ ყვავილედებადა შეკრებილი წიწვების ილიეებში და გასული წლის ტოტების კენწერულ ნაწილში არის განლაგებული.

მდდრობითი აღმამდგომი გირჩები გასული წლის ყლორტების კენწეროებზე ზის, ამასთან ხის მხოლოდ კენწეროშია თავმოყრილი. თესლი სექტემბერ-ოქტომბერში მწიფდება, გირჩის დაშლა და თესლის გამოხვევა ამ დროს ხდება. 1000 ცალი თესლის ნონა 64 გრამს შეადგენს. კავკასიური სოჭის სიცოცხლის ხანგრძლივობა 500 წელს აღწევს.

კავკასიური სოჭი ქიმიკო-ფარმაკოლოგიური თვალსაზრისით ჯერ კიდევ სუსტადაა შესწავლილი, მაგრამ ამ მიმართებით იგი ძალიან ახლოს დგას ციმბირულ სოჭთან და მის შემცველად გამოდგება.

მედიცინაში სოჭის წიწვები, ქერქი და ახალგაზრდა ტოტები გამოიყენება, მათგან მიღებული ეთერზეთი ერთ-ერთი ძირითადი წყაროა სინთეზური ქაფურის მისაღებად.

ს.ვ. სიდნევა (1962) მიუთითებს, რომ ქაფური სამედიცინო პრაქტიკაში ფართოდ გამოიყენება, როგორც ცენტრალური ნერვული სისტემის აღმგზნები, ინფექციური და სხვა დაავადებების დროს გულის მოქმედების გამაძლიერებელი საშუალება. ამავ მიზნით გამოიყენება გულის გასამაგრებლად ნარკოტიკებით, ძილისმომგვრელი და ტკივილგამაყუჩებელი (მორფინი) ნივთიერებებით მონამკლისას და სხვა. ქაფურს გარეგან საშუალებადაც იყენებენ მოიზიტის, ნევრიტის და სახსრების რევმატიზმის დროს. დიდი დოზით შიზოფრენიის მკურნალობაში იყენებენ. სოჭისაგან მიღებულ სკიპიდარს გარეგან სახმარად იყენებენ გამაღიზიანებელ საშუალებად.

კვირტებისა და ჩვილი წიწვების ნახარში ვიტამინიზებული სასმელია და შესაძლოა გამოიყენებულ იქნას სურავანდის პროფილაქტიკასა და მკურნალობაში.

სოჭის ფისისაგან მიღებული „სოჭის ბალზამი“ მედიცინაში ჭრილობების შეხორცების მასტიმულიზებელ საშუალებადაა ცნობილი, მასვე ხმარობენ მინის შესანებებლად.

კავკასიური სურო - *HEDERA CAUCASIGENA* POJARK. (*H. HELIX* AUCT. CAUC. NON L.)



სუროსებრთა ოჯახის, მცოცავი (ლიანა), მარადმწვანე მცენარეა. ახალგაზრდა ტოტები შებუსვილია, ხანდაზმული კი შიშველი. საკმაოდ გრძელყუნწიანი ტყავისებრი ფოთლები ყლორტებზე მორიგეობითაა განწყობილი, მინაზე გართხმულ უნაყოფო და მცოცავ ყლორტებზე საერთო გარეგნული შეხედულებით სამკუთხა კვერცხისებრია, 3-5(7) ნაკვით, უფრო ხშირია სამნაკვითიანი ფოთლები. ფოთლის შუა ნაკვითი სხეებთან შედარებით ჩვეულებრივ უფრო დიდია. გენერაციული ტოტების დაუნაკვთავი ფოთლები კვერცხისებრი ან რომბულია. ფოთლი ზემოდან მუქ-მწვანე, ქვემოდან კი უფრო მკრთალია. ფოთლების ყუნწები შებუსვილია.

მომწვანო-მოყვითალო ყვავილები აღმამდგომი მტევნის ცალკეულ ტოტებზე ქოლგებადაა შეკრებილი. მთელი ყვავილეთი თეთრი ვარსკვლავისებრი ბენვითაა მოფენილი, ყვავის გვიან ზაფხულში (ხშირად სექტემბერში). მრგვალი 2-4 თესლიანი შავი ფერის კენკრა ნაყოფი შემოდგომით საკმაოდ გვიან მწიფდება. მრავლდება თესლითა და კალმებით, მინაზე მხოზავი ყლორტები ცალკეულ კვანძებში ფესვებს იწვეითარებს. ხეებსა და სხვა საყრდენ საგნებზე მცენარე დამა-

ტებითი ფესვებით საიმედოდ ემაგრება. ჩრდილის დიდი ამტანია, ამიტომ კარგად იზრდება ტყეებში, როგორც საბურველქვეშ, მინაზე გართხმული, ასევე ადვილად აღწევს ხეთა ვარჯებში. უპირატესად ტყის მცენარეა, მაგრამ ზოგან შიშველ კლდეებზედაცაა შეფენილი. ნორმალურად ტენით უზრუნველყოფილ მდიდარ ნიადაგებზე იზრდება ზღვის დონიდან 1200 მეტრამდე სიმაღლეზე. გვხვდება იმერეთში, რაჭა-ლეჩხუმში, აჭარაში, ქართლსა და თრიალეთზე. საქართველოში გარდა განხილულისა იზრდება კოლხური და პასტუხოვის სუროები, რომელთა ფოთლები დანაკეთული არაა.

ფარმაკოქიმიურად უფრო კარგად შესწავლილია კავკასიური სურო, დანარჩენი ორი კი ძლიერ სუსტად ან სრულებითაც არაა გამოკვლეული. საერთოდ ცნობილია, რომ ქიმიური შემადგენლობით სუროს სხვადასხვა სახეობები ერთმანეთისაგან არსებითად არ განსხვავდება. ხალხიც სამკურნალოდ გამოიყენებისას სახეობრივ ნაირგვარობას ყურადღებას არ აქცევს. იყენებს იმ სახეობას, რომელიც მისთვის ტერიტორიულად უფრო მისაწვდომია.

სამკურნალოდ ფოთლები გამოიყენება, მაგრამ გლიკოზიდ ჰედერინის და საპონინების შემცველობის გამო მომწამვლელ გავლენას ახდენს, რაც მათ სამკურნალოდ გამოიყენებისადმი ფრთხილად მიდგომის აუცილებლობაზე მიგვანიშნებს.

ჰედერინს გამხსნელი და პირსასაქმებელი თვისება გააჩნია. დანით დასერვის შემთხვევაში ღეროდან ფისოვან-გუმფისოვანი წვენი გამოდის, რომელიც ჰაერზე გამჭვირვალე მუქყავისფერ მყარ ნაწილებად მკვრივდება. იგი წვის დროს საკმეველის სურნელისებრ არომატს აფრქევს. მისგან ლინის სპირტი გახსნით ამზადებენ ლაქს, რომელიც ფერწერაში გამოიყენება.

მიუხედავად არასასიამოვნო გემოსი ნაყოფს ორნიტოფაუნის ბევრი წარმომადგენელი ჭამს.

სუროს პრეპარატები მცირე დოზით სეკრეტორულ გავლენას ახდენს ქრონიკული ბრონქიალური კატარის დროს, ანთების სანინალმდგომლად მოქმედებს გარეგანი ხმარებისას ქალებში თეთრად შლისას.

მასვე იყენებენ ღვიძლის, ნაღლის ბუშტის, ნიკრისის ქარისა და რეკმატიზმის სამკურნალოდ. გარეგან სახმარად გამოიყენება მაზოლების, მეჭეჭების, პოლიპების, დამწვრობით გამოწვეული ჩირქოვანი მუნუკების სამკურნალოდ. დასაღვეად იყენებენ ცივი წყლით გამოწვეულს: 1/2 ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ფოთოლს ერთ ჭიქა წყალს ასხამენ და 8 საათს დგამენ. ესაა დღე-ღამის დოზა (დ. იორდანოვი და სხვა, 1969).

კაკასიური ცაცხვი - TILIA CAUCASICA RUPR.
ვზირილშოთოლა ცაცხვი - TILIA CORDATA MILL.



ცაცხვისებრთა ოჯახის წარმომადგენლებია. კაკასიური ცაცხვი მალალი ხეა, ყლორტები და კვირტები უბუსუსოა. ახალგაზრდა ხის ღერო და ტოტები მუქნაცრისფერ ქერქიანია, ხანდაზმული ხეების ღეროს ქვედა ნაწილში კი ქერქი უფრო მუქი ფერისაა და ღრმად დამსკდარი. ფოთლები გულისებრ მომრგვალო ან კვერცხისებრია, ასიმეტრიული, წვერში მკვეთრად წვეტიანი, ზემოდან მწვანე, ქვემოდან უფრო ბაცი, ძარღვების განტოტვის კუთხეებში ბუსუსებით, კიდეებზე დაკბილული. ფოთლის ფირფიტა 80-120 მმ სიგრძისა და 70-100 მმ სიგანისაა, ყუნწის სიგრძე კი 20-40 მმ-ის ფარგლებში მერყეობს.

ორსქესიანი ყვავილები ღია ყვითელი ფერისაა. სურნელოვანი, 3-7 ცალი ყვავილი შეკრებილია მტევნისებრ ყვავილედად. ნაყოფი უკუკვერცხისებრი ან მსხლისებრი კოლოფაა, მაგარი და დასაწყისში ბუსუსიანი, შემდეგ კი შიშველი, 4-5 წახნაგოვანი.

ჩრდილს კარგად იტანს, მაგრამ ნორმალური ზრდით ნოყიერ და წყლით უზრუნველყოფილ ნიადაგებზე ხასიათდება. წმინდა კორომებს არ ქმნის, უფრო ხშირად შერეულია, ნიფლის, ნაძვის და სოჭის კორომებში, გვხვდება შედარებით ნესტიან ფერდობებზე არსებულ

მუხნარებში, მუხნარ-რცხილნარებშიც და სხვა.

მიმზიდველი კვერცხისებრი ვარჯითა და ხასხასა მწვანე ფერის გამო მალალი დეკორატიული ღერსებებით გამოირჩევა და ფართოდაცაა დანერგილი გამწვანებაში.

გულფოთოლა ცაცხვიც მალალი ხეა, 30 მეტრამდე სიმაღლით, მუქი ნაცრისფერი დახეთქილი ქერქით. ახალგაზრდა ტოტები მოყავისფროა და წვრილი მეჭეჭებითაა მოფენილი. 50-90 მმ სიგრძისა და 50-80 მმ სიგანის ფოთლები გულისებრ-წაგრძელებულ-მომრგვალოა. ფოთლის ფირფიტის ფუძე სიმეტრიულია ძირითადად, მაგრამ ვარჯში არცთუ იშვიათია ასიმეტრიულფუძიანი ფოთლებიც, კიდეები ხერხისებრდაკბილულია, ზემოდან უფრო მუქ-მწვანე, ქვემოდან კი ბაცი, წვერში წაწვეტებული.

ღია მოთეთრო ფერის ყვავილები 3-11 ყვავილიან ყვავილედადაა შეკრებილი. ყვავილედის საერთო ყუნწის ნახევარი ლანცეტა თანაყვავილეზეა მიზრდილი. მისი ნაყოფიც კოლოფაა, კვერცხისებრ მრგვალი, ზოგჯერ ოდნავ წაგრძელებულიც, ქერქისებრ ბუსუსიანი. ეს სახეობაც სხვა ჯიშებთანაა შერეული, 1000 ცალი ნაყოფის წონა დაახლოებით 31 გრამია. ყვავის ივნისის ბოლოსა და ივლისში. ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბრის თვეებში, ლამაზი გარეგნობის გამო ფართოდაა დანერგილი ბალ-პარკებში.

ცაცხვი ამავე დროს შესანიშნავი თაფლოვანი მცენარეა და უხვი ლალით უმასპინძლებდა ფუტკრებს. ცაცხვის ნექტარისაგან დამზადებული თაფლი უმაღლესი ხარისხისაა და დიდი პოპულარობითაც სარგებლობს მოსახლეობაში. ცაცხვის მერქანი საუცხოო მასალაა მშენებლობაში, საავეჯო წარმოებასა და ნაირგვარი ნაკეთობებისათვის.

ყოველივე აღნიშნულთან ერთად ცაცხვი უძველესი დროიდან ფართოდ ცნობილი სამკურნალო მცენარეა. სამკურნალოდ ცაცხვის ყვავილები (თანაყვავილედითურთ) გამოიყენება. ცაცხვის ყვავილობა ხანმოკლეა და ამიტომ მისი შეგროვება უნდა მოხდეს განსაზღვრულ პერიოდში, ყვავილები შეიცავს ლორწოვან ნივთიერებებს, ეთერზეთ ფარიზოლს 0,05 პროცენტის რაოდენობით, გლიკოზიდ ჰეს-პერიდინს და ტილიცინს, მთრილვან ნივთიერებებს, კაროტინსა და C ვიტამინს. ცაცხვის ყვავილს ოდითგანვე ოფლისმომგვრელ საშუალებად იყენებდნენ გაციებულობის დროს. ცაცხვის ყვავილებისაგან აკეთებენ წყალზე ნაყენს: ერთ სუფრის კოვზ წვრილად დაჭრილ ცაცხვის ყვავილს ასხამენ ერთ ჭიქა მდულარე წყალს და 20 წუთის განმავლობაში დგამენ. სვამენ 1 ან 2 ჭიქას. ყვავილები შარდისმომგვრელ სამკურნალო სხვა ბალახებთან ერთად შედის სპეციალურ ნარევეში. პოლონელი მეცნიერების (Kudrzycka Biełos-Zabsca Giowniak, 1965) ცნობით ცაცხვის ყვავილების 10 პროცენტიანი გამონახარში თაფლთან ერთად, ძილის წინ მიღებისას დამაწყნარებლად მოქმედებს ცენტრალურ ნერვულ სისტემაზე. ნაყენს ბაქტერიციდული თვისებაც აქვს, ამიტომ ურჩევენ მის პირის ღრუში გამოვლებას

სხვადასხვა დაავადების დროს. ხალხურ მედიცინაშიც ცაცხვის ყვავილები ცნობილია როგორც სისხლგამწმენდი, ტკივილგამაყუჩებელი საშუალება. მიიღება ნერვული დაავადებისას, მათ შორის ეპილეფსიის დროსაც, ხველისა და მუცლის ტკივილის დასაწყნარებლად.

ცაცხვის ფოთლებისა და კვირტების დანაყით მიღებულ ფაფისებრ მასას ჩირქოვან მუნუკებსა და სიმსივნეებზე იდებენ ანტისეპტიდური ზემოქმედების მიზნით. ცაცხვის ნახშირის ფხვნილს დღეში 3-4 ჩაის კოვზს იღებენ კუჭის აშლილობის, მუცელბერვის, ბოყინის დროს, მასვე იყენებენ კბილის სახეხად და ხორხის კიბოს სამკურნალოდ. ამისათვის ჯერ იყენებენ იმას, რასაც დანის წვერი აიღებს, ხოლო შემდეგ ყოველდღე ზრდიან დოზას, მათე დღეს ადიან ერთ სუფრის კოვზამდე ერთ მიღებაზე, რის შემდეგაც ამ დოზას იღებენ ყოველდღე სამი კვირის განმავლობაში. ამავე დროს ცაცხვის ნახშირთან ერთად ზოგჯერ იღებენ ყოველდღე (დღეში ორჯერ) თითო სუფრის კოვზ სელის ზეთს.

ცხვირიდან და ჭრილობიდან სისხლდენის შესაჩერებლად ცაცხვის თესლის ფხვნილს იყენებენ.

ბულგარეთის მედიცინაში ცაცხვის ყვავილი მიიღება, როგორც ოფლისმომგვრელი, შარდმდენი, აგრეთვე სუსტი სპაზმოლიტური და სეკრეტორული საშუალება ციებ-ცხელებისა და გაციებით გამოწვეული დაავადებების დროს (გრიპი, ბრონქების კატარი, ხახის ანთება), გარდა ამისა თირკმლებისა და საშარდ ბუშტის ანთების დროსაც.

ყველა ამ შემთხვევაში სვამენ ცაცხვის ყვავილის ცხელ ჩაის 2-3 ჭიქას დღეში.

როგორც უკვე აღინიშნა, ცაცხვის ერთ-ერთი უმთავრესი ღირსება მის უხვნექტირიანობაშია. თავ-ლოვანობის მხრივ იგი სწორუპოვარი მცენარეა მთელს ჩვენს ფლორაში. გამოანგარიშებულია, რომ ერთ ჰექტარ ცაცხვის ტყეს 17 მილიონი ყვავილი აქვს, რომელიც 1,5 ტ ჰექტარს იძლევა.

ცაცხვის ლაფანისაგან მზადდება ჭილოფები, ხრაღი, სხვადასხვა წნული ნაკეთობები, მისგანვე გრებენ თოკებს.

კაკალი - IUGLANS REGIA L.



კაკლისებრთა ოჯახში შედის. დიდი, 20 (35) მ სიმაღლის ხეა ძლიერი გუმბათისებრი ვარჯით. ღერო დაფარულია ღრმანალარებიანი ღია ნაცრისფერი ქერქით. ახალგაზრდა ტოტები მომწვანო-ყავისფერია. ტოტებზე მორიგეობით განლაგებული კენტფრთართული ფოთლები გრძელყუნწიანია, 7-9 განიერი, ელიფსური ან წაგრძელებულ-კვერცხისებრი კიდეითღიანი ფოთოლაკებით, რომელთაგან კენწრული ფოთოლაკი ყოველთვის უფრო დიდი და გრძელყუნწიანია.

ერთბინიანი ხეა სქესგაყოფილი ყვავილებით. მამრობითი ყვავილები თავჩაქინდრულ 10 სმ-მდე სიგრძის მჭადა ყვავილედადა შეკრებილი. თითოეულ ყვავილში მტვრიანათა რიცხვი 8-40 ცალის ფარგლებში მერყეობს. მდებრობითი ყვავილები 1-4 ცალის რაოდენობით შეკრებილია მწვანე ყლორტების კენწრულ ნაწილში.

ნაყოფი ცრუ კურკიანაა, ელიფსურიდან თითქმის მრგვალ ფორმამდე, რომელიც სიდიდის მიხედვითაც ძლიერ ცვალებადია. ნაყოფსგარეთ არსებული წენგო ხორცოვანი და მწვანეა, რომელიც მომწიფებისას შავდება და ტყავისებრი ხდება. 1000 ცალი კაკლის წონა 6500-15000 გრ-ს შეადგენს.

ყვავის აპრილ-მაისში, ნაყოფი აგვისტო-სექტემბერში მწიფდება. ფართოდ კულტივირებული ხეა. ზოგან ბუნებრივ კორომებსაც ქმნის. ჩვენთან კარგად იზრდება და უხვად ისხამს ბარში და მთაშიც 1300 მეტრამდე სიმაღლეზე. ცალკეული ხეების სახით გვხვდება 1600-1700 მეტრზეც, მაგრამ ასე მაღლა იგი ფართოდ არაა კულტივირებული, გარდა ამისა აქ ხშირად ზიანდება ყინვებით და იშვიათად მსხმოიარობს, თანაც მეტად ცოტას ისხამს, კარგად განვითარებული ზოგი ეგზემპლარი მისი ზრდის ოპტიმალურ პირობებში 300 კგ-მდე ნაყოფს იძლევა. ყველაზე დიდი მსხმოიარობით 150-180 წლის ასაკში ხასიათდება.

კაკლის მერქანი უძვირფასესი საავეჯო ნედლეულია, იგი ადრე წონით იყიდებოდა და საზღვარგარეთ დიდი რაოდენობით გაჰქონდათ შავი ზღვით.

კაკლის გული 54-74 პროცენტ ზეთს, 12-21 პროცენტ ცილოვან ნივთიერებებს ვიტამინ B-ს და პროვიტამინ A-ს შეიცავს. იგი საუცხოო გემოსია და მეტად ყუთიანი. საჭმელად გამოიყენება ნატურალური და ნაირგვარი ტკბილეულის სახით (ხალვა, კანფეტი, ტორტი და სხვა მრავალი).

კაკალი საქართველოში ოდითგანვე საკულტო ხედ ითვლებოდა. ახლად გამონასკეული მწვანე ნაყოფი დიდი რაოდენობით გამოიყენება მურაბისათვის. კაკლის ზეთი შესანიშნავი საკვებია და ფერ-

წერისათვის საჭირო ლაქის მასალაა. ზეთგამობის შემდეგ დარჩენილი ნარჩენი 40 პროცენტამდე ცილოვან ნივთიერებებს შეიცავს 10 პროცენტ ცხიმთან ერთად. იგი საუცხოოა შინაური ფრინველების საკვებად.

ახალგაზრდა მწვანე ნაყოფი მდიდარია ასკორბინის მჟავით (3000 მგ პროცენტამდე) და კაროტინით, ამიტომ ვიტამინიანი კონცენტრატის საუცხოო მასალაა. ფოთლებშიდაც ვიტამინ C-ს შემცველობა 4500 მგ პროცენტამდე აღწევს.

ფოთლებისა და წნეგოს ნახარშს ხალხურ მედიცინაში კუჭისა და გინეკოლოგიური დაავადებების, თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის, სტომატიტისა და ანგიინის სამკურნალოდ ხმარობენ. გარდა ამისა სვამენ ნივთიერებათა ცვლის გასაუმჯობესებლად და ორგანიზმის გასამაგრებლად ავტოამინოზის დროს. წნეგოს ფხვნილი სისხლდენის შემაჩერებელ საშუალებად ითვლება. ამ უკანასკნელ დრომდე წნეგოსაგან კეთდებოდა პრეპარატი „იუგლონი“ კანის ტუბერკულოზის სამკურნალოდ. ქართულ ხალხურ მედიცინაში ეგ ზემის წინააღმდეგ დიდი ეფექტურობით იყენებენ წნეგოს და ჩვილ მწვანე ნაყოფს, მათ გაჭრიან და უსვამენ ეგ ზემატურ ადგილებზე.

კაკლის ზეთი კონიუქტივიტების და შუა ყურის ანთების სამკურნალოდ გამოიყენება.

წნეგოს გამოყენება შეიძლება ტყევის გასათრიმლად, ფოთლებს, ქერქს და წნეგოს იყენებენ ქსოვილების, მატყლის, ხალიჩების და თმის ქარცისფრად ან მოყავისფროდ შესაღებად.

იაპონიის ერთ-ერთი ფირმა კაკლის დაფხვნილ ნაჭუქს ერთ-ერთ მნიშვნელოვან კომპონენტად იყენებს ცვეთისადმი დიდი გამძლეობის საშუალებად მასალის წარმოებაში მაღალ ტემპერატურულ პირობებში გამოსაყენებლად.

მ. ა. და ი. მ. ნოსალები (1960) აღნიშნავენ, რომ ხალხური მედიცინა უფრო ხშირად კაკლის ფოთოლს იყენებს. ფოთლების ჩაის - 50 გრ 1 ლ წყალზე სვამენ კანის ნაირგვარი დაავადებისას, ვენერიული სნეულებების, მრგვალი ჭიების წინააღმდეგ და კუჭ-ნაწლავის კატარის სამკურნალოდ. აღნიშნავენ, რომ დიაბეტიკს შაქრის შემცველობას უმცირებს შარდში.

წერილად დაჭრილი ჩვილი ნაყოფებიდან სპირტზე ნაყენს ამზადებენ. ბოთლში ჩაყრილ კაკალს ასხამენ სპირტს და მზეზე დგამენ 14 დღის განმავლობაში. შავ, სურნელოვან ნაყენს გადასხამენ სხვა ჭურჭელში და დარჩენილ კაკალს კი შაქარს აყრიან, კარგად ურევენ და თითქმის მთელი თვე დგამენ. ასე მიიღება საუცხოო ლიქიორი. ნაყენიც და ლიქიორიც მიიღება კუჭისა და ნაწლავების ტკივილის დროს (განსაკუთრებით საჭმლის გაძნელებული მონელების დროს). ლიქიორი უფრო ნაკლებეფექტურად მოქმედებს, მაგრამ მეტად კარგი გემოსია. იღებენ ჭამის შემდეგ საჭმლის ძნელად მონელების არართული ფორმის დროს.

ნაყენისათვის იღებენ დაახლოებით 30 კაკალს 1 ლ სპირტზე. ლიქიორს კი გემოვნებით მიხაკსაც უმატებენ.

კაკლის ფოთლების წყლიან ნაყენს ან მონახარშს რაქიტინი ბავშვების აბაზანებისათვის იყენებენ. თმისათვის უფრო მუქი ფერის მისაცემად, თავს კაკლის ფოთლის მაგარი ნახარშით იბანენ. დ. იორდანოვის, პ. ნიკოლოვის და ა. ბოიჩინოვის (1968) ცნობით ბულგარეთში სამკურნალოდ კაკლის ფოთლებს იყენებენ უყუნწოდ ღრძილებისა და ლიმფური ჯირკვლების ანთებისას, კანის დაავადებების, ჩირქოვანი ჭრილობების, გასტროენტერიტის, კუჭის ალბილოზის სამკურნალოდ, საჭმლის მონელების გასაუმჯობესებლად, მადის მოსაგვრელად, თეთრად შლის, არარეგულარული მენსტრუაციისა და პარაზიტიკური ჭიების წინააღმდეგ.

დასალევად გამოიყენება წყლიანი ნაყენი. ერთ სუფრის კოვზ ხმელ, წერილად დაჭრილ კაკლის ფოთოლს ასხამენ ერთ ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს (დღე-ღამის დოზა). გარეგან პრაქტიკაში იყენებენ მონახარშს: 3-5 სუფრის კოვზ ფოთოლს 0,5 ლ წყალს ასხამენ და 15 წუთს ხარშავენ.

ბულგარეთის ხალხური მედიცინა ფოთოლსა და წნეგოს მრავალი დაავადების დროს იყენებს, კერძოდ, ყველა ზემოთ ჩამოთვლილის გარდა მათ იყენებენ კუჭ-ნაწლავების ანთებისა და ტკივილის, ფურუნკულების, ჩიყვის, ტუბერკულოზის, სიფილისის, ბუასილის, ნიკრისის ქარის, სიყვილის, სისხლიანი ხველის სამკურნალოდ, აგრეთვე კომპრესებად მეძუძური ქალების ძუძუს თავების ძირების დახეთქისას. მოხარშულ თბილ ფოთლებს იდებენ ბუასილიან ადგილზე.

კაგა - ANETHUM GRAVEOLENS L.

ერთწლოვანი, ფართოდ დანერგილი 40-120 სმ სიმაღლის, სასიამოვნო ძლიერსუნინი ბოსტნეული მცენარეა. ღეროზე მორიგეობით განლაგებული ფოთლები 3 ან 4-ჯერ ფრთისებრ განკვეთილია, რომელთა კონტურული მოხაზულობა კვერცხისებრი ფორმისაა, ფოთლის ნაკვეთები ხაზურ-ლანცეტაა ან ძაფისებრი. ქვედა ფოთლების ძირები კიდევსიფრიფანა ვაგინებადაა გაფართოებული. თანაყვავილედ რთული ქოლგისებრია, რომლის დიამეტრი 15 სმ-ია, ზოგჯერ მეტიც, 30-50 გლუვი სხივით.



ქოლგას არც საერთო და არც კერძო საბურველი არ გააჩნია. ყვავილის გვირგვინი 5 ყვითელ ფურცელს შეიცავს. ნაყოფი კვერცხისებრი ან განიერელიფსური, ზურგის მხრიდან შებრტყელებული და ორთესლიანია. მერიკარპიუმებს (ნაყოფის ნახევარ ნაწილებს) ზურგის მხარეს სამ-სამი წიბო აქვს.

კამა 1-1,5% ეთერზეთს შეიცავს, შაქრებს - 4,7%-ს, ცხიმებს - 8,8%-ს, უჯრედანს - 13,4%-ს, აზოტოვან ნივთიერებებს - 16,28%-ს და ნაცარს - 7,88%-ს.

კამის წყლით გამოწვლილს იყენებენ I და II სტადიის ჰიპერტონიული დაავადებების დროს. განსაკუთრებით კარგ შედეგს იძლევა ბრომნატრიუმთან ერთად გამოყენებით, ხალხურ მედიცინაში ის შარდმდენი საშუალებაა, ნაყოფს კი ფხვნილის, ნაყენისა და ნახარშის სახით საჭმლის მომწელებელი სისტემის მოშლის, სულისხუთების შეგრძნებისა და სასუნთქი გზების დაავადებების სამკურნალოდ იყენებენ. იგი მეტუძურ ქალებში რძის მომატებასაც იწვევს. ექსპერიმენტებით დადგენილია, რომ კამის წყლით გამოწვლილი (ნაყენი) არტერიულ წნევას დაბლა სწევს, ძარღვებს აგანიერებს, გულის მოქმედებას აძლიერებს, ნაწლავების პერისტალტიკას ამცირებს და დიურეზს (შარდღენას) აძლიერებს (ი. ა. ალექსიანი, 1962).

შარდის შეუკავებლობის სამკურნალოდ 1 სუფრის კოვზ კამის თესლს 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ (სჯობს ეს თერმოსში მოხდეს). რამდენიმე საათით დაყოვნების შემდეგ დღეში ერთ ჩაის ჭიქა ნაყენს სვამენ ერთი კვირის განმავლობაში.

50 გრ კამის თესლს 0,5 ლ ღვინოში ნელ ცეცხლზე ხარშავენ 5-7 წუთის განმავლობაში, ძილის წინ 50-60 გრ ამ ნაყენს სვამენ, რაც ხელს უწყობს მშვიდ ძილს და უვნებელია (ნ. ნ. ბელოჩალოვი).

ი. ნურალიევი (1989) კამის სამკურნალო ღირსებების უფრო ფართო დახასიათებას იძლევა და აღნიშნავს, რომ ხალხურ მედიცინაში კამის წყლით გამოწვლილები (ჩაი, ნაყენი, თესლებისა და ფესვების ნახარში) ფართოდ გამოიყენება მადის მომგვრელად, მუცლის ღრუში დაგროვილი გაზების გამოსაღწევად, კუჭისა და ნაწლავების, ღვიძლის დაავადებების (ქოლეცისტიტის), ნალვლის ბუშტის კენჭოვანი დაავადების, საშარდე ბუშტის ანთების, თირკმლების კენჭოვანი დაავადების, უძილობის, ჰიპერტონიული დაავადების, კრუნჩხვების, სასუნთქი გზების ანთების, რძის გამოყოფის მოსამატებელ საშუალებად.

კამის ბალახსა და თესლს უფრო ხშირად ჩაის სახით იყენებენ: 1 სუფრის კოვზ გამხმარ კამას (8-10 გრ) 500 მლ მდულარე წყალს ასხამენ და 0,5-1,0 საათს დგამენ. სვამენ ნახევარ ჭიქა (100 გრ) ნაყენს დღეში 2-3-ჯერ, მეტეოროზმის, შეკრულობისა და ქრონიკული კოლიტის შემთხვევაში.

დიოსკორიდი კამას თვალის სამკურნალო საშუალებებს აკუთვნებდა. XVI საუკუნეში კრატო კამით კატარაქტას მკურნალობდა. კამას შარდმდენ და კენჭების დამშლელ თვისებებს მიაწერდნენ. გალენმა და აპულენუს პლატინიუსს კამა მტკივნეული შარდვის საწინააღმდეგო საშუალებად მიაჩნდათ (ნ. ზ. უმიკოვი, 1947). შაბოლოვსკის ცნობით, აფხაზი ხალხური მკურნალები კამის თესლის ჩაის, შარდშეკავების დროს შარდმდენ საშუალებად იყენებენ.

თანამედროვე მედიცინამ დაადასტურა, რომ კამა სისხლის წნევას დაბლა სწევს, კორონარულ ძარღვებს აფართოებს, კუჭის წვენის სეკრეციას ამაღლებს, ნალვლის დენას აძლიერებს და მადისმომგვრელია. კამის წვენი და წყალზე ნაყენი კარგი ნალველმდენი და სპაზმოლიტური საშუალებაა, რეკომენდებულია I და II სტადიის ჰიპერტონიული დაავადების სამკურნალოდ.

კ. კანტი (1913) კამის თესლს ქრონიკული ბრონქიტის, პნევმონიის, ასთმის, ტუბერკულოზის, მეტეოროზმის (გაზების დაგროვების) და მალარიის სამკურნალო საშუალებად მიიჩნევს.

კამა, როგორც სისხლის წნევის დამწვევი, დიდი დოზით მიღება ჰიპოტონიკებისათვის (დაბალწნევიანებისათვის) მიუღებელია.

ბულგარული ხალხური მედიცინა სამკურნალოდ კამის თესლს იყენებს, როგორც გაზგამომდევნს და მოწელების გამაუმჯობესებელ საშუალებას. მასვე იყენებენ ღვიძლის დაავადების, სისხლის მაღალი წნევის, საშარდე ბუშტის ანთების, ე. წ. „ზღვის დაავადების“, აეროფაგიისა და ბუასილის დროს. მოხმარების წესი: კამის დანაყილ ორ სუფრის კოვზ თესლს ორ ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ, 10 წუთს დგამენ და შემდეგ წურავენ (ფელტრავენ). მთელ ამ ნაყენს ორი დღის განმავლობაში სვამენ დღეში თითო ჭიქას ორ ჯერზე (თანამედროვე ფიტოთერაპია, 1988).

ხველების დროს შესანიშნავ დადებით შედეგს იძლევა შემდეგი მცენარეების ფხვნილების ნარევი: ძირტკბილას ფესვურების ფხვნილი - 30 გრ, კამის თესლის ფხვნილი - 15 გრ და 60 გრ შაქარი. ამ ფხვნილებს ერთმანეთში კარგად ურევენ. მოზრდილებს ნახევარ ჩაის კოვზ ფხვნილს აძლევენ დღეში

ორჯერ, ხოლო ბავშვებს კი დანის წვერით ალბულის მცირე რაოდენობის ფხენილების ნარევეს დღემო ორჯერ (პ. მ. კურენოვი, 1955).

კაპარი - CAPPARIS SPINOSA L.



კაპარისებრთა ოჯახში შედის. მრავალწლიანი, მინაზე ტოტეგ-გართხმული, ფრიად მძლავრფესეთასისტემიანი, სიმშრალისა და ნიადაგის დამლაშების ამტანი მცენარეა. მინაზე გართხმული თითოეული ტოტის საშუალო სიგრძე 1,5 მეტრამდე აღწევს, მთავარ-რღერძა ფესვი კი ძალიან ღრმად მიდის ნიადაგსა და გრუნტში.

მომრგვალო, ზოგი ოდნავ წაწვეტებული, მოკლე ყუნწიანი, ყუნწის ძირში წყვილ ეკლოვანფოთოლთანიანი, ზემოდან მბრწყინავი ფოთლები ტოტებზე მორიგეობითაა განლაგებული.

საკმაოდ დიდი (დიამეტრში 8 სმ-მდე) გრძელყუნწიანი, თეთრი ან მოთეთრო-მოვარდისფრო ყვავილები ფოთლების ილღებშია სათითაოდ განლაგებული. ყვავილის გვირგვინი ოთხფურცლიანია, ჯამის ფოთოლაკებიც ოთხია.

ნაყოფი მოგრძოა 2-4 სმ სიგრძის, წაგრძელებული ფორმის, საზამთროს მოგვაგონებს, სინამდვილეში კი იგი ხორცოვანი და მრავალთესლიანი, წვნიანი კოლოფა ნაყოფია, ნითელი რბილობით, გარედან კი მწვანეა. ყვავის ხანგრძლივად, მაისიდან დაწყებული, გვიან ზაფხულამდე. ნაყოფის მომწიფებაც ასევე გახანგრძლივებულია — ივნისიდან თითქმის ოქტომბრამდე.

მრავლდება თესლით. თესლმსხმოიარობას 5 წლის ხნოვანებიდან იწყებს, სიცოცხლის ხანგრძლივობა კი 50 წელზე მეტია.

იზრდება უმთავრესად ე. წ. სამხრეთის ტიპის არიდული ტყეების (ნათელი ტყეების) ზონაში, გვხვდება მთის შუა სარტყლამდე თიხნარ, ცოტად თუ ბევრად მლაშობ ნიადაგებზე, აღმოსავლეთ საქართველოში, უმთავრესად ქართლსა და კახეთში.

კაპარის კვირტები და ნაყოფები იჭმება. დასავლეთ ევროპის ბევრ ქვეყნებში იგი კულტივირებულია. დაწინილებული კვირტები სასიამოვნო გემოსია, რომელიც 29 პროცენტამდე ცილოვან ნივთიერებებს შეიცავს, გარდა ამისა მათში 4,6 პროცენტამდე ცხიმია, 0,32 პროცენტი რუტინი, 150 მგ პროცენტი ასკორბინის მჟავა, ეთერზეთი, პექტინი და ორგანიზმისთვის სასარგებლო სხვა ნივთიერებები (ი. ა. გუბანოვი, ი. ლ. კრილოვა, ვ. ლ. ტახონოვა, 1976).

ნაყოფი უმად იჭმება, თესლებს ჭამის დროს ყრიან. წინათ ნაყოფს ახმობდნენ და შაქრის ნაცვლად იყენებდნენ. ხორცოვანი რბილობი ძალიან გემრიელია, 12 პროცენტამდე შაქარს შეიცავს და გემოთი რამდენადმე საზამთროს მოგვაგონებს. თესლებში 18 პროცენტი ცილოვანი ნივთიერებები და 36 პროცენტამდე ზეთია, რომლის საჭმელად გამოყენებაც შეიძლება. ზოგან ჩვილ ყლორტებსაც ყვავილბთან ერთად აწნილებენ და ისე ჭამენ.

ჩვენი ხალხი კაპარს მარტო საჭმელად კი არა, სამკურნალოდაც იყენებდა. კაპარის ფესვებს ხალხური მედიცინა ურჩევდა ნევროზის (კერძოდ ისტერიული მდგომარეობის), რევმატიზმის, ბრუცელოზის, კბილის ტკივილის, წყლულებისა და ჭრილობების სამკურნალოდ. ფესვებს იყენებენ აგრეთვე აბრეშუმის მწვანედ და მოყავისფროდ შესაღებად. კაპარი ამავე დროს შესანიშნავი თაფლოვანი მცენარეცაა (ი. ა. გუბანოვი და სხვა, 1976).

ხალხურ მედიცინაში, მოხარშულ და ძმრითა და კარაქით შეკაზმულ კაპარს ჭამენ გადიდებული ელენთის სამკურნალოდ (ე. წ. ზალესოვა და ო. ვ. პეტროვსკი, 1898).

კარტოფილი - SOLANUM TUBEROSA L.

ძალყურძენასებრთა ოჯახის ფართოდ კულტივირებული მცენარეა, რომელსაც ბავშვობის ასაკიდანვე ყველა მიირთმევს და კარგად სცნობს. წარმოებაში კარტოფილის 200 სხვადასხვა პროდუქტს ამზადებენ, რომელთა შორისაც უფრო ცნობილია ეთილის სპირტი, სახამებელი, ფოტოფირები, პლასტიკური მასები, მწვავი ნივთიერებები, შაქარი, დექსტრინი, თხევადი ნახშირმჟავა, რძის მჟავა, აცეტონი და სხვა.

ერთი ტონა კარტოფილისაგან 170 კგ სახამებელს, 160 კგ დექსტრინს, 112 ლ სპირტს ან 55 კგ თხევად ნახშირმჟავას იღებენ (პ. ს. ჩიკოვი და თანაავტორები, 1976).



ხალხურ მედიცინაში გახეხილი კარტოფილის მასას დამწვრობით დაზიანებულ და ეგზემატურ კერებზე იდებენ. კარტოფილის ნახარშის ორთქლის შესუნთქვით, ზედა სასუნთქი გზების კატარს მკურნალობენ (ლარინგიტი, ფარინგიტი, სურდო და სხვა). კარტოფილის წვეწის, ნაღებმობხდილი რძისა და არაუანის ნარევეს იყენებენ ქორფლის მოსაცილებლად. უმი კარტოფილის წვეწი არეგულირებს კუჭის წვეწის მჟავიანობას, ამიტომ იყენებენ ჰიპერაციდული გასტრიტის, წყლულოვანი კოლიტის, სპასტიკური კოლიტისა და კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის შემთხვევებში. შველის გულწვას (გულისრუჯვას), ბოყინსა და სხვა დისპეპსიურ აშლილობებს. კარტოფილის წვეწს 50-100 გრ-ს დღეში 3-4-ჯერ სვამენ ჭამამდე 10-15 წუთით ადრე. კალიუმის შემცველობის გამო კარტოფილის პიურე და წვნიანი შეჭამანდი სასარგებლოა გულისა და თირკმლების დაავადების შემთხვევებში.

კარტოფილის ყვავილის წყალზე ნაყენი სისხლის წნევის დაბლა სწევს და სუნთქვის პროცესებს აძლიერებს (ი. ნურალიევი, 1989). კარტოფილის სანთლებს იყენებენ ბუასილის სამკურნალოდ. ავთვისებიანი სიმსივნეების დროს 1 სუფრის კოვზ კარტოფილის ყვავილებს 0,5 ლ მდულარე წყალს ასხამენ, ცხელი ღუმელის ფურნაკში დგამენ ან თერმოსში ათავსებენ 3 საათის განმავლობაში. სვამენ 0,5 ჭიქას დღეში 3-ჯერ ჭამამდე 30-40 წუთით ადრე. მკურნალობის ერთი კურსის ჩასატარებლად საჭიროა 4 ლ ასეთი ნაყენი. გახეხილი უმი კარტოფლით ნარმატებით მკურნალობენ მძიმე დამწვრობებს (ნ. ნ ბელოჩალოვი).

კატაბალახა - VALERIANA OFFICINALIS L.



კატაბალახასებრთა ოჯახს ეკუთვნის. კატაბალახა 80-200 სმ სიმაღლის ღრუდეროიანი მრავალწლოვანი მცენარეა. ღეროს მთელ სიგრძეზე წვრილი ღარები ჩასდევს. ფესვურა ჩვეულებრივ მოკლეა და გრძელი მრავალრიცხოვანი თასმისებრი ფესვებითაა დაფარული.

კენტფრთართულად ფრთისებრ დანაკვეთული ფოთლები ღეროზე მოპირისპირედაა განწყობილი. თითოეული ფოთოლი 4-11 წვეილ სეგმენტია. ნაპირებში დაკბილული ან კიდემთლიანი. ღეროს ქვედა ნაწილში განლაგებული ფოთლები გრძელყუნწაა, ზედა და კენწრული ნაწილებისა და მჯდომარე, მოვარდისფრო ან თეთრი ყვავილები დატოტვილ თანაყვავილედაა შეკრებილი, მათი ცალკეული ნაწილები რთულფარისებრი ფორმისაა.

ყვავის ივნის-აგვისტოს განმავლობაში. გავრცელებულია მთის ქვედა სარტყლიდან სუბალპურ სარტყლამდე ჩათვლით. გვხვდება ბარის მუხრანებში, მუხნარ-ჯაგრცხილნარებში და სხვა ფოთლოვან ტყეებში თვით სუბალპური მეჩხერი ტყეების ჩათვლით; ტყის პირებში, ბუჩქნარებში, მდელოებზე, ზომიერად მშრალ და ნესტიან ადგილებში.

რაჭაში და იმერეთში კატაბალახა კატაპარიას სახელწოდებითაა ცნობილი და ეს შემთხვევითი არაა. ამ ბალახის სუნი იზიდავს კატებს და ისინიც გულმოდგინედ ცდილობენ მის მოპარვას. ამიტომ კატაბალახას გაშრობა-გახმობის დროს საჭიროა სიფრთხილე, რომ კატებმა არ დაანაგვიანონ.

კატაბალახა ოდითგანვე ცნობილი სამკურნალო ბალახია. ამ მიზნით გამოიყენება ფესვურა ფესვებით. შეგროვება წარმოებს ივნის-ივლის-აგვისტო-სექტემბრის თვეებში.

კატაბალახას პრეპარატები ფართოდ გამოიყენება მედიცინაში, როგორც დამანყნარებელი საშუალება უძილობის, ნერვული აღგზნებულობის, გულსისხლძარღვთა სისტემის ნევროზის დროს. საერთოდ იგი აღიარებული საეულე საშუალებაა ბრომის პრეპარატებთან კომპლექსში.

თითქმის ამავე მიზნით გამოიყენება ხალხურ მედიცინაშიც, მაგრამ ზემოაღნიშნულზე დამატებით ხალხი მას ასთმის, პირღებინების და პარაზიტიკების წინააღმდეგ იყენებს. გამხმარი ფესვურისა და ფესვების ფხენილის 1-2 გრ-ის რაოდენობით დღეში 3-4-ჯერ მიღებას ურჩევენ ტიფის, ფილტვების ანთების და სხვა დაავადებების წინააღმდეგ. გარდა აღნიშნულისა, კატაბალახა ხალხს საჭმლის მომწელებელი სისტემის მუშაობის გამაუმჯობესებელ და გახეხვის გამომწვევ საშუალებადაც მიაჩნია.

უფრო ხშირ ხმარებამია კატაბალახას წვეთები სპირტიანი ნაყენის სახით, რომლის ფესვების ერთ

ნანილს ასხამენ ხუთ ნანილ 70⁰-იან სპირტს, ან მაგარ არაყს და ოთახის ტემპერატურაზე დგამენ ერთი კვირის განმავლობაში. ამის შემდეგ სითხეს განურავნენ თავის ნარჩენებიანად. დღეში იღებენ 15-20 წვეთს სამჯერად საჭიროების შემთხვევაში. კატაბალახა დამანყნარებელ საშუალებად გამოიყენება ვეტერინარიაშიც.

კატაბარდა - GLEMATIS VITALBA L.



ბაიასებრთა ოჯახის მცოცავი, ყლორტებზე მოპირისპირედ განლაგებული კენტფრთართულფოთლებიანი მცენარეა. მუქმწვანე ფოთლები უფრო ხშირად ხუთფოთოლაკიანია. კვერცხისებრი, თავნანვეტებული, ფუძეგულისებრი ფოთოლაკები კიდემთლიანი ან უთანბროდ-დანაკეთულია, ქვედა მხრიდან ძარღვებშებუსვილი. ფრიად სურნელოვანი თეთრი ყვავილები ფოთლების ილიებში საგველანაირ თანაყვავილედებაა შეკრებილი. ყვავილსაფარის თავბლაგვი და ნაგრძელებული ფოთოლაკები თითოეულ ყვავილში ხშირად ოთხია, იშვიათად კი ხუთიც, რომელიც ორივე მხარეს ქეჩისებრბუსუსიანია.

იზრდება ზღვის დონიდან 1200 მ სიმაღლეზე, უფრო ხშირად ჭალისა და დაბლობთა ტყეებში მთელს საქართველოში. ჩვენში იგი ნაირგვარი სახელწოდებითაა ცნობილი: სამეგრელოში მსური იმჭი, მსურიში ჭუ; გურიაში ოსურადა; რაჭა-ლეჩხუმსა და იმერეთში ციცაბარდა; ზემომიერეთში კატავენახა; ფშავსა და კახეთში უსურვაზი, თეთრი უსურვაზი. ვერტიკალურ გამწვანებაში გამოსაყენებლად ერთ-ერთი საუკეთესო მცენარეა.

ლიტერატურული ცნობებით შხამიანია, ამიტომ მისი ნედლი ფოთლები დიდი სიფრთხილითა და თანაც იშვიათად გამოიყენება სამკურნალოდ. ხალხში ნედლ ფოთლებს ჩირქოვან მუნუკებზე ადებენ, ჩვილ ყლორტებს ადრე ბუხაილის სამკურნალოდ ხმარობდნენ მთელს კავკასიაში.

ბულგარეთში ნედლი ფოთლი რეკომენდებულია კუჭის წყლულისა და შაკიკის სამკურნალოდ, აგრეთვე ჩირქოვან მუნუკებზე დასაფენად. იყენებენ ტინქტურის სახითაც.

ბულგარულ ხალხურ მედიცინაში კატაბარდას ფესვების ნახარშს იყენებენ თავის ტკივილისა და ციებ-ცხელების სამკურნალოდ. გარეგან სახმარად კი ძირმაგარებისა და მუნის (ბლერის) სანინაალმ-დეგოლ.

იალტაში მცხოვრები ბიოლოგის, ალექსანდრე ივანეს ძე ზუბკოვის მიერ კატაბარდას ყვავილებისა და მოუმწიფებელი ნაყოფის სპირტზე ნაყენის გამოყენებით, აგრეთვე შემდგომში ცხოველებზე ჩატარებული ცდებით დამტკიცდა, რომ კატაბარდა არცთუ ძალიან შხამიანი ყოფილა. გულზე მოქმედებს დამანყნარებლად, მნიშვნელოვნად აჩქარებს ჭრილობის შეხორცებას და სპობს კანის სოკოვან დაავადებებს. გააჩნია ძლიერი ბაქტერიციდული თვისებები და სხვა.

ეს ფაქტი იმაზე მიუთითებს, რომ ხალხში ცნობილი მცენარეული სამკურნალო რესურსებიდან მეცნიერული მედიცინის მიერ ბევრი რამ ჯერ კიდევ გამოუკვლეველია და აუცილებელ შესწავლას ელოდება მათი სამკურნალო თვისებების მეცნიერულად დასაბუთების თვალთახედვით.

კევის ხე, საღსაღაჯი - PISTACIA MUTICA FISCHE. MEY

თუთუბოსებრთა ოჯახში შედის. კევის ხე, ქართლ-კახეთში საკმლის ხე, მარიამსაკმელა, ფოთოლ-მცვენი, დაბალტანოვანი, 10-15 მ სიმაღლის, ხშირტოტებიანი, გადაშლილვარჯიანი ხეა, რომლის ლერწმის სიმაღლეც 40-70 სმ-ს აღწევს.

კენტფრთართული ფოთლი 3-9 ფოთოლაკისაგან შედგება. თითოეული ფოთოლაკი მოგრძო ან კვერცხისებრია, ზედა მხრიდან პრიალა.

კევის ხე ორსახლიანი მცენარეა სქესგაყოფილი ყვავილებით. ყვავილები ფოთლების ილიებში თავჩაქინდრულ საგველა ყვავილედებაა შეკრებილი. მდებრობითი ყვავილების საგველა ნაყოფის მომწიფების პერიოდისათვის სწორდება და პორიზონტალურ, ზოგჯერ აღმამდგომ მდგომარეობას იკავებს. მამრობითი ყვავილების საგველა თანაყვავილეები დაყვავილების შემდეგ სცივია.

კევის ხის გავრცელებას დიდად უშლის ხელს მისი ორსახლიანობა. თუ მამრობითი და მდებრობითი ეგზემპლარი ერთმანეთისაგან ძალიან შორს დგას, მდებრობითი ყვავილების განაყოფიერება თითქმის



არ ხდება და აღმოცენების უუნარო თესლი მიიღება. სათესლე მეურნეობის შესაქმნელად აუცილებელია მდებრობითი და მამრობითი ინდივიდების ერთიმეორესთან ახლოს (არაუმეტეს 10 მეტრისა) დარგვა.

დაყვავილების შემდეგ ვითარდება მშრალი ერთკურკიანი ნაყოფი, რომელიც ჯერ მწვანეა, მომწიფების წინ წითლდება, ხოლო სრული სიმწიფისას კი ცისფერ-ლურჯი ხდება. ამ თავისებურებათა გამო საკმლის ხე შემოდგომობით მეტად მომხიბვლელი ხდება. მწვანე, ხასხასა ფოთლების ფონზე მომწიფადი წითელი და მწიფე ცისფერ-ლურჯი ნაყოფის განლაგება ფრიად ბუნებრივად შეხამებულ გამას ჰქმნის და ადამიანს წარუშლელ ესთეტიკურ სიამოვნებას ანიჭებს.

კევის ხე ედაფური (ნიადაგობრივი) პირობებისადმი დიდად მომთხოვნი არაა. გვხვდება მშრალ ხირხატსა და თიხნარ, კირით მდიდარ ნიადაგებზე, ეგუება ნიადაგში სულფატური და ქლორიდული მარილების არსებობას. გვალვა და ყინვაგამძლეა, მოკლე ხნის განმავლობაში - 30⁰ ტემპერატურას უძლებს.

კევის ხე შეზღუდული არეალის მცენარეა. ჩვენში იგი უმთავრესად ნათელი ტყეების ზონაში გვხვდება (ვაშლოვანის ნაკრძალი, სიღნაღის რაიონი, გარე კახეთი, მცხეთის რაიონში შიო მღვიმის მონასტრის მახლობლად, ქვემო ქართლში და სხვა). მთაში ზღვის დონიდან 700 მეტრამდე სიმაღლეზე იზრდება. უაღრესად სინათლის მომთხოვნია. მერქანი მკვრივი და მძიმეა, საუცხოოა ავეჯის წარმოებისათვის. მისი ფისი 25 პროცენტამდე ეთერზეთებს შეიცავს, რომელსაც მალე-მალე ბავების და ქიმიკო-ფარმაცევტიულ წარმოებაში იყენებენ.

ნაყოფი მაღალი კვებითი თვისებებით გამოირჩევა, შეიცავს 60 პროცენტამდე ცხიმსა და 25 პროცენტზე მეტ ცილოვან ნივთიერებებს, მას განსაკუთრებით ეტანებიან როგორც შინაური, ასევე გარეული ღორები.

ფოთლებში 8-15 პროცენტამდე ტანიბინია, რომლისგან შესაძლოა როგორც ტექნიკური, ასევე სა-მედიცინო ტანიბინის მიღება. თითოეული ხის გამოფისვით 50-100 გრ ფისის მიღება შეიძლება, რომლის შემადგენლობაშიაც 75 პროცენტი ფისია, ხოლო 25 პროცენტი - ზეთი. ფისი კარგ ნედლეულს წარმოადგენს ლაქის საწარმოებლად, რომელიც ფერწერაში გამოიყენება. გამხმარ ფისს მოსახლეობა კევედ ღეჭავს. ეტყობა მისი სახელი „კევის ხე“ აქედან უნდა იყოს წარმომდგარი. წვის დროს ფისი მეტად სასიამოვნო სურნელებას აფრქვევს, მას შენობებში იყენებენ ჰაერის არომატიზირებისათვის, აგრეთვე რელიგიური წეს-ჩვეულებების შესრულებისას საკმევის სახელწოდებით. მისი სახელწოდებაც საკმევის ხე, სწორედ აქედან წარმოდგება.

კევის ხე საუკეთესოა ეროზირებული, გახრიოკებული ადგილების გასატყეველად და ეროზიის სანიწალმდეგო წარგაობის გასაშენებლად.

მიუხედავად ესოდენ მრავალი ღირსებისა, კევის ხეს ჩვენში ფაქტიურად არ აშენებენ, ან თუ აშენებენ, ისე მცირე რაოდენობით, რომ მას არავითარი პრაქტიკული მნიშვნელობა არა აქვს. ამ მდგომარეობას ხელს უწყობს ის ფაქტი, რომ ლიტერატურაში გავრცელებულია აზრი საკმლის ხის თესლის მეტად დაბალი აღმოცენების უნარის შესახებ.

არაერთგზის განმეორებულმა ცდებმა გამოავლინა, რომ შეგროვებისას თესლების თითქმის ყველა პარტიაში 60 პროცენტამდე აღმოცენების უუნარო თესლი ჰყვება, ზოგჯერ კი 70 პროცენტამდეც კი.

რაც შეეხება უკვე გამორჩეული საღი თესლის თესვის ვადებს, ჩვენი ცდებით დადასტურდა, რომ საუკეთესო შედეგებს ვიღებთ თესლის ოქტომბრის თვეში დათესვით. აღმონაცენი მიიღება აპრილ-მაისში არა ნაკლებ 65-70 პროცენტისა. აღმოცენების ასეთი მაჩვენებელი ტყის მეურნეობის თვალმაისში არა ნაკლებ 65-70 პროცენტისა. აღმოცენების ასეთი მაჩვენებელი ტყის მეურნეობის თვალმაისში არა ნაკლებ 65-70 პროცენტისა. აღმოცენების ასეთი მაჩვენებელი ტყის მეურნეობის თვალმაისში არა ნაკლებ 65-70 პროცენტისა. აღმოცენების ასეთი მაჩვენებელი ტყის მეურნეობის თვალმაისში არა ნაკლებ 65-70 პროცენტისა.

კარგ შედეგს იძლევა კევის ხის თესლნერგების (ნათესარების) დახურულ ფესვთა სისტემით გამოყვანა, რის რეკომენდაციაც თბილისის სატყეო ინსტიტუტმა მეცნიერულად დადასტურდა მრავალწლიანი ცდების შედეგებზე დაყრდნობით.

კეთილშობილი ღაფნა - LAURUS NOBILIS L.

დაფნისებრთა ოჯახს ეკუთვნის. დაფნა დასავლეთ საქართველოში შავი ზღვისპირეთის რაიონების მცხოვრებთათვის კარგად ცნობილი მარადმწვანე, დაბალტანოვანი ხეა, კულტურაში კი უფრო ხშირად



ბუჩქის სახითაა წარმოდგენილი. მისთვის ოპტიმალურ გარემო პირობებში სიმაღლით 18 მეტრამდეც კი აღწევს. ღეროს ქერქი მუქი მოყავისფროა. ყლორტების ქერქი კი ჯერ მწვანეა, შემდგომ კი ისიც მოყავისფრო ხდება. ვარჯი ხშირი შეფოთვლითა და უპირატესად პირამიდული გარეგნობით ხასიათდება. მოკლე ყუნწიანი ტყავისებრი კიდემთლიანი ფოთლები ყლორტებზე მორიგეობითაა განლაგებული, რომელთა სიგრძე 6-20 სმ-ის ფარგლებში მერყეობს და სასიამოვნო სუნი აქვს. ფოთლის ფირფიტა წაგრძელებული, ლანცეტა ან ელიფსურია შევიწროვებული ფუძით. ზედა მხრიდან მუქმწვანე და მბრწყინავია, ქვემოდან კი შედარებით უფრო მკრთალი მწვანეა.

უპირატესად ყლორტების ბოლოებზე ფოთლების ილღიებში 1-3 ცალის რაოდენობით შეკრებილი ყვავილები ქოლგისებრ თანაყვავილედს ჰქმნიან. გვირგვინი მოთეთრო-ყვითელია. ქოლგები აყვავებამდე მომრგვალო საბურველშია გახვეული, რომელიც 4 ელიფსური ფორმის ქერქლისაგან შედგება. ორბინიანი მცენარეა, ძალიან იშვიათად ერთბინიანი. ყვავილები ერთსქესიანია. მდედრობით ყვავილს 4 სტამინოდი უვითარდება, ყვავილსაჯდომში ოდნავ ჩამალული, ნასკვი

კი ერთთესლკვირტიანია, ბუტკო მოკლესვეტიანი, დინგი ბლავგია.

მომწვანო-შავი ფერის, კვერცხისებრი ან ელიფსური ფორმის ნაყოფი კურკიანაა, რომლის სიგრძეც 1,5-2 სმ-ს აღწევს საკმაოდ გამსხვილებული კურკით. ორლებნიან თესლს ენდოსპერმი არ გააჩნია. 1000 ცალი თესლი 400-500 გრამს იწონის.

დაფნის სამშობლოა ხმელთაშუა ზღვის ქვეყნები. კულტურას აშენებენ სამხრეთ და დასავლეთ ევროპის, ჩრდილო აფრიკის, ახლო აღმოსავლეთის ყველა ქვეყანაში. ჩვენს ქვეყანაში იგი კირით მდიდარ ნიადაგებზე იზრდება შავიზღვისპირეთსა და ყირიმში. ფართოდაა გავრცელებული დასავლეთ საქართველოს შავიზღვისპირა რაიონებში.

საქართველოს გარდა ამ ბოლო ხანებში მას აშენებენ კრასნოდარის მხარეში, ყირიმის სამხრეთ საპაირობებზე და აზერბაიჯანის სუბტროპიკულ რაიონებში.

კულინარიში უმთავრესად ფოთოლი გამოიყენება, რომელიც 2-3,5 პროცენტ ეთერზეთს შეიცავს, რომლის საშუალო საპექტარო მოსავალიც 4 ტონამდე აღწევს.

ხალხური მედიცინა დაფნის ნაყოფს ფართოდ იყენებს, როგორც გარეგან საშუალებას რევმატიზმის, დამბლის, გაციებით გამოწვეული დაავადებების და მუნის სამკურნალოდ, ყველა ამ დაავადებათა წინააღმდეგ ნაყოფის ზეთი გამოიყენება.

პპრინგსი - PRUNUS SPINOSA L.



ვარდისებრთა ოჯახის 1-4 სიმაღლის გაფარჩხულეკლებიანი ბუჩქია. ელიფსური ან უკუკვერცხისებრი, კიდედაკბილული ფოთლები ტოტებზე მორიგეობითაა განლაგებული. ნორჩი ფოთლები მოკლე ბუსუსებითაა შემოსილი, ზრდასრული კი შიშველია. ყვავის თეთრი ყვავილებით მარტ-აპრილში შეფოთვლამდე. ყვავილები სათითაოდ, იშვიათად ორ-ორი ერთადაა განლაგებული. 1-5 სმ სიმსხოს მოლურჯო შავი სფეროსებრი ან ოვალური კურკიანა ნაყოფის რბილობი მწვანეა, რომელთა მომწიფება აგვისტოში იწყება, მაგრამ ბუჩქებზე ზამთრამდე რჩება. მწკლარტე გემოს გამო ნაყოფს საჭმელად არცთუ ხშირად იყენებენ, მაგრამ ყინვანაკრავი ფრიად სასიამოვნო მთავე გემოსია. გავრცელებულია მთელს რესპუბლიკაში, უფრო ხშირად კი აღმოსავლეთ საქართველოში, ზღვის დონიდან 1600 მ-მდე და ზოგან ბევრად მაღლაც. მრავლდება თესლით, ფესვის ნაბარტყით და ძირკვის ამონაყარით. შესანიშნავი ბუჩქია ეროზიის საწინააღმდეგო ტყის ზოლებისა თუ მასობრივი ნარგავობისათვის, განსაკუთრებით ხევ-ხრამების გასამაგრებლად.

ფრიად სასარგებლო ბუჩქია სხვა მხრივაც. ფოთლებს ჩაის სუროგატად იყენებენ. ნაყოფისაგან ამზადებენ ძმარს, ხდიან არაყს. ნაყოფის წვენი და ნაცარტუტაში (ნაცარწმენდილში) მოხარშული ქერქი ტილოს ქსოვილის ნითლად შესაღებად იხმარება. ყვავილები, ფესვები და ქერქი სამკურნალოდ გამოიყენება ხალხში, როგორც

მსუბუქად გამხსნელი და კბილის ტკივილის საწინააღმდეგო საშუალება.

ნაყოფი 8%-მდე შექრებს (ლეველესა და საქაროზას) შეიცავს, მასშივეა 2,5%-მდე მჟავები (უპირატესად ვაშლის მჟავა), 1%-მდე პექტინები და 1,5%-ზე მეტი მთრიმლაკე ნივთიერებები, ვიტამინი C. ნაყოფებისაგან ამზადებენ მურაბას, კომპოტს, ბურაბს, წვნიან კერძებს უმატებენ სიმჟავის მოსამატებლად. ფოთლებთან ერთად შემწვარი ნაყოფისაგან ყავის სუროგატი მზადდება. საფრანგეთში მოუმწიფებელი ნაყოფის მწნილს ამზადებენ როგორც ზეთისხილის შემცველს. ნაყოფის წვეს შემკვრელ საშუალებად იყენებენ. ყვავილების სპირტზე ნაყენი მსუბუქად გამხსნელი დანიშნულებისაა. კურკა შეიცავს შხამიან გლიკოზიდ ამიგდალინს, ამიტომ საქმელად იგი უეარგისია.

ფოთლებში 200 მგ-მდე ვიტამინი C-ს შემცველობაა აღნიშნული. ქერქისა და მერქანის გამოყენება შეიძლება ტყავის გასათრიმლაგად. გარდა ზემოთ აღნიშნული წითელი საღებავისა, ნაყოფის წვენიცა და ფესვებით შეიძლება ქსოვილების მწვანედ, ყვითლად, ყავისფრად და ნაცრისფრად შეღებვა. საუცხოო საკვები რეზერვია გარეული ფრინველებისა და ფაუნის სხვა წარმომადგენლებისათვის.

კვრინჩხის სხვადასხვა ორგანოებს სამკურნალოდ ფართოდ იყენებს უკრაინის ხალხური მედიცინა: ყვავილებს როგორც გამხსნელ, ნაყოფს შემკვრელ, ფესვებსა და მერქანს ოფლმომდენ, ხოლო ქერქს კი სიცხის დამწვე საშუალებად.

ყვავილებს იყენებენ აგრეთვე თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის მოქმედების აღმგზნებ საშუალებად და ნივთიერებათა ცვლის მოშლის ყველა შემთხვევაში. დოზა 50 გრ 1 ლ წყალზე როგორც ჩაი შეკრულობის, თირკმლების და საშარდე ბუშტის, აგრეთვე ღვიძლის ტკივილის დროს.

კვრინჩხის ფესვების ნახარშს ყლუპ-ყლუპობით სვამენ მაღალი ტემპერატურის დროს (10,0 გრ ნედლეული 0,5 ლ წყალზე), ადულებენ 15 წუთს ძალიან ნელი დუღილით, ამავე ნახარშით იკეთებენ გამორეცხვას ქალები თეთრად შლის დროს (მ.ა. და ი.მ. ნოსალები, 1960).

ბულგარეთში ყვავილების ცივ წყალზე ნაყენს იყენებენ შარდმომგვრელად, შეკრულობისა და კუჭში ჩხვლეტების საწინააღმდეგოდ. 2 ჩაის კოეზი ყვავილი 1 ჭიქა ცივი წყლით იდგმება გრილ ადგილას 8 საათის განმავლობაში, რაც ერთი დღის დოზას წარმოადგენს.

კიტრანა - *ECBALIUM ELATERIUM* (L.) A. Rich.



გოგონისებრთა ოჯახის მრავალწლოვანი მქისებუსუსებიანი მცენარეა, 20-50 სმ სიგრძის მიწაზე გართხმული ან ოდნავ წამოწეული ღეროთი.

სუსტად დატოტილი, ხორცოვანი მთავარღერძა ფესვი ნიადაგში ღრმადაა ჩასული. გრძელყუნწიანი სამკუთხა-გულისებრი, კიდებში მსხვილად დაკბილული ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული.

ყვავილები ცალსქესიანია, მაგრამ მცენარე ერთსახლიანია, ე.ი. ორივე სქესის ყვავილები ერთ მცენარეზეა გამოსხმული. მამრობითი ყვავილები გრძელ ყვავილსაჯდომებზე ზედა ფოთლების ილღებში მტყენისებრ ყვავილედებააა განლაგებული. მდედრობითი ყვავილები გრძელი ყვავილსაჯდომებით ფოთლების ილღებშია სათითაოდ განწყობილი. ყვავილების გვირგვინი ბაცი ყვითელია.

5-6 სმ-მდე სიგრძის ნაყოფები მოყვითალო მწვანე და ელიფსური ფორმისაა, რომელშიაც მომწიფებისას დიდი წვევა აღინიშნება, ხელის ოდნავი შეხებით ან ქარის გავლენით ძალიან ადვილად სწყდება ყვავილსაჯდომიდან და ნაყოფის შიგთავსი ლორწო თესლებითურთ ძლიერ

რად განიცხორცნება საკმაოდ შორ მანძილზე. ამ გზით ხდება თესლების გავრცელება. გვხვდება ქართლსა და სამეგრელოში ღია მშრალ ადგილებში მთის ქვედა სარტყელში შედარებით მცირე რაოდენობით.

ს. ე. ზემლინსკის (1962) მტკიცებით ნაყოფი ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება როგორც კუჭის ძლიერ გამხსნელი საშუალება წყალმანკის შემთხვევაში, აგრეთვე სიყვითლის, რევმატიზმის, რადიკულიტის, ნევრალგიის, ნიკრისის ქარის, ამენორეის სამკურნალოდ და ჭიისდამდენად. მცენარის გამხსნელი ზემოქმედება ელათერინის შემცველობითაა ახსნილი, რომელიც ამავე დროს კიბოს საწინააღმდეგო აქტიურობითაც გამოირჩევა.

დიდ დოზებში კიტრანა გულისრევასა და პირღებინებას იწვევს, კუჭში ტკივილების შეგრძნებით, პულსის გახშირებითა და ლორწოვანი გარსის ანთებით.

უმთავრესად გამოიყენება მოუმწიფებელი ნაყოფის წვენი.

ხალხური მედიცინა წარმატებით მკურნალობს ბუასილს კიტრანას მიწისზედა ნაწილების ნახარშით, მჯღომარე აბაზანების მიღებით.

ავიცენას (1982) მიხედვით კიტრანა საოცარ ეფექტს იძლევა წყალმანკის მკურნალობაში, ორგანიზმისადმი რაიმე ზიანის მიყენების გარეშე დიდი რაოდენობის სითხის გამოყოფით.

კიტრანას წვენი ძლიერი შარდდამდენი საშუალებაა და ამასთანავე აძლიერებს მენსტრუაციასაც. ავიცენა დიდად აფასებს კიტრანას წვენს სიყვილის მკურნალობასა და სახსრების ტკივილების შესამცირებლად, ხოლო ნიკრისის ქარების დროს მითითებული აქვს კიტრანას წვენისა და ძმრის ნარევის სველსაფენების გამოყენება. საჯდომი წერვის ანთების დროს სასარგებლოდ მიიჩნევენ კიტრანას ნახარშის ოყნას. უახლესი მონაცემების მიხედვით კიტრანა კარგ შედეგს იძლევა ვირუსული ჰეპატიტის მკურნალობაში (სტოიანოვი, 1972).

კიტრი - CUCUMIS SATIVUS L.



კიტრის სარგებლიანობა ზოგადად ცნობილია, მაგრამ მის სამკურნალო თვისებებზე ცოტა ვინმე თუ იცის რაიმე. ამ მიმართებით საინტერესო ცნობებს იძლევა მედიცინის მეცნიერებათა დოქტორი იუსუფ ნურალიევი (1989), რომელიც ხაზს უსვამს კიტრის დიეტურ მნიშვნელობას, რადგან მას გამსხნელი, შარდმდენი, ნალექმდენი თვისებები გააჩნია და მადასაც ჰგავს ადამიანს. კიტრის წვენი, მისი თესლების ემულსია და ქერქი ხალების, ფერისმჭამელების, პიგმენტური ლაქების, სისხლჩაქცევების მოსაცილებელი საშუალებებია.

ტაჯიკეთის ხალხურ მედიცინაში კიტრის ფესვების ნახარშს სიყვილის (ბოტკინის დაავადების) საწინააღმდეგოდ იყენებენ. კიტრის მიღებას ურჩევენ იმ პირებს, ვისაც მოხუცებულობის ფაზა ყაბზობა აწუხებს. კიტრის წვენისა და თაფლის ნარევი ამოსახველებელი საშუალებაა.

თანამედროვე მედიცინაში კიტრი დიეტური პროდუქტია, რომელიც თავიდან აგვაცდენს შეკრულობას და სასარგებლოა საშარდე ორგანოების კენჭოვან დაავადებულთათვის. კალიუმშემცველობის გამო ურჩევენ გულით დაავადებულებს. იოდშემცველობის

გამო კი სასარგებლოა ჩიყვიანთათვის. ჰემიციტულულოზის შემცველობა მის გამსხნელ თვისებას განაპირობებს.

კოსმეტიკურ საოჯახო ლოსიონს შემდეგნაირად ამზადებენ: 500 გრ ახალ დაკრეფილ კიტრს ხორცსაკეპ მანქანაში ატარებენ, ან წვრილნაჩხვრეტებიან სახეზე ხეხავენ. შემდეგ თანაბარწილად (1:1) არაყს ამატებენ და ოთახის ტემპერატურაზე ორ დღე-ღამეს ტოვებენ, ძაბრში მარლის ჩაფენით წურავენ. იყენებენ სახის კანის და ორგანიზმის სხვა ნაწილების დასამუშავებლად (შესაზღვრად). მშრალი კანის შემთხვევაში ლოსიონს თანაბარი რაოდენობის წყლით აზავებენ, მაგრამ ამ შემთხვევისათვის კიტრის წვენისა და თანაბარი რაოდენობის კვერცხის ცილის ნარევის გამოყენება სჯობს.

კიტრის ჭამის შემდეგ ცივი წყლის, ლიმონათის, გაზიანი წყლისა და ზოგი ინდივიდისათვის რძის დალევა რეკომენდებული არაა.

მეტძური ქალები კიტრს უნდა მოერიდონ, რადგან ძუძუმწოვარ ბავშვებში კუჭის აშლა, მუცელში გაზების დაგროვება და სპასტიკური ტკივილები შეიძლება გამოიწვიოს. თუ ასეთი შემთხვევები გამოვლინდა, ბავშვს კამის წყალს აძლევენ და დედამაც კამა უნდა მიიღოს.

ნ. ნ. ბელოჩალოვი საშვილოსნოდან, ნაწლავებიდან, ჭრილობებიდან და ანალური სისხლდენის შემთხვევაში ურჩევს კიტრის ბარდის გამოყენებას, საამისოდ შემოდგომით მოსავლის აღების შემდეგ კიტრის ბარდს აგროვებენ, წვრილად ჭრიან და ჩრდილში ახმობენ. 50 გრ ნედლეულს 0,5 ლ წყალს ასხამენ და ნამოადულებენ. 0,5 ჭიქა ნაყენს დღეში სამჯერ სვამენ. სისხლდენა პირველსავე დღეებში წყდება და საერთო გაუმჯობესება აღინიშნება. პრველ ხანებში (2-3 დღის განმავლობაში) საჭიროა წოლითი რეჟიმის დაცვა. სიმსუქნის დროს რეკომენდებულია კიტრის წნილის წვენის სმა. საამისოდ ნახევარ ჭიქა წვენში 1 სუფრის კოვზ 10% ძმარს ამატებენ და დღეში 3-ჯერ სვამენ. მკურნალობის კურსი ორ კვირას გრძელდება.

კლდის ღუბა - SEDUM CAUCASICUM [GROSSH.] BORIS.

სქელფოთლიანთა ოჯახში შედის. სწორმდგომი მარტივფეროიანი, 30-70 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი სეკულენტურფოთლებიანი (სქელხორცოვან-ფოთლებიანი) მცენარეა. კვერცხისებრი ან უკუკ-



ვერცხისებრი, უთანაბროდ დაკბილული ან თითქმის კიდემთლიანი მჯდომარე ფოთლები ჯვარედინმოპირისპირედაა განლაგებული ღეროზე.

მომწვანო-თეთრი ყვავილები (ზოგი ეგზემპლარი გვხვდება მომწვანო-ყვითელი ან მონითალო-ვარდისფერი ყვავილებითაც) კენწრულ ფარისებრ საგველადაა შეკრებილი. მკრთალი შეფერილობის, ძირში შეზრდილი ჯამის ფოთლები სამკუთხაა, წანვეტებული. გვირგვინის ფურცლები ნავის მოყვანილობისაა. გვირგვინის ფურცლებიც და ჯამის ფოთლებიც ხუთ-ხუთია, მტვრიანათა რაოდენობა კი 10 (ა. მაყაშვილი, 1952). იზრდება მშრალ, ქვიან ადგილებში, უპირატესად ტყის შუა და ზედა სარტყელში. გვხვდება თითქმის მთელ საქართველოში, თავლოვანი მცენარეა.

ადრინდელ მედიცინაში მიწისზედა ნაწილები და ფესვები გარეგან სახმარი საშუალებად გამოიყენებოდა მეჭვჭების და კოჟიჟის მოსაცილებლად, აგრეთვე ჭრილობებისა და დამწვრობის სამკურნალოდ. ეპილეფსიის სამკურნალოდ კი მცენარის წვეწვს ასმევდნენ.

რუსული ხალხური მედიცინა ნედლ დანაყილ კლდის ღუმას ურჩევს მტკივნეულ სახსრებზე შემოსაფენად. ამავე მიზნით ხმელი ბალახის გამონახარშის ცხელი საფენებიც გამოიყენება. ამ საშუალებებს უფრო მეტად ქრონიკული რევმატიზმის დროს სახსრებში ტკაცანისებრი ხმაურიანი ტკივილების დასაწყნარებლად იყენებენ.

ზოგი ექიმბაში წინათ კლდის ღუმას ნაყენს ასმევდა უნაყოფო ქალებს, მასვე ურჩევდნენ მამაკაცებსაც იმპოტენციის დროს, ზოგან მკერდის არეში არსებული ტკივილების სამკურნალოდაც სვამდნენ.

ჭრილობებსა და დამწვრობიან კერებზე სუფთად გარეცხილ, ნედლ ფოთლებს იდებდნენ. დანაყილი ნედლი ფოთლი მართლაც კარგად აცილებს კოჟიჟს ფეხებზე. ხანგრძლივი ხმარების შემთხვევაში მაზოლი უვნებელი ხდება, თეთრდება და ადვილად ვარდება კანის სილრმიდან (ე. ნ. ზალესოვა, თ. ვ. პეტროვსკი, 1898).

კომპი - CYDONIA OBLENGA Mill. (=C. VULGARIS Pers.)



ვარდოსანთა ოჯახის 1,5-9 მ სიმაღლის ხე ან ბუჩქია. ღეროსა და სკელეტური ტოტების ქერქი მუქი რუხი ფერისაა, საკმაოდ თხელი და ქერცლოვანი. ერთწლიანი ყლორტები ქერქისებრშებუსვილია, რომლებიც ხანში შესვლასთან ერთად შიშვლდება. მოკლეყუნწიანი 3-15 სმ-მდე სიგრძის, კიდემთლიანი ფოთლები ზედა მხრიდან მუქმწვანე და შიშველია, ქვემოდას კი მორუხო ფერისაა სქლად შებუსვის გამო. ყლორტებზე და ტოტებზე მორიგეობითაა განლაგებული. ჯირკვლოვანბუსუსიანი თანაფოთლები ადრე სცივია. შებუსვილ მოკლე საყვავილე ღეროზე მჯდომი ყვავილები სათითაოდაა განლაგებული ტოტებზე. ხუთად გაყოფილი ყვავილების ჯამი ნაყოფზეა შერჩენილი. ჯამის ფოთლები ოვალურია და გარედან ქერქისებრშებუსვილია. შებრუნებულკვერცხისებრი ყვავილის გვირგვინის ფურცლები ბაცი ვარდისფერია, 5 ბუდიანი, მრავალთესლიანი ნაყოფი მსხლისებრი ან მომრგვალო ფორმისაა. მისი სიმაღლე 2,5-3,5 სმ-ის ფარგლებში მერყეობს, ზოგჯერ 15 სმ სიმაღლის ნაყოფებიც კი აღინიშნება ცალკეულ ჯიშებში. ახალგაზრდა ნაყოფები შებუსვილია, მომწიფებისას კი ბუსუსებს კარგავს. ნაყოფის რბილობი ძალიან არომატულია და ზეთუმცველი, მოტკბო მწკლარტე გემოთი. თესლი

მონითალო-მოყავისფროა, ძლიერ მწებავი გარსით, ყვავის მაის-ივნისში, ნაყოფი მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

ქართულ ხალხურ მედიცინაში კომპს იყენებენ კუჭის აშლილობისას და შარდმომგვრელ საშუალებად, აგრეთვე ხველების დროს.

ავიცენას (1982) მიხედვით კომპში შემწვარი უფრო სასარგებლოა: წვრილწვერიანი დანით კომპის გულს ამოჭრიან თესლებიანად, შიგ თაფლს ასხამენ, ნაყოფს გარედან თიხის ფენით ფარავენ და ცხელ ნაცარში ფლავენ შესაწვავად. კომპის წვენი სასარგებლოა ასთმის დროს, წყვეტს სისხლდენებს, თესლი გამოიყენება ყელში სიმქისის შეგრძნებისას. კომპი სასარგებლოა ნაბახუსევის დროს, კლავს

წყურვილს. კომპის ნახარშის დაღვევა ნასვამ მდგომარეობაში თავიდან აცილებს ნაბახუსეობას. კომპი ძლიერ ააქტიურებს შარდდენასა და მენსტრუაციას. კომპის მოქმედების სიძლიერე მისი თაფლში მოხარშვით იზრდება. კომპი სასარგებლოა დიზენტერიის წინააღმდეგ. კომპის ნახარშის ოყენას იკეთებენ სწორი ნაწლავისა და საშვილოსნოს გამოვარდნილობის სამკურნალოდ.

ხალხურ მედიცინაში სამკურნალოდ იყენებენ კომპის ნაყოფს, თესლს, ფოთლებსა და ქერქს. ნაყოფს შარდმდენად იყენებენ გულისა და თირკმლების მიზეზით გამოწვეული მუშუბებების დროს, პიელიტის, ქრონიკული ნევროზის, კუჭის აშლილობის სანაღმდეგოდ და ახმობედენ საშუალებად. იგი რეკომენდებულია ანემიის, ქრონიკული ვასტრიტიისა და შაქრიანი დიაბეტის დროს. ფოთლები, ტოტების ქერქი და ყლორტები პოპულარული საშუალებებია შაქრიანი დიაბეტისა და ჰიპერტონიის სამკურნალოდ. საამისოდ მათგან ამზადებენ წყლით გამონაწვლილს შემდეგი პროპორციის დაცვით: ფოთლებსა და ყლორტებს ყვავილობის ფაზაში აგროვებენ და ახმობენ ჩრდილში. იღებენ 1-2 სუფრის კოვზ წვრილად დაჭრილ კომპის ფოთლებსა და ყლორტებს, ასხამენ 1 ჭიქა (200 გრ) წყალს და 15 წუთს ხარშავენ ნელ ცეცხლზე. სვამენ სუფრის კოვზ ნახარშს დღეში 3 ჯერ. ქერქის ნახარშსაც ასეთივე წესით ამზადებენ, მაგრამ დუღილს 30 წუთს აგრძელებენ. კომპის ფესვების ნახარში კუჭის აშლილობის დროს გამოიყენება 1-2 სუფრის კოვზი დღეში 3-ჯერ ჭამის შემდეგ (ი. ნურალიევი, 1989). ყელში წვის შეგრძნებისა და მშრალი ხველის დროს სასარგებლოა თესლის გარშემო არსებული ლორწო.

კომპის მოხმარებისას სიფრთხილის გამოჩენაა საჭირო. კომპის მურაბა და კომპოტი შეკრულობას იწვევს. მეტუჭური ქალებისაგან კომპის რაიმე ფორმით დიდი რაოდენობით მიღება ძუძუმწოვარი ბავშვების მუცლის ბერვასა და შეკრულობას იწვევს. ასეთ შემთხვევაში ბავშვებს კამის წყალი უნდა მიეცეს, ნაყოფის ბუსუსები არ უნდა მოგვხვდეს ცხვირსა და პირის ღრუში.

კომპის თესლებისა და მათ გარშემო არსებული ლორწოს ნახარში შემდეგნაირად მზადდება: 60 გრ თესლს 600 გრ წყალი ასხამენ და ნელ ცეცხლზე 30 წუთს ხარშავენ. სვამენ ნახევარ ჭიქა ნახარშს (100 გრ) დღეში 3-ჯერ (კ. ხაიდაროვი, 1988).

პორდისკილა - EUPHRASIA OFFICINALIS L. p. p.



შავნამალასებრთა ოჯახის წარმომადგენელი ღეროშებუსვილი კორდისკილა 10-15 სმ სიმაღლის ერთწლოვანი ბალახია. კვერცხისებრი ფორმის კიდედაკბილული ფოთლები ღეროზე ერთიმეორის პირისპირმჯდომარეა. ყვავილის გვირგვინის თეთრი ფურცელი ღურჯძარღვებია. გვირგვინის ხახა ყვითელია. ბალახის გემო მონარო-მარილიანია. იგი ნახევრად პარაზიტია, მდელოს მარცვლოვანი მცენარეების ფესვებზე სახლდება. იზრდება ტენიან მდელოებზე, ბუჩქნარებში, თვით მალალ მთებშიც.

სამედიცინო დანიშნულებით როგორც სამკურნალო, ასევე სწორ-მდგომი კორდისკილას მთელი მცენარე (ღერო-ფოთლები ყვავილებითა და ფესვებით) გამოიყენება.

პოლონელი მეცნიერის გ. პოლიაკოვსკაის (1986) ნაშრომის მიხედვით კორდისკილას ანთების სანაღმდეგოდ და შემკვრელი თვისება გააჩნია. ძირითადად მისი ნაყენი გამოიყენება თვალის გამოსარეცხად და სველსაფენებად ცრემლდენისა და კონიუნქტივიტის დროს, აგრეთვე პირის ღრუში გამოსავლებად ანგინის სამკურნალოდ. დასაღვეად ხმარობენ გასტრიტის, სისხლის მაღალი წნევისა და სკლეროზის შემთხვევებში. კორდისკილა უძველესი და უვნებელი ხალხური წამალია, რომელიც ხშირად თვალის დაავადებების სამკურნალოდ გამოიყენება, ამასთან მისი ხანგრძლივად გამოყენება შეიძლება სრულიად უსაფრთხოდ.

აღნიშნულ სამკურნალო ღირსებებს ადასტურებენ ჩეხოსლოვაკიელი მეცნიერებიც ფ. სტარი და ვ. იირასეკი (1982).

ბულგარელი მეცნიერების მონაცემებით კორდისკილა გამოიყენება თვალის ანთებითი პროცესების, ქუთუთოების ანთების, საცრემლე პარკების, თვალის რქოვანას ლაქების, ბრონქების ლორწოვანი გარსის ანთების, ხველისა და შესქელებული ლორწოს თანხლებით, ხმაჩახლეჩილობის, მომწელებელი სისტემის მუშაობის მოშლის, უმადობის, კუჭის კატარის, კუჭის მაღალმჟავიანობისა და სიყვითლის სამკურნალოდ (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

ამ ავტორთა მიხედვით უმთავრესად წყალზე ნაყენი გამოიყენება, რისთვისაც 3 ჩაის კოვზ წვრილად დაჭრილ კორდისკილას ბალახს 2 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ (ეს ერთი დღე-ღამის

დოზაა), ან ამ ბალახის ფხვნილს იღებენ დღეში 3 გრ-ის რაოდენობით, წყალზე ნაყენის სველ საფენებს იღებენ მტკივნეულ თვალზე (კონიუნქტივიტის შემთხვევაში).

უკრაინული ხალხური მადიციანა კორდისკილას უმთავრესად თვალის, აგრეთვე კუჭისა და მსხვილ ნაწლავების კატარის სამკურნალოდ იყენებს. წყალზე ნაყენს შემდეგნაირად ამზადებენ: 40-50 გრ ნედლეულს 1 ლ მდულარე წყალს ასხამენ. დღეში 3 ჩაის ჭიქას 5 ჯერზე სვამენ. ფხვნილის სახით მიღებისას 2 გრ კორდისკილას 3-ჯერ იღებენ დღის განმავლობაში (მ.ა. და ი.მ. ნოსალევი, 1960). კორდისკილათი მკურნალობისას დადებითი ეფექტი მხოლოდ ხანგრძლივად გამოყენებით მიიღება. მისი ნაყენის სველ საფენებს ღამით იფენენ მტკივნეულ თვალზე, დღის განმავლობაში კი რამდენჯერმე ინვეთებენ. ამ ნაყენითვე დღეში ორჯერ ირეცხავენ თვალს. გარდა ამისა დღეში 2 გრ კორდისკილას ფხვნილს თითო სირჩა რძით სვამენ.

თვალის მკურნალობაში კორდისკილასთან შესარევ საუკეთესო ინგრედიენტებად ღილილოს ყვავილის გვირგვინის გარე, სტერილური ფურცლები, დიდგულას ყვავილები და კამის თესლები ითვლება, რომელთაც თანაბარ ნაწილებად იღებენ წონის მიხედვით. ამ ნარევიდან ორ ჩაის კოვზს იღებენ და ერთ ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ, ფურნაკში დგამენ, ისე რომ არ ადუღდეს, ან თერმოსში ასხამენ. შემდეგ ბამბით წურავენ, 1-2 წვეთს თვალში დღეში ორჯერ ინვეთებენ და ამ წვენითვე ორჯერ ირეცხავენ თვალს (მ. ა. და ი. მ. ნოსალევი, 1960).

ბოჭახური - BERBERIS VULGARIS L.



კონახურისებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. კონახური 1,5-3 მ სიმაღლის ბუჩქია ძლიერი ფესვითა და გამერქნებული ფესურებით. ყლორტის ქერქი მონაცრისფროა. დაგრძელებული ყლორტები მოფენილია 3-5 დაყოფილი წვეტიანი ეკლებით. დამოკლებულ ტოტებზე ჯგუფებად განლაგებულია მწვანე უკუკვერცხისებრი, ნამწამებით შემოსილი, წვრილად დაკბილულნაპირებიანი ფოთლები.

ყვავილები ოქროსფერ-ყვითელია, თავჩაქინდრულ მტევნებად შეკრებილი, ფრიად მგრძნობიარე 6 მტვრიანათი. მტვრიანას ძაფზე ნემსით შეხებისას იგი მყისვე ეცემა დინგს. მწერი ხორთუმიტ შეხებისას აღიზიანებს მტვრიანას, რომელიც თავზე ეცემა მწერს და მომწიფებულ მტვრის მარცვალს აბერტყავს. სხვა ყვავილის დინგზე თავით შეხებისას მწერი ხელს უწყობს ამ მტვრის იქ დატოვებას, ე. ი. ხელი ეწყობა ჯვარედინ დამტვერვას, რასაც ესოდენ დიდი მნიშვნელობა აქვს კონახურის ბიოლოგიაში.

ნაყოფი წითელი წაგრძელებული კენკრაა. ყვავის მაის-ივნისში, მწიფობას აგვისტო-სექტემბრიდან იწყებს. მტევნები ბუჩქებზე შუა ზამთრამდე ჰკიდია ხოლმე.

მთავე, სასიამოვნო გემოს ნაყოფი ხალისით იჭმება. მრავლდება თესლით და ვეგეტაციურადაც ფესვის სტოლონებით (ფესურების ამონაყარი). საქართველოში ფართოდაა გავრცელებული ჭალებში, ძეძვიან-ლვიანებში, მეჩხერ მუხნარებში, მთაში ზღვის დონიდან 2000 მეტრამდე და ზოგან უფრო მაღლაც გვხვდება, მაგრამ დიდ სიმაღლეებზე უფრო იშვიათია და თანაც ძლიერ დაბალი.

ნიადაგის ნაყოფიერებისა და სიმშრალის მიმართ დაუდევარია, იზრდება მშრალ, თხელ ნიადაგებზე, მაგრამ ოპტიმალური ზრდით ნოყიერ კირნარ ნიადაგებზე გამოირჩევა. სინათლის დიდი მომთხოვნია, ამიტომ ხშირი ტყის საბურველის ქვეშ უსინათლობით ჩქარა ილუპება. ძალიან გამძლეა ყინვების და გვალვების მიმართ, შესანიშნავად იტანს მცხუნვარე მზის სხივების ხანგრძლივ ზემოქმედებას. ყოველივე ამასთან ერთად იგი მარილამტანიცაა, მხოლოდ ვერ ეგუება დამდგარწყლიან ჭარბტენიანობას.

ნაყოფი 5 პროცენტამდე შეაქრება და 6-7 პროცენტ ვაშლის მჟავას შეიცავს. მათგან ამზადებენ მურაბას, ლიმონათს, კანფეტებს, გამაგრილებელ სასმელებს, იხმარება კულინარიაში, ისეთი ხორციანი კერძების შესაკაზმად, როგორიცაა კუპატი, ხინკალი, ქაბაბი და სხვა.

ფართოდაა ცნობილი კონახურის ლიქიორი.

ივნისში შეგროვილი ფოთლები შეიცავენ 120 მგ პროცენტამდე ასკორბინის მჟავას (ვიტამინი C), ნაყოფმსხმოიარობისას კი დაახლოებით 40 მგ პროცენტ ვიტამინ E-ს. გარდა ამისა ფოთლებშია ალკალოიდები, მათ შორის ბერბერინი, რომელიც სისხლის წნევას დაბლა სწევს, იწვევს საშვილოსნოს შეკუმშვას და აძლიერებს ნაღვლის დენას. ფოთლის ნაყენს სისხლდენის შესაჩერებლად და ღვიძლის დაავადების დროს იყენებენ, ფოთლებს იყენებენ მარინადის მოსამზადებლადაც.

ფესვებისაგან, რომელიც 2-5 პროცენტ ალკალოიდებს შეიცავს, იღებენ პრეპარატ ბერბერის, რომელსაც ქრონიკული შუბტის, ქოლევისტიტის და ნალვლის ბუშტის კენჭოვანი დაავადების დროს იყენებენ.

მწვანე ნაყოფი შაბთან ერთად მატყლის, სელის ქსოვილსა და ქალაღს ვარდისფრად ღებავს, ფესვები კი მატყლსა და ტყავს ყვითლად ღებავს. კარგი თაფლოვანი ბუჩქია, ამასთან მაღალდეკორაციული თვისებებითაც გამოირჩევა და ამიტომ ბალ-პარკებში საკმაოდაა დანერგილი, მაგრამ მისი ყველგან დარგვა არასასურველია, იმის გამო, რომ ხელს უწყობს პურეულის პარაზიტ სოკოს (ყანგა სოკოს) გავრცელებას.

კონახურის ფოთლის ნაყენი 40 პროცენტ სპირტზე 1:10-ზე შეფარდებით (1 ნაწილი წვრილად დაჭრილი ფოთოლი 10 ნაწილ სპირტზე) მიიღება ღვიძლისა და ნალველსადინარების დაავადებებისას 25-30 წვეთი დღეში სამჯერ, 2-3 კვირის განმავლობაში.

ბერბერინის სულფატის აბები (0,005 გრ) გამოიყენება ქოლევისტიტის დროს, როცა თან ახლავს ნალვლის სადინარების დისკინეზია, აგრეთვე კალკულუზური ქოლევისტიტის დროს გართულებათა პერიოდებს შორის, ნალვლის დენის გამაძლიერებელ საშუალებად 5-დან 20 მგ-მდე 2-3-ჯერ დღეში, განმეორებით კურსს 5-10 დღიანი შესვენების შემდეგ უნიშნავენ (ა.დ. ტუროვა, 1974).

საზღვარგარეთის ქვეყნებში ნაირგვარი სახეობის კონახურების პრეპარატებს იყენებენ, როგორც სისხლდენის შემაჩერებელ, ნალვლის დენის გამაძლიერებელ და ელენთის გადიდების საწინააღმდეგო საშუალებას, მალარიის, კუჭის და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის მკურნალობისას (Turner, 1965), ციტირებულია ვ. გ. მინაევას (1970) მიხედვით.

ლიტერატურაში იმის შესახებაცაა ცნობები, რომ კონახური კიბოს მკურნალობაში გამოიყენება. როგორც უკანასკნელი წლების გამოკვლევებით გამოირკვა, კონახურისაგან გამოყოფილ ალკალოიდ ბერბერინს სიმსივნის საწინააღმდეგო თვისება გააჩნია (ბალიცკი, ვორონცოვა, კარპუხინა, 1966), ციტირებულია ვ. გ. მინაევას მიხედვით.

სსრკ სამკურნალო მცენარეების ატლასში (1962) ფიქსირებული მონაცემების მიხედვით ამურის კონახურის (რომელიც თავისი ქიმიზმით ძალიან ახლოს დგას აქ განხილული კონახურის სახეობასთან) ფოთლების ნაყენი სამედიცინო პრაქტიკაში გამოიყენება მშობიარობის შემდგომდროინდელ საშვილოსნოს პიპოტონიის დროს. აგრეთვე სხვა მედიკამენტოზურ საშუალებებთან კომბინაციებში მშობიარობის შემდეგდროინდელ ენდომეტრიტების და საშვილოსნოს სუბინვოლუციის დროს. ექსპერიმენტებით დადგენილია, რომ კონახურის ნაყენს გააჩნია სისხლდენის შემაჩერებელი თვისებები და იწვევს საშვილოსნოს მუსკულატურის შეკუმშვას, ადიდებს გულის შეკუმშვათა ამპლიტუდას და ახშირებს რიტმს, დაბლა სწევს სისხლის წნევას. ამურის კონახურის ფესვებისაგან დამზადებული პრეპარატების მოქმედებაც ანალოგიურია.

ჩვეულებრივი კონახურის პრეპარატები ნალვლის ბუშტის ტონუსის შემცირებას, შეკუმშვის გაიშვიათებასა და მათი ამპლიტუდის შემცირებას იწვევს. ნალვლის ბუშტის დაავადებისას (ქრონიკული რეციდივირებული ქოლევისტიტი, ნალვლის ბუშტის დისკინეზია) აუმჯობესებს ნალვლის დენას, ამცირებს ტკივილებსა და ანთებად მოვლენებს.

ბულგარული მედიცინა სამკურნალოდ კონახურის ფესვებს, ღეროსა და ტოტების ქერქს იყენებს. კონახურის პრეპარატები ქინინის მსგავსად სიცხის დამწვევად მოქმედებს, მასვე გააჩნია სედატიური და მიკრობსაწინააღმდეგო თვისებები. კონახურის ფესვები და ქერქი (ალკალოიდები) რეკომენდებულია ღვიძლის, თირკმლის კენჭოვანი დაავადების, სიყვითლის, თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის ანთების, განსაკუთრებით ნიკრისის ქარის, რევმატიზმის და წელკავის (წელის გაშუმების) დროს.

მიღება ხდება წყლიანი ნაყენის სახით: ნახევარ ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ქერქს ან ფესვებს ასხამენ ერთ ჭიქა მდულარე წყალს. საჭიროების შემთხვევაში დღეში 2 ჭიქა გამოიწვევს სეამენ.

ბულგარულ ხალხურ მედიცინაში რეკომენდებულია აგრეთვე ნაყოფის გამოიხარში ელენთის დაავადებისას და კუჭის სპაზმების დროს, ფოთლების გამოიხარში კი სურავანდის, კუჭის აშლილობის და დიზენტერიის წინააღმდეგ.

პრაზანა გამჭირვალე - HYPERICUM PERFORATUM L.

კრაზანასებრთა ოჯახში შედის. კრაზანა მრავალწლიანი, მშრალი ადგილსამყოფელის მცენარეა. ფესვის ყელიდან რამოდენიმე დატოტვილი ღერო ამოდის. თითოეული მათგანის სიმაღლე 30-100 სმ-ია. ღერო გლუვი და მრგვალი გარშემოწერილობისაა, სიგრძეზე ერთიმეორის მოპირისპირე ორი წიბო ჩასდევს.

ოვალური ან წაგრძელებულ-კვერცხისებრი, კიდემთლიანი და მჯდომარე, 1-3 სმ სიგრძის, მრავალრიცხოვანი ნათელი და შავი ჯარკვლებით მოფენილი ფოთლები ღეროსა და ტოტებზე ერთიმეორის საპირისპიროდაა განლაგებული.



ყვავილები ფარისებრ ყვავილედადა შეკრებილი. ყვავილის ჯამი ხუთადაა გაყოფილი, რომელიც დაყვავილების შემდეგ ზედვე რჩება. მისი წვეტიანი ფოთოლაკები ლანცეტა ან ხაზურია. აქვს ხუთი მოოქროსფრო ყვითელი გვირგვინის ფურცელი. ყვავის ივნის-აგვისტოს განმავლობაში.

იზრდება მშრალ გამეჩხრილ ტყეებში, ტყისპირებში, ტყეთაშორის მდელოებზე, მინდვრის ნაპირებსა და ნასვენ მიწებზე. მთაში ზღვის დონიდან 2000 მეტრამდე სიმაღლეზეა გავრცელებული.

კრაზანა შხამიანი მცენარეა, მაგრამ საქართველოში მისგან საქონლის მონამვლის შემთხვევები ძალიან იშვიათად, ან სრულებით არ აღინიშნება.

ყაზახეთის სსრ-ში აღნიშნულია თხების მასობრივი მონამვლის შემთხვევები კრაზანას გავრცელების ადგილებში.

ფრიად საინტერესოა აღინიშნოს ის პარადოქსული ფაქტი, რომ კრაზანა იწამლება მხოლოდ თეთრი ან თეთრლაქებიანი ჭრელი საქონელი და ისიც მხოლოდ მზიან ამინდში.

ეს საიდუმლოება მეცნიერების მიერ უკვე ამოხსნილია. ყველაფერი ეს გამოწვეულია ფლოუორესცირებადი პიგმენტის ფილოერეტრინის მიზეზით, რომელიც წარმოიქმნება ბალახის მჭამელი ცხოველების კუჭ-ნაწლავების ტრაქტში. ჩვეულებრივ ეს პიგმენტი სისხლთან ერთად მოძრაობს მხოლოდ სისხლის მიმოქცევის ნაწლავებ-ღვიძლის წრის ფარგლებში, ისე, რომ არავითარ უსიამოვნებებს არ იწვევს. კრაზანას ბალახს შეუძლია კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის მუშაობის ისეთნაირად მოშლა, რომ ამის შედეგად ფილოერეტრინი შედის სისხლის საერთო ნაკადში, აღწევს კანის არაპიგმენტირებულ უბნებამდე და მათ მზის პირდაპირი სხივებისადმი ავადმყოფურად მგრძობიარედ ხდის.

ადამიანისათვის კრაზანა სახიფათო არაა. მას ფართოდ იყენებენ მიმზიდველ წითელ ფერად შეღებილი სასმელი ნაყენების საოჯახო პირობებში მოსამზადებლად. ღერო-ფოთლებსა და ყვავილებს მატყლისა და ქსოვილების წითლად შესაღებადაც იყენებენ. მათვე იყენებენ ტყავის გასათრიმლავადაც.

ჩვენში კრაზანას ყველგან ქვევრების სარეცხად ხმარობენ. კრაზანა ხალხურ მედიცინაში დიდი პატივით სარგებლობდა, იგი ოთხმოცდაცხრამეტი დაავადების საწინააღმდეგო ბალახად მიიჩნდათ. თანამედროვე სამედიცინო მეცნიერების მონაცემები ადასტურებენ იმ ფაქტს, რომ კრაზანა უნდა მიეკუთვნოს ძვირფას სამკურნალო მცენარეთა რიცხვს.

სამედიცინო წრეებში განსაკუთრებით გახმაურდა უკრაინის სსრ მეცნიერებათა აკადემიის აკადემიკოს ვ. გ. დრობოტკოსა და მისი მოწაფეების მიერ კრაზანასაგან მიღებული პრეპარატის მნიშვნელობა, რომელსაც იმანინი ეწოდა და მთელ რიგ ნივთიერებათა კომპლექსს შეადგენს. იმანინი მოქმედ ნივთიერებათა შორის ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი ადგილი კრაზანაში არსებულ მთრიმლავ ნივთიერებებს ეკუთვნის. პრეპარატი თავისი მოქმედებით ანტიბიოტიკი აღმოჩნდა. იგი დამლუპველად მოქმედებს 40-ზე მეტი სახეობის მიკრობზე, მათ შორის ღიზენტერიის, ტუბერკულოზისა და ყვიანახველას გამომწვევზედაც.

ექიმებმა იმანინის გამოყენება დაიწყეს მწვავე სურდოს, ყურის ჩირქოვანი ანთების, ქრონიკული ტონზილიტის, ანგინისა და სხვა დაავადებათა სამკურნალოდ.

განსაცვიფრებელი თერაპევტიული ეფექტი გამოიღო იმანიმა დამწვრობათა მკურნალობაში. იგი იმითაც მნიშვნელოვანია, რომ მისი მეშვეობით მორჩენილი დამწვრობის ადგილზე ნაწიბურები არ რჩება (ვ. მ. სალო, 1975).

ა. დ. ტუროვას (1974) მიხედვით კრაზანას პრეპარატებს იყენებენ როგორც შემკვრელ, სადეზინფექციო და ანთების საწინააღმდეგო საშუალებას კუჭ-ნაწლავის დაავადების, მწვავე და ქრონიკული არაბაქტერიული წარმოშობის კოლიტის დროს.

ნ. ი. სოლომენკო კრაზანას ნაყენს აძლევდა ქრონიკული გასტრიტით დაავადებულებს 100-100 მლ-ს დღეში სამჯერ ჭამამდე, 1-2 თვის განმავლობაში. ამასთან ავადმყოფებს უჭრებოდათ ტკივილები, გულწვა (გულის რუჯვა) და ნორმალური უხდებოდათ კუჭის წვენი მუყაინობა.

გამოიცადა აგრეთვე კრაზანას ზეთი, რომელსაც შემდეგნაირად ამზადებენ: 500 გრ ნედლ ყვავილებსა და ფოთლებს ასხამენ 1 ლ მზესუმზირას ზეთსა და 500 მლ თეთრ ღვინოს, დგამენ 3 დღის განმავლობაში, ამის შემდეგ ღვინოს ამოაშრობენ. პრეპარატი გამოყენებული იქნა ხანგრძლივად შეუხორცებელი ჭრილობების სამკურნალოდ, წყლულებისა და ნაწოლების წინააღმდეგ, რის შედეგადაც აღნიშნულია დადებითი გავლენა.

ეს ზეთი წარმატებით იქნა გამოყენებული კუჭის წყლულის სამკურნალოდ თითო სუფრის კოვზი

უზმოზე, ან 3-4 საათის შემდეგ საჭმლის მიღებიდან, 1-2 თვის განმავლობაში (ნ. ი. სოლომონკო, ვ. ა. პოდრაჟანსკი).

კრაზანას წყლიან ნაყენს შემდეგნაირად ამზადებენ: 3 სუფრის კოვზ წვრილად დაჭრილ ბალახს 250 მლ მდულარე წყალს ასხამენ, დგამენ 2 საათის განმავლობაში და $1/3$ ჭიქას იღებენ დღეში სამჯერ.

კრაზანას 70⁰ სპირტზე ნაყენის მოსამზადებლად დაჭრილ ბალახს ასხამენ სპირტს 1:10 შეფარდებით (ერთი ნაწილი ბალახი, ათი ნაწილი სპირტი). გამოიყენება პირში გამოსავლებად 30-40 წვეთის რაოდენობით $1/2$ ჭიქა წყალზე. დასალევად იყენებენ კოლიტის, ნალვლის ბუშტის კენჭოვანი დაავადებისა და ცისტიტის წინააღმდეგ.

ე. ს. ზაბოლოტნიას (1962) ცნობითაც კრაზანას პრეპარატებს შემკვრელი და მიკრობსაწინააღმდეგო, აგრეთვე ქსოვილთაღდგენის თვისება გააჩნია. სამედიცინო პრაქტიკაში დასალევად გამოიყენება კოლიტების დროს, აგრეთვე გარეგან საშუალებად II და III ხარისხის დამწვრობისას, ღრძილების შესახულად და პირში გამოსავლებად, გინგივიტისა და სტომატიტის, როგორც პროფილაქტიკის, ასევე სამკურნალო მიზნით. ცვლის იმპორტულ პრეპარატ რატანს.

უკრაინულ ხალხურ მედიცინაში კრაზანას, როგორც სამკურნალო ბალახის დიდ პოპულარობაზე მეტყველებს მ. ა. ნოსალისა და ი. მ. ნოსალის (1960) დებულება იმის შესახებ, რომ კრაზანა ჩვენთვის ცნობილ მცენარეთა შორის, ყველაზე მთავარი სამკურნალო ბალახია.

საინტერესო რეცეპტებია რეკომენდებული ამ ავტორთა მიერ სხვადასხვა დაავადებების სამკურნალოდ კრაზანას მონაწილეობით:

1. ღვიძლის დაავადებებისა და ნალვლის ბუშტში კენჭის არსებობისას გამოიყენება ნარევი: კრაზანა - 40,0 გრ, მატიტულა - 30,0 გრ, ნეგო - 40 გრ, საფთიაქო გვირილა - 10,0 გრ და ხეჭრელის ქერქი 20 გრ. ამ კომპონენტთა ნარევის იღებენ 4 სუფრის კოვზს, ასხამენ 1 ლ ცივი წყალს და მთელი ღამის განმავლობაში დგამენ, ხოლო დილით კი 7-10 წუთს ხარშავენ ნელი დულილით, რომელსაც ერთი დღის განმავლობაში სვამენ 5-ჯერ. დილით უზმოზე ერთ ჭიქას, რაც დარჩება 4 ნაწილად ყოფენ და ნაწილ-ნაწილ სვამენ მთელი დღის განმავლობაში, კერძოდ ყოველი საჭმლის მიღებიდან ერთი საათის შემდეგ. ამასთან ღვიძლით დაავადებულთათვის რეკომენდებულ დიეტას იცავენ და ღვიძლის არეში თბილ სათბილარს იღებენ.

2. თირკმლების მწვავე და ქრონიკული ანთებისას იყენებენ ნარევის: დათვიყურას ფოთლები-40,0 გრ, არყის კვირტები-30,0 გრ, ქაფუნა-20,0 გრ, კრაზანა-40,0 გრ, სიმინდის მდებრობითი ყვავილის სვეტები („სიმინდის ულვაში“-20,0 გრ, თავშავას ყვავილები-20,0 გრ, შვიტა-30,0 გრ, მატიტულა-20,0 გრ, ანწლის ფესვები-20,0 გრ, საფთიაქო გვირილა-15,0 გრ, შეკრულობისას უმატებენ 30,0 გრ ხეჭრელის ქერქს (რომელიც ერთი წლის წინანდელი შეგროვილი უნდა იყოს, ახალი პირღებინებას იწვევს). მომზადებისა და მოხმარების წესი იგივეა, როგორც I რეცეპტის შემთხვევაში, ამასთან იცავენ დიეტას და იღებენ აბაზანებს.

3. შარდმდენი ნარევი გამოიყენებული სისხლის გასანმენდად: შვიტა-40,0 გრ, უენო ლობიოს ჩერჩი (პარკები უმარცვლოდ) -20,0 გრ, შვრიის ჩალა-20,0 გრ, კრაზანა-40,0 გრ, მატიტულა-20,0 გრ, ანწლის ყვავილები-30,0 გრ, ლილილოს ყვავილები-30,0 გრ. შეკრულობის შემთხვევაში ემატება 30,0 გრ ხეჭრელის ქერქი. მომზადება და გამოყენება ისეთივეა, როგორც I რეცეპტის დროს.

4. ამოსახველებელი ნარევი ფილტვების ყოველგვარი დაავადებების დროს: ბუერას ფოთოლი-40,0 გრ, ქერიფულას ყვავილები-40,0 გრ, ცაცხვის ყვავილები-20,0 გრ, გაზაფხულის ფურისულას ყვავილები-20,0 გრ, ორფერი-40,0 გრ, კრაზანა-40,0 გრ, წინიბურას ყვავილები-30,0 გრ, ბაღბის ყვავილები-40,0 გრ, ხებალახას ჩეილი ყლორტები-30,0 გრ, 4 სუფრის კოვზ ნარევის 1 ლ მდულარე წყალს ასხამენ. მთელი ღამე თბილ ლუმელზე დგამენ და დილით ყლუპ-ყლუპად სვამენ. ამასთან წოლითი რეჟიმია რეკომენდებული.

5. ნარევი გამოიყენება გამოსარეცხად ქალღებში თეთრად შლის დროს: ერთი მუჭა კრაზანას ბალახი, მუხის ქერქი, ჯინჭრის ფესვები, დვალურას ფესვები, ვარდის ყვავილის გვირგვინის ფურცლები, ფითრი, ნეგოს ყვავილები, წნორის ქერქი, წინმატურა, ლაშქარას ფესვები, სელის თესლი, წყლის წინაკა (წალიკა), კალენდულას (გულყვითელა) ყვავილები.

იღებენ ამ ნარევის 4 მუჭას, ასხამენ 2-3 ლ წყალს და 20 წუთს ადუღებენ ნელ ცეცხლზე. ორჯერ წურავენ და საშვილოსნოს ყელს რაც შეიძლება ღრმად ირეცხავენ დღეში ორჯერ ცხელი გამოწნა-ხარშით, რამდენადაც ეს მოსათემნი იქნება. პროცედურას იტარებენ დილით და საღამოთი.

6. იმ შემთხვევაში, როდესაც ხელთ არა აქვთ სამკურნალო ბალახების ფართო შემადგენლობა, მაშინ ღვიძლის დაავადების სამკურნალოდ იყენებენ ნარევის: კრაზანა-20,0 გრ, ნეგო-30,0 გრ. ამზადებენ და იყენებენ ისე, როგორც II რეცეპტის შემთხვევაში. შეკრულობისას 30,0 გრ ხეჭრელის ქერქს ამატებენ. ხარშავენ 7-10 წუთი. ხეჭრელის ქერქის გარეშე მთელი ღამე თბილ ლუმელზე დგამენ და დილიდან სვამენ 5 ნაწილად.

7. თვით გახანგრძლივებული კუჭის აშლილობაც კი რჩება იმ შემთხვევაში, თუ უზმოზე კრაზანასა და ფარსმანდუკის თანაბარი რაოდენობით ბალახიდან გამოცემულ ცხელ ჩაის სვამენ (ერთი სუფრის კოვზი ნარევი ერთ ჭიქა მდულარე წყალზე).

8. ძილის წინ მიცემული ერთი ჭიქა კრაზანას ჩაი ბავშვს ძილის პერიოდში შარდშეუკავებლობას თავიდან ააცილებს.

კულმუხო - INULA HELENIUM L.



ასტრასებრთა (რთულყვავილოვანთა) ოჯახის წარმომადგენელია. მრავალწლიანი, 50-250 სმ სიმაღლის მცენარეა, მსხვილი მოკლე ფესვურითა და მცირერიცხოვანი მსხვილი ფესვებით.

კიდეები არათანაბრად დაკბილული, ზემოდან მუქი-მწვანე, ქვემოდაც ნაცრისფერ-ქეჩისებურ ბუსუსიანი, ღეროს ქვედა ნაწილში არსებული 40-50 სმ სიგრძისა და 15-25 სმ სიგანის, წაგრძელებულ-ელიფსური ყუნწიანი ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული. ღეროს შუა ნაწილის ფოთლები კვერცხისებრ-ლანცეტა ან ლანცეტისებრია და ღერომხვევი, გაცილებით მცირე ზომისაა ქვედა ფოთლებთან შედარებით.

მსხვილი კალათა თანაყვავილეები ტოტების ბოლოებზე მეჩხერ მტევნებად ან ფარადაა შეკრებილი. ყვავილები როგორც ენისებრი, ასევე მილისებრი ყვითელია.

ნაყოფი ოთხნახაგოვანი თესლურაა. 1000 ცალი თესლი 1-1,5 გრ-ს იწონის.

ყვავის ივლისიდან სექტემბრამდე, ნაყოფი აგვისტო-სექტემბერში მწიფდება. გვხვდება უფრო ხშირად ნესტიან ადგილებში, ფოთლოვან ტყეებში, (თხმელნარები, ნიფლნარები და სხვა), ბუჩქნარებში, ტყისპირებში, ტყეში გამავალი ნაკადულების პირას, მთაში, სუბალპურ სარტყლამდე არსებულ მდელოებსა და სუბალპური დაბალი სიხშირის ტყეებში და სხვა.

კულმუხოს ფესვურა და ფესვები 44 პროცენტამდე იწონის შეიცავს, გარდა ამისა მოეუბოება ფსევდოინულინი, ინულენინი, 3 პროცენტამდე ეთერზეთი, საპონინები, ლორწო და ალკალიდები.

მედიცინაში კულმუხოს ფესვურა და ფესვები გამოიყენება, როგორც ამოსახველებელი საშუალება სასუნთქი გზების ნაირგვარი დაავადებების დროს. გარდა ამისა მათი ანთების საწინააღმდეგო თვისების და ნაწლავების გაზრდილი მოტორობა-სეკრეტორული ფუნქციების შემცირების თვისების გამო, ისინი ეფექტური გამოდგენენ კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის მკურნალობაში.

ეთერზეთს გააჩნია გამოხატული ანტისეპტიკური, ანთების და ჭიის საწინააღმდეგო თვისებები (ი. მ. ალტუნინა, ა. ი. ლესკოვი, გ. კ. ნიკონოვი, 1962).

მედიცინაში კულმუხოს იყენებენ ბრონქების სეკრეციის შესამცირებლად, ბრონქების კატარისას გრიპის დროს; იგი ეფექტურია აგრეთვე სასუნთქი გზების ქრონიკული დაავადებისას (ბრონქიტი, ტრაქეიტი). ფესვების ნახარშს ურჩევდნენ ტუბერკულოზისა და უხვლორწიანი ბრონქიტის სამკურნლოდ. იყენებდნენ კანის ქავილის, მუნისა და ეგზემის წინააღმდეგ გარეგან საშუალებად. ამჟამად მის პრეპარატებს პრაქტიკულად აღარ იყენებენ (ა. დ. ტუროვა, 1974).

ვ. გ. მინაევას (1970) მიხედვით კულმუხოს ფესვურა გამოიყენება ეგზემის, მუნისა და სირსველების წინააღმდეგ.

მის ეთერზეთს პარაზიტიკური ჭიების საწინააღმდეგო თვისებები გააჩნია (ზენინი, 1957). ზეთისაგან გამოყოფილი პრეპარატ ალანტოლაქტონს სანტონინზე 25-ჯერ უფრო მეტი სიძლიერე აქვს.

დასალებად ფესვურისაგან მონახარში მზადდება (20 გრ ერთ ჭიქა წყალზე), რომელსაც თითო სუფრის კოვზს სვამენ დღეში 3-4-ჯერ. ამზადებენ აგრეთვე ექსტრაქტს, ნაყენსა და სპეციალურ პრეპარატ ანულენს (იღებენ 30-40 წვეთს დღეში 3-4-ჯერ ხველების დროს, ამოსახველებელ საშუალებად).

ხალხურ მედიცინაში კულმუხოს ფესვურას იყენებენ კუჭ-ნაწლავის, ცისტიტის, მალარიის, ძვლის ტუბერკულოზის, რევმატიზმის, შაქრიანი დიაბეტის, სიყვილის, წყალმანკის, ბუასილის, სასუნთქი გზების კატარის, აგრეთვე როგორც მასტიმულირებელ და ჭრილობის შემხორცებელ საშუალებად. ხმარობენ აგრეთვე კანის დაავადებების სამკურნლოდ (განსაკუთრებით მუნის წინააღმდეგ) მალამოს ან გამონახარშის სახით. კულმუხოს ფესვურის და ლოლოს ფესვების ფხვნილის მალამო (თითოეული თითო სუფრის კოვზი ერთ ჭიქა კარაქზე) კარგად მოქმედებს ეგზემის მკურნალობაში (გუბერგროცი, სოლომჩენკო, 1968).

უკრაინული ხალხური მედიცინა დიდ პატივს სცემს კულმუხოს სამკურნლო თვისებებს. 20-30 გრ

1 ლ წყალზე გამონაწვლილს ხმარობენ მცირესისხლიანი მენსტრუაციის, საჭმლის ცუდად მონელების, ბოყინის, უმადობის, მუცლის გაურკვეველი მიზუნით გაბერვის, ჭვალის და სხვა დაავადებების წინააღმდეგ. იგი საუკეთესო ამოსახველებელი საშუალებაა, ამავე მიზნით თაფლთან ერთად იყენებენ ფესვურისა და ფესვების ფხვნილს დღეში 5 ჩაის კოვზის რაოდენობით. მწვავე და არასასიამოვნო გემოს გამო კულმუხოს ფესვურასა და ფესვებს შაქართან ან თაფლთან ერთად იღებენ. გარეგან სახმარად კანის დაავადებისას გამონახარშს ხმარობენ. გარდა აღნიშნულისა კულმუხო გამოიყენება:

1. კუჭის დაავადებისას - სვამენ დღეში სამჯერ ნახევარ-ნახევარ ჭიქა წყლით გამონაწვლილს (30 გრ კულმუხოს ფესვურა 1 ლ წყალზე, მთელი ღამე თბილ ლუმელში შენახვით).

2. ავადმყოფობაგადატანად და დასუსტებულთა მოსამაგრებლად ფრიად პოპულარულია "კულმუხოს ღვინო", დაახლოებით 50 გრ დღეში 2-ჯერ. 0,5 ლ პორტვინზე იღებენ 12,0 გრ კულმუხოს ნედლ ფესვურას და 10 წუთს ადუღებენ.

3. კულმუხოს ასეთი გამონახარშის წითელ ღვინოზე მომზადებისას, მას ურჩევენ ნაწლავების კატარისა და კუჭის წვენის დაბალმჟავიანობის დროს. იღებენ ყოველდღე 3 სირჩას (სულ დაახლოებით 150 გრ), უკეთესია ჭამის შემდეგ მიღება.

4. ერთ მუჭა კულმუხოს ფესვებსა და ფესვურებს 15 წუთს ხარშავენ 4-5 კოვზ ღორის უმარილო გადამდნარ ქონში. აცივებენ ქილაში და მას უსვამენ მუნიან კერებზე. ვაცილებით უფრო კარგია, თუ ამ მალამოს შევურევთ 2 სუფრის კოვზ სუფთა არყის კუპრს და ამავე რაოდენობის გოგირდის ფხვნილს. ამ მალამოს ისვამენ რამოდენიმე დღის განმავლობაში და ამის შემდეგ კულმუხოს მაგარი გამონახარშით (50,0 გრ 1 ლ წყალზე) იბანენ. ამ მალამოთი რჩება დიდხანს უმკურნალოდ მიტოვებული მუნიც კი (მ. ა და ი. მ. ნოსალევი, 1960).

ზემოაღნიშნული დაავადებების მკურნალობისას დასაღვეად ბულგარეთის მედიცინა ურჩევს წყლით გამონაწვლილს (1 ჩაის კოვზი დაქუცმაცებული ფესვები 1 ჭიქა წყალზე დგება 10 საათის განმავლობაში). ესაა ერთი დღე-ღამის დოზა. იყენებენ გამონახარშსაც - 6-9 გრ ნედლეული იხარშება 2 ჭიქა წყალზე $\frac{1}{3}$ სითხის ამოშრობამდე. გამონახარშს ყოველ საათში იღებენ 1-2 სუფრის კოვზის რაოდენობით. იხმარება ფესვების ფხვნილიც 2-3-ჯერ დღეში იმდენი, რაც დანის წვერით აიღება, ცოტაოდენი წყლის მიყოლებით. გარეგან სახმარად გამოიყენება მალამო:

ა) 50 გრ დაქუცმაცებულ ფესვებს ხარშავენ 100 გრ წყალში 20 წუთის განმავლობაში, განურულ ასეთ გამონახარშს ურჩევენ 50 გრ ღორის სუფთა გადამდნარ ქონს;

ბ) კულმუხოს ფესვის ფხვნილის 1 ნაწილს 2 ნაწილ გადამდნარ ღორის ქონს, ვაზელინსა და თევზის ქონს ურჩევენ (სამი უკანასკნელი თანაბარ ნაწილად აიღება).

ბულგარეთის ხალხურ მედიცინაში კულმუხო გამოიყენება ყვიანახველის, თავბრუსხვევის, გულისცემის, თავის ტკივილის, ეპილეფსიის დროს, აგრეთვე როგორც ნაადრევი მშობიარობის თავიდან აცილების საშუალება (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

კუნელი - CRATAEGUS SANGUINEA PALE.



ვარდისებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. მაღალი ბუჩქია ან ტანდაბალი ხე 4 მეტრამდე სიმაღლის. ყლორტები მონითალო-მოყავისფრო ქერქითაა დაფარული, 4 სმ-მდე სიგრძის სწორი ეკლებით, ფოთლები უკუკვერცხისებრია, სოლისებრი ფუძით, 6 სმ-მდე სიგრძისა და 5 სმ სიგანით. ნაპირებში მსხვილად დაკბილულია, ზოგჯერ 3-7 დანაკეთული; ყვავილები ფარისებრ ყვავილედებშია შეკრებილი. ყვავილის გვირგვინი მოყვითალო თეთრია, მტვრიანები 20, მტვრის პარკი მონითალოა, ნაყოფი მომრგვალოა, დიამეტრში 1 სმ-მდე, კაშკაშა წითელი, ფხვიერი რბილობით და 3-4 (იშვიათად 2 ან 5) მაგარი თესლით. ყვავის მაის-ივნისში, ნაყოფი სექტემბერში მწიფდება. მრავლდება თესლითა და ფესვის ნაბარტყით. ნაყოფმსხმოიარობს 10-15 წლის ასაკიდან, სიცოცხლის ხანგრძლივობა 200-300 წლამდე აღწევს, ბუნებრივად რუსეთის ევროპულ ნაწილსა და სამხრეთ ციმბირში იზრდება.

საქართველოში კუნელის სხვადასხვა სახეობებია გავრცელებული; შენაყოფა (პონტოს კუნელი), კნაპა და სხვა. ყველა მათ მეტნაკლებად ზემოთ განხილული კუნელის თვისებები გააჩნიათ.

კუნელი შესანიშნავი სამკურნალო მცენარეა, შეიცავს ფლაონოიდებსა და სხვა ნივთიერებებს. ნაყ-

ოფისა და ყვავილის პრეპარატებს უნიშნავენ გულისსხლძარღვთა სისტემით დაავადებულებს, როგორც კუნთის მატონირებელ საშუალებას. მათ გიპოტენზიური და დამანყნარებელი თვისება აქვთ. კუნელის პრეპარატი ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი კომპონენტია ცნობილი პრეპარატის კარდიოვალენისა. ნაყოფში ბევრია შაქარი, სახამებელი, ორგანული მჟავები, პექტინები, რის გამოც მათი გემო ფრიად სასიამოვნოა, განსაკუთრებით მოყინვის შემდეგ. იჭმება როგორც ნედლი, ასევე გამზარ მდგომარეობაში. იხმარება კომპოტის, კისელის, მარმელადის და სხვა ტკბილეულის მოსამზადებლად. გამზმარსა და დაფქვილს პურის ფქვილს უმატებენ ტკბილი ცომის მისაღებად.

კუნელი მედიცინაში გამოიყენება გულისცემის, უძილობისა და სისხლის მაღალი წნევის დროს. კუნელის ნაყენი მზადდება შემდეგი დოზით: წვრილად დაჭრილი 100 გრ ნაყოფი 70 გრადუსიან 1 ლ სპირტზე. იღებენ 50-50 წვეთს სამჯერ დღეში ჭამამდე (ა. დ. ტუროვა, 1974).

სსრკ სამკურნალო მცენარეების ატლასის (1962) მიხედვით კუნელის პრეპარატები გამოიყენება კარდიოტონიკურ საშუალებად გულის მოქმედების ფუნქციონალური მოშლილობისას, გადატანილ მძიმე ავადმყოფობით გამოწვეული გულის სისუსტის, ანგიონევროზის, ჰიპერტონიული დაავადების საწყის სტადიაში, გულით ავადმყოფობის, უძილობის და ჰიპერთირეოზის დროს ტაქიკარდიის თანხლებით. კუნელი ანელებს ცენტრალური ნერვული სისტემის ალგზნებულობას, მატონირებელ ვაგლენას ახდენს გულის კუნთზე, აძლიერებს სისხლის მიმოქცევას გულის კორონალურ ძარღვებსა და ტვინის ძარღვებში, ხსნის ტაქიკარდიასა და არითმიას, აქრობს უსიამოვნო შეგრძნებებს მკერდის არეში, რამდენადმე დაბლა სწევს სისხლის წნევას და ავადმყოფთა საერთო მდგომარეობას აუმჯობესებს.

კუნელის ფოთლებისაგან უკრაინაში მიღებულია ახალი პრეპარატი კრატემიდი, რომელიც გულის მუშაობას აუმჯობესებს და ხელს უწყობს სისხლში ქოლესტერინის შემცირებას (გუბერგრიცი, სოლომჩენკო, 1966).

ნედლი ყვავილებისაგან ნაყენის მოსამზადებლად რეკომენდებულია ერთ ნაწილ სრულიად ახლად გაშლილ ყვავილებს დაესხას 10 ნაწილი 70⁰-იანი სპირტი, 7 დღის დაყენების შემდეგ იღებენ 15-30 წვეთს 2-3-ჯერ დღეში ჭამის შემდეგ.

შემწვარი და წვრილად დაჭრილი ნაყოფი ყავის კარგი შემცველია. მაგრამ გასათვალისწინებელია ის ფაქტი, რომ ნაყოფის დიდი რაოდენობით ჭამისას მოსალოდნელია მონამვლა მსუბუქ ფორმებში. ნაყოფებს კარგად მომწიფების შემდეგ აგროვებენ.

მ. ა. და ი. მ. ნოსალების (1960) მიხედვით სამკურნალოდ კუნელის ყვავილს იყენებს ხალხი.

ყვავილის წყლიან ნაყენს – 3 სუფრის კოვზი ყვავილი 3 ჩაის ჭიქა ადულებულ წყალზე, თითო ჭიქას დღეში სამჯერ სვამენ გულის დაავადებისას, განსაკუთრებით ვაციებისა და ძლიერი ნერვებაშლილობის დროს (აძლევენ ბავშვებსაც სათანადოდ შემცირებული დოზით), იღებენ თავბრუსხვევის, «თავში სისხლის ავარდნის», გულის უძლიერობით გამოწვეულ სულისხეთვისას, გულის ნევროზის, კლიმაქტერიის დასაწყის სტადიაში. კუნელის ნაყენს შემდეგნაირად აყენებენ: ახლად შეგროვილი კუნელის ყვავილებიდან გამოწურულ წვეს ურევენ ორმაგი რაოდენობის 90⁰-იან სპირტს და დგამენ 15 დღეს. იღებენ დღეში სამჯერ, თითო ჯერზე 40 წვეთის რაოდენობით ან 1 სუფრის კოვზ წყალში განზავებით.

ლაშქარა – SYMPHYTUM OFFICINALE L.

მრავალწლოვანი 30-100 სმ სიმაღლის, მქისფოთლებიანი ბალახია. შავკანიანი ფესვურა ხორცოვანია გრძელი ფესვებით. გარედან ფესვებზე თითქმის შავია, მაგრამ გადანაჭერზე თეთრბორციაანია. ფესვის ყელიდან ერთი ღერო ამოდის, რომელსაც ფოთლების ყუნწების მიმავრების ადგილიდან ქვემო მიმართულებით ფრთები აქვს ჩაფლებული, ნიბოზებუ მქისუ ეკლოვანი ბუსუსება ჩამწკრივებული, ზედა ნაწილში ღერო ხშირტოტებიანია. 10-15 სმ სიგრძის ფოთლები მქისეა, უხეში ბუსუსებით დაფარულობის გამო, მის ქვედა მხარეს ძარღვების კარგად გამოსახული ბადე შეიმჩნევა. ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული. ქვედა ფოთლები წაგრძელებულ კვერცხისებრი და გრძლად ნაწვეტებულია, ძირში კი ფრთებჩაფლებული ყუნწადაა შევიწროებული. ზედა ფოთლები უფრო მცირე ზომისაა და ლანცეტა ფორმის, ღეროზე მჯდომი (უყუნწო). ყვავილები კენწრულ საგველებადაა შეკრებილი. ყვავილი გაშლამდე ნითელია, გაშლილი კი ცისფერი. ყვავილის გვირგვინი მილისებრ-ზარისებრი მოყვანილობისაა, 5 არარღმად ჩაჭრილი ნაკვთით. ყვავის მაის-ივლისში. იზრდება ბუჩქნარებში, ტყისპირებში, გამეჩხრილ ტყეებში, რუდერალურ ადგილებში, საძოვრებზე, ბოსტნებში. ჩვენში ლაშქარას რამოდენიმე სახეობა გვხვდება მთის როგორც ქვედა სარტყელში, ასევე სუბალპურ ზონაშიც. ყველა მათგანს ხალხური მედიცინა სამკურნალოდ იყენებს.

ლაშქარა ცნობილია როგორც შხამიანი მცენარე. ხალხური მედიცინა მის ფესვებს იყენებს.

ბულგარელი მეცნიერების მონაცემებით ლაშქარას კრუნჩხვებასანიანალმდეგო თვისება გააჩნია



(athanassova-shopova, Raussinov, 1965). ფესვებს იყენებენ ფალარათის დროს, აგრეთვე ჭრილობების შეხორცების საშუალებად და სისხლდენის შემამჩერებლად, რევმატიზმისა და ნიკრისის ქარის მკურნალობაში, ზოგჯერ მადისმომგვრელადაც. ნედლი ფესვებისაგან მომზადებული მალამოთი თრომბოფლებიტს მკურნალობენ (სტა-ნკოვი, 1965). ლაშქარას წველის ჩანვეთებით აჩვენებენ ცხვირიდან სისხლდენას. ფესვებს შემოდგომით აგროვებენ, რეცხავენ, წვრილად ჭრიან და ჰაერზე აშრობენ.

ქართულ ხალხურ მედიცინაში ლაშქარას იყენებენ მოტეხილობისა და ნალრძობის სამკურნალოდ. მის ფესვებს ნაყავენ და რძეში მოხარშულს თბილ მდგომარეობაში ნალრძობ და მოტეხილ ადგილზე ადებენ (ლენჩუშა და სვანეთში). მის ფესვებს დაჟეჟილ კერებზე ადებენ ასპინძის რაიონის სოფელ ხიზაბავრაში (ზ. შენგელია, 1983).

ხალხურ მედიცინაში ლაშქარას ფესვებს შიგშემომგარსველ საშუალებად იყენებენ ლორწოვანი გარსის ყველა დაავადების შემთხვევაში, განსაკუთრებით ხშირად გულმკერდის არეში არსებული ტკივილების დროს. ამისათვის 40,0 გრ ლაშქარას ფესვებს 1 ლ ცხელ რძეს ასხამენ და 6-7 საათის განმავლობაში ცხელი ღუმელის ფურნაკში ათავსებენ, მაგრამ ისეთნაირად არეგულირებენ ტემპერატურას, რომ რძე არ ადუღდეს. უფრო მოსახერხებელია ცხელი რძისა და ფესვების ნარევის თერმოსში მოთავსება. მიაჩნიათ, რომ დუღების შემთხვევაში ლაშქარას ფესვებში არსებული მოქმედი ნივთიერებები იშლება.

ხსენებული რძით გამოწვლილით მკურნალობენ ფილტვის ტუბერკულოზსაც. ლაშქარას ფესვებს იყენებენ, როგორც შემკვერელ, ასევე შეკრულობის საწინააღმდეგო საშუალებად. მიაჩნიათ, რომ ლაშქარა კურნავს თირკმლებს და სისხლიან ფალარათიანობასაც კი. ლაშქარას ფესვების რძით გამოწვლილი ძლიან ჩქარა ბერძნებთან ავადმყოფებს. ამიტომ მისი მოხმარების შედეგად მემყიდველ დღეს მას ცვლიან პასტაბრეტული ფესვებით, რომელსაც 1-2 ნაწილ თაფლს ურევენ და აძლევენ ჩაის კოვზით დღეში სამჯერ, 6-7 დღის შემდეგ კვლავ რძით გამოწვლილის მიღებას უბრუნდებიან. ნედლ და ხმელ ფესვებს ხშირად ურჩევენ თაფლთან ერთად ფილტვის ტუბერკულოზის და ყოველგვარი ხველების სამკურნალოდ (მ. ა. ნოსალი, ი. მ. ნოსალი, 1960). ამავე ავტორთა მიხედვით მოტეხილობისა და ძვლის ტუბერკულოზის დროს დაზიანებულ ადგილზე შემოაფენენ ხოლმე ნედლი ან ხმელი ფესვების პასტას. ამავე მიზნით ამზადებენ მალამოს მისი ფესვებისაგან: დანაყილ ნედლ ფესვებს თანაბარი რაოდენობით უმატებენ გადამდნარ უმარილო ლორის ქონს. ნედლ შემშრალ ფესვებს სისხლმდენ ჭრილობებზე აყენენ. ნედლი ან ხმელი ფესვების წყალზე ნაყენს პირის ღრუში ივლებენ კატარის დროს.

ცხვირიდან სისხლდენის დროს ლაშქარას ღეროს წვენს იწვეთებენ ცხვირში, ამავე მიზნით ფესვის ფხენილითაც სარგებლობენ, რომელსაც ბამბის ტამპონით იკეთებენ ცხვირში. ყელის კატარის შემთხვევაში გამოსაყვებად ხმარობენ სამკურნალო მცენარეების ნარევის წყლით გამოწვლილს: ლაშქარას ფესვები - 15,0 გრ, ბალბის ყვავილები - 10 გრ, ვარდის ყვავილის გვირგვინის ფურცლები - 10 გრ, მუხის ქერქი - 5 გრ, ქერიფქლას ყვავილები - 10 გრ, სამკურნალო სალბის ფოთლები - 5 გრ და კატაბალახას ფესვები - 5 გრ. ამ ნარევიდან იღებენ 4 სუფრის კოვზს (ძლიან სავსე) და 1 ლ მდულარე წყალს ასხამენ, მთელ ღამეს ტოვებენ. დილით შეათბობენ ისე, რომ ადუღებამდე არ აცხებებენ. თბილ ნაყენს დღეში 6-7-ჯერ ივლებენ ყელში. ღამით ყელს იზელენ ზემოთ აღწერილი ლაშქარას მალამოთი, თბილად იხვევენ და ლოგინში წვებიან ოფლის მოსადენად.

ბულგარული მედიცინა დასალევეად ლაშქარას ფესვების წყალზე ნაყენის გამოყენებას ურჩევს. ამისათვის 2 ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ფესვებს 1/2 ჭიქა წყალს ასხამენ და 8 საათის განმავლობაში დგამენ. ნაყენს გადაასხამენ მინის ჭურჭელში, ხოლო ფესვებს კი ხელმეორედ 1 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ. 10 წუთის შემდეგ წურავენ და პირველად მომზადებულ ნაყენს უმატებენ. მთელ ამ ნაყენს ერთი დღის განმავლობაში ყლუპ-ყლუპობით სვამენ. ამზადებენ სპირტზე ნაყენსაც. 1 ნაწილ ნედლესულს (ფესვებს) 5 ნაწილ 40 გრადუსიან სპირტს ასხამენ. სვამენ 20-40 წვეთს დღეში 4-5-ჯერ. როგორც წყალზე ასევე სპირტზე ნაყენი ნაჩვენებია კუჭის აშლილობის, დიზენტერიის, ნაწლავების ქრონიკული კატარის, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის, ბრონქების ქრონიკული კატარის დროს (იორდანოვი და თანაავტორები, 1968).

ერთი მუჭა ფარსმანდუკის ფოთლებსა და ყვავილებს ნაყავენ და კარგად სრესენ, რომელსაც ლორის გამდნარ უმარილო ქონს ურევენ. ასეთივე მალამოს ამზადებენ ლაშქარას ფესვებისაგან და ორივე მალამოს ბუასილის სამკურნალოდ იყენებენ შეხეღვით ან ტამპონების გაკეთებით (მ.ა. და ი.მ. ნოსალი, 1960).

ლელ30- FICUS CARIA L.



საკმაოდ ცნობილი ხილია, საქართველოში ფართოდაა კულტივირებული, ზოგან გაველურებულიც კია (გარდაბნის რაიონი და სხვა).

სამკურნალოდ ლელვის ჩირი და ფოთლები გამოიყენება. ნაყოფი მდიდარია შაქრებით, B და C ვიტამინებით, ორგანული მჟავებით, მინერალური მარილებით და სხვა.

ლელვის ნახარში ხალხურ მედიცინაში კუჭის აშლილობისას გამოიყენება. მნიშვნელოვან როლს ასრულებს შემახორცებელი საშუალებაა, მასვე იყენებენ გასტრიტის, ქრონიკული ყაბზობის (შეკრულობის), ამოსახველებელ და შარდმდენ საშუალებად.

მეცნიერულ მედიცინაში ლელვს თრომბოემბოლური და გულსისხლძარღვთა სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ იყენებენ (კ. ხაიდაროვი, 1988).

პროტეოზის შემცველობის მეოხებით ლელვი ადუღებული რძის შედედებას იწვევს. მას კუჭის გამსხნელი თვისებაც აქვს. საჭმლის ადვილად მონელებას უწყობს ხელს, სისხლის შემადგენლობას აუმჯობესებს, აძლიერებს შარდდენას, თირკმლებს კენჭისაგან ათავისუფლებს და ფილტვებისა და თირკმლების ფუნქციას აუმჯობესებს. სომხეთის ხალხურ მედიცინაში ლელვის ხმელი ფოთლების ნახარშს, აგრეთვე ნაყოფის რძეში ნახარშს ხველის დროს იყენებენ. ქართული ხალხური სამედიცინო წყაროების მიხედვითაც ლელვი ნახველის ამოღებას აადვილებს (ნ. ზ. უმიკოვი, 1947).

ლელვი განსაკუთრებით სასარგებლოა გარეგანი ხმარებისათვის კიბოს შემთხვევაში, დაავადების განვითარების დაბრკოლების მიზნით. ა. პ. პოპოვი (1974) უპირატესობას მნიშვნელოვან ლელვის და არა ჩირის გამოყენებას აძლევს.

ლელვი სასარგებლოა გულსისხლძარღვთა სისტემის დაავადებულთათვის. მას უნიშნავენ ვენური უკმარისობით დაავადებულებს, რომელთაც თრომბოზებისადმი მიდრეკილება აქვთ (მ. ა. კუზნეცოვა, 1987, ვ. გ. აგევი, 1989).

100 გრ ლელვის ჩირს 2 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ, 15 წუთს ნელ ცეცხლზე ადუღებენ, შემდეგ 2-3 საათს გასაგრძელებლად დგამენ.

სვამენ ნახევარ ჩაის ჩიქას (100 გრ) დღეში 2-3-ჯერ ჭამის წინ (ხველების საწინააღმდეგოდ). ფოთლებისაგან დამუშავებულია პრეპარატი ფურალენი, რომელსაც მცირეკერებიანი სიქაჩლის ანუ „თმის მძოველის“ წინააღმდეგ იყენებენ (ი. ნურალიევი, 1989).

ნაირგვარი დაავადებების მკურნალობისათვის ლელვის გამოყენების ცნობებს იძლევა ავიცენა (1982). იგი განსაკუთრებით სასარგებლოდ მიიჩნევა ფრჩხილის (დუდუკოს - *ногмода*-ს) მკურნალობაში ლელვის, ზამბახის ფესვურების, სოდის, კირისა და ბრონეულის ნაყოფის ქერქის ნარევს. ლელვის რძენენს ეფექტურად თვლის ყბაყურის მკურნალობაში (სისმსივნის დასაცხრობად), ასეთივე ქმედება აქვს ლელვის ნახარშსაც. ლელვის ფოთლებისაგან გამოწურული წვენი ტატუირების (*накълка*) გაქრობას იწვევს. ასეთნაირადვე მოქმედებს მისი რძისფერი წვენი. ლელვის ნაყოფის ზემოქმედებით ძნელად მოსარჩენი სიმსივნეები ადვილად გაიწოვება (ქრება). ლელვის რძისებრი წვენი და თაფლის ნარევი თვალს ბლისტს აცილებს, შველის კატარაქტას დასაწყის სტადიაში. ლელვის ღვინო რძეს ჰმატებს მეძუძურ ქალებს, აგრეთვე ჰკურნავს ქრონიკულ ხველას და ფილტვების შეშუპებას. იგი წყურვილს კლავს, მაგრამ ლელვის ჩირი, პირიქით, წყურვილს აძლიერებს. ლელვისა და აბზინდას ნარევით წყალმანკს მკურნალობენ. ლელვის ჩირი მავნეა გადიდებული ღვიძლისა და ელენთისათვის. ლელვი, განსაკუთრებით მისი რძენენი კენჭებისაგან ანთავისუფლებს თირკმლებს. ლელვის ღვინო შარდდენას აძლიერებს. ცხაღია, ავიცენას ზემოთ მოტანილი რჩევების აბსოლუტურ ჭეშმარიტებად მიღება შეუძლებელია. აუცილებელია ამ ცნობების მეცნიერული სამედიცინო დაკვირვება. თავისთავად ეს ცნობები საინტერესოა, მაგრამ მათი გამოყენება ექიმის რჩევისა და მისი მეთვალყურეობის გარეშე დაუშვებელია.

ლ. ფ. ჰამმერმანისა და თანაავტორების (1984) მტკიცებით ლელვის შესქელებული წვენი საგულე საშუალებას წარმოადგენს. მისი ნაყოფი ამოსახველებელი საშუალებაა. შუა აზიაში მას რძეში ხარშავენ და სვამენ ხველის, ყვიანახველის, ყელის ტკივილისა და გაციების შემთხვევებში. ფოთლების წყლით გამონაწვლილი თირკმლებისა და ბრონქიალური ასთმის სამკურნალოდ გამოიყენება.

ლეშურა - BRYONIA ALBA L.



გოგრისებრთა ოჯახის მრავალწლოვანი ბალახია. მიწისქვეშა ნაწილი გარედან მოყვითალოა, შიგნით კი თეთრორცოვანი. 4 მეტრამდე სიგრძის, რამდენიმე მცოცავი ღერო ამოდის ფესვის ყელიდან, რომლებიც ფოთლების ილიებში განლაგებული მარტივი უღვაშებით ემაგრებიან მცენარეებს და სხვა საგნებს. საკმაოდ გრძელყუნწიანი ფოთლები ღეროებზე მორიგეობითაა განლაგებული, გარემოხაზულობის მიხედვით მათ განიერკვერცხისებრი მოყვანილობა აქვთ, გულისებრი ფუძითა და 5-7 წვეტიანი სამკუთხა ნაკვთით, რომლებიც თავის მხრივ დაკბილული არიან. ფოთლის ორივე მხარე ხაოიანია.

ყვავილები ცალქესიანია, თვით მცენარე კი ერთბინიანი, ე. ი. მდედრობითი და მამრობითი ყვავილები მართალია ცალკე-ცალკეა, მაგრამ ორივე ერთ ინდივიდზეა განვითარებული. მამრობითი ლიმოყვითალო ყვავილი 2 სმ სიგრძისაა და თავმოყრილია ფარისებრ მტევნებში. მომწვანო-მოყვითალო მდედრობითი ყვავილები 5-12-ის რაოდენობით კვლავ ფარისებრ მტევნებშია თავმოყრილი. ნაყოფი შავი, მრგვალი, 7-8 მმ-ის სიმახსო კენკრაა 4-6 თესლით. ყვავილობს

მაის-ივნის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-აგვისტოში.

გზადმოყოლილი მცენარეა. იზრდება ქართლში, მესხეთსა და იმერეთში ბუჩქნარებსა და ბაღბოსტნებში, როგორც სარეველა, დასახლებული პუნქტების მახლობლად მთის შუა სარტყლამდე.

ლეშურა მოწითალო, მოყავისფრონაყოფიანია მეორე სახეობითაც - *B. dioica* Jacq. გვხვდება საქართველოში, რომელიც ასევე მთის შუა სარტყლამდე იზრდება ქართლში, თრიალეთსა და ჯავახეთში, ბუჩქნარებში, გზისპირებზე და ბაღბოსტნების კიდეებზე. გლიკოზიდების ბრიონინისა და ბრიონიდინის შემცველობის გამო ლეშურას ფესვი შხამიანია.

მომქე სომხეთში ლეშურა უნივერსალურ სამკურნალო მცენარედ ითვლებოდა, როგორც უენშენი ჩინეთში. ხალხურ მედიცინაში იგი ახლაც გამოიყენება როგორც შარდმდენი, საფაღარათო, ამოსახველებელი, ტკივილგამაყუჩებელი, სისხლდენის შემაჩერებელი საშუალება. მასვე ხმარობენ ღვიძლში ჩხვლეტების, წყლულოვანი დაავადების, ნიკრისის ქარის (რუსული "პოდაგრის" ქართული შესატყვისი) რევმატული პოლიართრიტის, ნაირგვარი წარმოშობის შემუშებების, შაკიკის, გულის არემი ტკივილების, წყალმანკის, საშვილოსნოდან სისხლდენის, ეპილეფსიის (ავიზნე), დამბლის, ხველის, პლევრიტის, კუჭის დაწვეის დროს, (ა. ი. გუბერგრიცი, ნ. ი. სოლომონკო, 1964).

ს. ა. ტომილინი ფესვის ფხვნილს ურჩევს როგორც გამხსნელ საშუალებას 0,5 გრამის რაოდენობით დღეში სამჯერ. სპირტით გამოწვანილილ ერთ სუფრის კოვზს (6გ) ერთ ჭიქა ნადუღარ წყალზე. ამ ნარევს სუფრის კოვზით იღებენ დღეში სამჯერ ნახველის ამოღების გასაადვილებლად.

ა. კ. ფირმანიანის მონაცემებით აღნიშნულია დადებითი მოქმედება ჰიპერტონიული დაავადების დროს. საამისოდ ფესვის 10%-იან სპირტზე ნაყენს 30 წვეთს ან 25%-იან წყალზე ნაყენს სუფრის კოვზით დღეში სამჯერ იღებენ 3-4 კვირის განმავლობაში.

ვ. გორეცკი და ვილკი აგრეთვე წყალმანკის დროს რეკომენდაციას უწევენ ლეშურას ფესვისაგან გამოწვანილი ნენის გამოყენებას 4-8 გრ-ის (1-1¹/₃ ჩაის კოვზი) წყალში განზავებით 1-2-ჯერ დღეში (მაგრამ არაუმეტეს 10 გრამისა ერთ ჯერზე მიღებისას). მათ მიერვე რეკომენდებულია ფესვის ღვინოზე ნაყენიც (30 გრ ფესვი 700 გრ ნატურალურ კარგ ღვინოზე) სუფრის კოვზით დღეში რამოდენიმეჯერ. ამ უკანასკნელს ისინი ძლიერ შარდმდენად მიიჩნევენ.

ხალხში ლეშურას ფესვს კანის მუქი ლაქებისაგან, მეჭეჭებისა და გამონაყარისგან გასაწმენდ და სიმსივნეთა დამარბილებელ, აგრეთვე სისხლჩაქცევების საწინააღმდეგო საშუალებადაც მიიჩნევენ. ანალოგიურად იყენებენ ნითელნაყოფა ლეშურასაც.

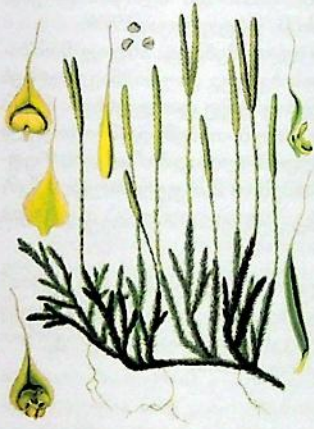
ო. ს. რაფბინის (1962) მიხედვით ტკივილგამაყუჩებელ საშუალებად ლეშურას ფესვი განსაკუთრებით ფართოდ გამოიყენება ნიკრისის ქარის, რევმატული პოლიართრიტისა და ნეკნთაშორისი ნევრალგიის დროს. ექსპერიმენტული მონაცემებით ლეშურას გლიკოზიდები ტკივილგამაყუჩებელი თვისებისაა. გარდა ამისა მათი გამოყენება კუნთების ტონიზირებასა და სისხლის წნევის მომატებას იწვევს. ბრიონინმემცველი პრეპარატის დიდი დოზით მიღება იწვევს მონამვლას, რაც გამოიხატება პირღებინებაში, სისხლნარევი ფაღარათიანობასა და მუცლის არის აშკარა ტკივილებში. შემდგომში კი კრუნჩხვები და ცენტრალური ნერვული სისტემის დამბლა ვითარდება.

1:1000 განზავებული ლეშურას ფესვის ახალი ნაყენი შედის პრეპარატ აკოფიტის შემადგენლობა-

ში, რომელსაც შესაზღვრად იყენებენ იზიასის, რადიკულიტისა და რევმატიზმის სამკურნალოდ (ა. ფ. გაგმერმანი, ი. ი. გრომი, 1976). ყოველივე თქმული ლეშურას სამკურნალოდ გამოყენებისადმი ფრთხილ მიდგომას მოითხოვს, უმჯობესია იგი ამ მიზნით არ გამოვიყენოთ ექიმის რჩევისა და მისი უშუალო მეთვალყურეობის გარეშე.

მოსახლეობის დიდი ნაწილი ლეშურასა და ძაღლის სატაცურს ერთმანეთისაგან ვერ არჩევს და ერთნაირად იყენებს, თუმცა ზოგი დაავადების შემთხვევაში მათი ქმედითუნარიანობა თითქმის იდენტურია, მაგრამ ორივე მცენარე შხამიანია და ექიმის გარეშე არ უნდა გამოვიყენოთ.

ლიკოპოდიუმი - LYCOPODIUM CLAVATUM L.



ლიკოპოდიუმისებრთა ოჯახში შედის. ფრიად თავისებური გარეგნობის მცენარეა. მას ახასიათებს წვრილი და გრძელი ლეროები, რომელთაც ბანჯგვლიანი შესახედაობა აქვთ მრავალრიცხოვანი წვრილი და ხშირი ფოთლების გამო. ლერო მინაზეა გართხმული თავისი მოკლე ტოტებითურთ, რომელიც გრძელ მწვანე თოკს მოგვაგონებს. ზოგჯერ მისი სიგრძე რამოდენიმე მეტრამდე აღწევს. ერთის შეხედვით მთელი ეს მწვანე «თოკი» მინაზე თავისუფლად დევს, მაგრამ თუ ხელის შეხებით ავწევთ, მაშინვე დავრწმუნდებით, რომ ლერო თავისუფლად კი არ დევს მინაზე, არამედ ალაგ-ალაგ მინაზეა მიმაგრებული თავისი ფესვებით. მარადმწვანე მცენარეა, ერთნაირად ხასხასა მწვანეა როგორც ნედლ, ასევე ხმელ მდგომარეობაშიც, ამიტომაც ხალისით იყენებენ ყვავილწნულებისათვის (გირლიანდებისათვის).

ლეროს აქა-იქ ამოუდის განსაკუთრებული მოგრძო ტოტები, რომელიც ვინრო ცილინდრული თავთავისებრი წარმონაქმნით მთავრდება, თითოეულ ტოტზე მათი რაოდენობა 2-5 ცალის ფარგლებში მერყეობს, ამ თავთავებში უამრავი სპორები მწიფდება და ზაფხულის

ბოლოს ყვითელი მტვრის სახით გამოიბნევა ხოლმე.

სპორები ძალიან ადვილად აალებად მასალას წარმოადგენს, თითქმის თოფის წამლისებურად აალებადია. ანთებულ ასანთზე სპორების დაყრით უცხად მიიღება კაშკაშა საკმაოდ მაღალი ალი, ეს თვისება გამოყენებულია მეტალურგიაში ფრიად გლუვზედაპირიანი სხმულის მისაღებად. ყალიბს, რომელშიც მეტალი უნდა ჩამოისხას, კედლებზე და ფსკერზე ლიკოპოდიუმის სპორებს აფრქვევენ. გამდნარი მეტალის შეხებისთანავე სპორები ფეთქდება და იწვის, ამ დროს ყალიბის კედლებსა და მეტალს შორის წამის მერამდენიმე ნაწილში ჰაერის შრე ჩნდება იმ გაზებისაგან, რომელიც სპორების წვის პროცესში გამოიყო, რაც მეტალს ყალიბის კედელზე მიკერის საშუალებას არ აძლევს, ამიტომ გაცივების შემდეგ ფრიად გლუვია და ყალიბიდან ადვილად ამოდის.

ამ მცენარის ფოთლები მოყვანილობით ხაზურია, 1-2 სმ სიგრძის წვერზე წვრილი თეთრი წვეტი. იზრდება მთის შუა და ზედა სარტყელში ალპურ მდელოებამდე წიწვოვან ტყეებში, ტყეთაშორის ველობებზე, მდელოებზე, გვხვდება ფოთლოვან ტყეებსა და ბუჩქნარებშიც. ლეროები ქსოვილებს ლურჯ ფერად ღებავს.

ლიკოპოდიუმის სპორებს ბავშვთა პრაქტიკაში იყენებენ პუდრის სახით კანის ანთებად და გამონაყარ კერებზე შესაფრქვევად (ს. ე. ზემლინსკი).

ხალხური მედიცინა ლიკოპოდიუმის სპორებს და თვით ბალახსაც იყენებს, როგორც გამხსნელ და შარდმდენ საშუალებას თირკმლების, საშარდე ბუშტის, ლეიძლის, ნალვლის ბუშტის და სასუნთქი გზების დაავადების დროს, სვამენ თითო სუფრის კოვზ ნახარშს ყოველ საათში (1 სუფრის კოვზი სპორები ან 10 გ ლიკოპოდიუმის ბალახი 1 ჭიქა წყალზე). ზოგჯერ სპორებს აყრიან ჭრილობაზე. ბალახის ნაყენით მკურნალობენ გრიპსა და ნივთიერებათა ცვლის მოშლის შემთხვევაში (ვ. გ. მინაევა, 1970).

ლიკოპოდიუმის სპორების ნახარშს სვამენ საშარდე ბუშტის არეში ტკივილების, მისი მწვანე ანთების, თირკმლისა და საშარდე ბუშტის კენჭოვანი დაავადების, აგრეთვე საშარდე ბუშტის სპაზმების დროს. იღებენ 2 სუფრის კოვზ სპორებს 2 ჭიქა ცივ წყალზე, ადულებენ 15 წუთს, დუღილის დროს ხშირად ურევენ კოვზით. სვამენ თითო სუფრის კოვზს სპორებთან ერთად ყოველ საათში ერთხელ. სპორების უქონლობის შემთხვევაში სვამენ ლიკოპოდიუმის ბალახის ნახარშს 20-30 გრამის (ერთი სირჩა) რაოდენობით ყოველ ერთ საათში (30-40 გრ ბალახი 1 ლ წყალზე). პატარა ჭრილობებიდან სისხლდენის შესაჩერებლად ლიკოპოდიუმის სპორებს იყრიან ჭრილობაზე (მ. ა. და ი. მ. ნოსალები, 1960).

ბულგარეთში ლიკოპოდიუმის ბალახი რეკომენდებულია როგორც ტკივილგამაყუჩებელი და დამანერებელი საშუალება რევმატული, ნერვული დაავადებების, თირკმლების და საჭმლის მომნელებელი სისტემის ფუნქციების დარღვევის, აგრეთვე ჭვალეების დროს. უნიშნავენ წყალზე ნაყენს: 1 ჩაის კოვზი წერილად დაჭრილი ბალახი 2 ჭიქა მდულარე წყალზე (ერთი დღის დოზა). სპორებს სველ ეგზემურ კერებზე აყრიან (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

აქ დახასიათებული ლიკოპოდიუმის შემცველად გამოიყენება *lycopodium annotinum* L.-იც, რომელიც ჩვენში უფრო ფართოდაა გავრცელებული.

ლიკოპოდიუმის სხვა სახეობის *lycopodium selago*-ს მიწისზედა ნაწილებს იყენებენ 5 პროცენტთან გამონახარშის სახით ქრონიკული ალკოგოლიზმის საწინააღმდეგოდ. იგი იწვევს ხასიათის საერთო მდგომარეობის დამძიმებას, ძლიერ (5-8 ჯერად) პირღებინებას, ოფლიანობას, ტანის მუსკულატურის ფიბრილიზაციას, არტერიალური წნევის დაწევის არითმიას, სუნთქვის გაიშვიათებას. გულსრევა ძლიერდება ალკოჰოლის მიღებით ან თამბაქოს მოწვეით. ნახარშის ძლიერი ტოქსიკურობის გამო ავადმყოფს მკურნალობენ სპეციალურ დანესებულებებში (ა. დ. ტუროვა, 1974).

ალკოჰოლისტს აძლევენ ნახარშს ბოლო ალკოჰოლის მიღებიდან 4 დღის შემდეგ. ახლად მომზადებულ გამონახარშს 80-100 მლ დოზით აძლევენ დასაღვეად, 3-15 წუთის შემდეგ კი უნიშნავენ არაყს ან ღვინოს. იმავე დროს აყნოსვინებენ იმ ალკოჰოლურ სასმელს, რომელიც უკვე დააღვინეს. 10-15 წუთის შემდეგ ავადმყოფს პირღებინება ეწყება, ზოგჯერ 1-3 საათის მოგვიანებით. შემდგომში ყოველი პირღებინების შემდეგ განმეორებით აძლევენ ალკოჰოლს. ეს იწვევს ალკოჰოლისადმი ზიზღის რეფლექსის გამომუშავებას, რაც მონახარშის და ალკოჰოლის აღწერილი შეხამებით 2-3-ჯერ მიღების შემდეგ უვითარდება. განმეორებით მკურნალობას $\frac{1}{2}$ - 1-2 წლის შემდეგ ახდენენ, ეს იმ შემთხვევაში, თუ გამოვლინდა ალკოჰოლისადმი წინადადებული დიდი ლტოლვა.

გამონახარშს შემდეგნაირად ამზადებენ: 10 გრ დაქუცმაცებული ლიკოპოდიუმის ბალახს ჰყრიან მინის კოლბაში, ასხამენ 200 მლ წყალს და 10 წუთს ადუღებენ ნელ ცეცხლზე, ცაცივების შემდეგ კიდევ 200 მლ წინასწარ ანადულარ და გაგრილებულ წყალს უმატებენ, ფილტრავენ (ბალახსაც ხელმოჭერთ წურავენ) და მაცივარში ინახავენ არაუმეტეს ორი დღე-ღამისა (ა. დ. ტუროვა, 1974).

ლობიო – PHASEOLUS VULGARIS Savi.



პარკოსანთა ოჯახის ფართოდ ცნობილი კულტივირებული მცენარეა. მას გააჩნია როგორც ხვიარა, ასევე ჯუჯა არამხვიარა ფორმები.

სამკურნალოდ ჯუჯა (არამხვიარა) ლობიოს ჩენჩო (პარკები უმარცვლოდ) გამოიყენება. მის წყალზე ნაყენს სვამენ რევმატიზმების დროს და როგორც შარდმდენ საშუალებას თირკმლების დაავადებებისას.

მიჩნეულია, რომ ლობიოს ჩენჩოსა და ჩვეულებრივი მოცვის ფოთლების ნარევის წყალზე ნაყენი ჰკურნავს კუჭქვეშა ჯირკვალს, ხანდაზმულ ადამიანებს კი შველის დიაბეტის დროს.

თირკმლების ანთების დროს ლობიოს ჩენჩო და სიმინდის „ულვაში“ ხშირი კომპონენტებია ნაირგვარი ნარევებისა (მ. ა. ნოსალი, ი. მ. ნოსალი, 1960).

ჩენჩოს ან ხმელი ყვავილების წყალზე ნაყენს იყენებენ თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის დაავადების, აგრეთვე გულსისხლძარღვთა სისტემის დაავადების (ჰიპერტონია, გულის სისუსტე შეშუპებებით), შაქრიანი დიაბეტისა და ნიკრისის ქარის მკურნალობაში (ე. ბლოხი, 1973; პ. ს. ჩიკოვი და თანაავტორები, 1976).

ნალვლის ბუშტისა და თირკმლების კენჭოვანი დაავადების შემთხვევებში რეკომენდებულია 1:10 ან 1:50 კონცენტრაციის ლობიოს ყვავილების წყალზე ნაყენი (20 გრ-ს 200 მლ წყალზე აყენებენ როგორც ჩაის). სვამენ ნახევარ ჭიქას დღეში 3-5-ჯერ ჭამამდე.

სველი ეგზემის კერებზე ლობიოს გამხმარი პარკის ფხვნილს აფრქვევენ. ამავე მიზნით იყენებენ დამწვრობის, ჩირქოვანი მუნუქების, წითელი ქარის დროს.

კუჭის გასამაგრებელ საშუალებად ითვლება ლობიოს ფქვილისაგან მომზადებული შეჭამანდი, ამავე მიზნით იყენებენ ლობიოს წენიან კერძს.

გერმანულ ხალხურ მედიცინაში მომნიშვნის ფაზაში მყოფი პარკების, ღეროების (ბარდის), ლობიოს მარცვლების ხმელი კანის ნახარში, ეფექტურ საშუალებადაა მიჩნეული წყალმანკის, ეპ-

ილეფსის, შაქრიანი დიაბეტისა და თირკმლების დაავადების დროს (კ. კანტი, 1913).

ა. პ. პობოვის (1974) ცნობით სამკურნალო მიზნით პარკებს გახმობამდე აგროვებენ (ასეთი პარკები საუკეთესო თერაპიურ ეფექტს იძლევა). პარკების წყალზე ნაყენს (ერთ სუფრის კოვზ წვრილად დაჭრილ პარკებს 2 ან 2,5 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ). ნახევარ ჭიქას სვამენ დღეში 3-4-ჯერ რეჟიმიზმის სამკურნალოდ და როგორც შარდდამდენს შემუშუბების დროს, განსაკუთრებით როდესაც შემუშუბა თირკმლების მიზეზითაა გამოწვეული.

შაქრიანი დიაბეტის დროს განსაკუთრებით ეფექტურია ლობიოს პარკების, ჩვეულებრივი მოცვის, სელის მარცვლებისა და შვრიის ბზის ნარევი. ლობიოს პარკებისა და ჩვეულებრივი მოცვის ფოთლები სასარგებლოა კუჭქვეშა ჯირკვლის მკურნალობაში.

გამოყენების წესები- რთული ნახარში დიაბეტის დროს: ორი ნაწილი ლობიოს პარკები, ორი ნაწილი ჩვეულებრივი მოცვის ფოთლები, ორი ნაწილი შვრიის ბზე (წვრილად დაჭრილი მინისზედა ნაწილები) და ერთი ნაწილი სელის თესლი. ამ ნარევიდან იღებენ 3 სუფრის კოვზ ნედლეულს და 3 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ, ადუღებენ 20 წუთს. სვამენ 3 სუფრის კოვზ ნაყენს დღეში სამჯერ.

მარტივი ნახარში: ლობიოს პარკები 15 გრ 200 მლ წყალზე. სვამენ 2 სუფრის კოვზ ნაყენს დღეში სამჯერ.

სამკურნალოდ ამჯობინებენ ჯუჯა ფორმის ლობიოს პარკებს (მას ხალხში უწოდებენ ან მინდვრის ლობიოს ეძახიან).

მუხამედ ხუსეინ შერაზის (XVIII საუკუნე) ცნობით შარდმდენია ლობიოს მარცვლის კანი და არა პარკი (ი. ნურალიევი, 1989). იმისათვის, რომ ლობიომ ნაწლავებში გაზების დაგროვება არ გამოიწვიოს, იბნ სინას რეკომენდაციით საჭიროა ლობიოს კერძი შეიკაზმოს მდოგვით, წინაკით ან ძმრით.

დადგენილია, რომ ჩენჩოსაგან მომზადებული თხევადი და მშრალი ექსტრაქტები 30-40%-ით დაბლა სწევენ შაქრის კონცენტრაციას ელემენტარული ჰიპერგლიკემიან ბაჭიებში (ე. ი. ლიხტენშტეინი და თანაავტორები, 1948), (ციტირებულია ი. ნურალიევის, 1989, მიხედვით). შაქარდამწვეი თვისება დამტკიცებულია კლინიკურადაც.

ლობიოს პარკების წყალზე ნაყენის ან ექსტრაქტის მიღება ავადმყოფთა სისხლში 6-8 საათის განმავლობაში შაქრის კონცენტრაციის შემცირებას იწვევს (ლ. ი. სკლიარევესკი, 1975). ამ მიზნით რეკომენდებულია 1:10 კონცენტრაციის ახლად მომზადებული წყალზე ნაყენის მიღება.

მომზადების წესი: 2 სუფრის კოვზ წვრილად დაჭრილ პარკებს (ჩენჩოს) 300 მლ წყალს ასხამენ, 15 წუთს ადუღებენ. სვამენ 1-2 სუფრის კოვზ ნაყენს დღეში 4-5 ჯერ ჭამის წინ.

ცნობილია ნაყენის მომზადების ასეთი წესიც: 40 გრ ჩენჩოს (წვრილად დაჭრილს) 2 ჭიქა (400 მლ) წყალს ასხამენ. მას თავდახურული ჭურჭლით უფრო დიდი ზომის წყლიან ჭურჭელში ათავსებენ და 40-60 წუთს ადუღებენ. სვამენ 1-2 სუფრის კოვზ ნაყენს დღეში 3-4-ჯერ ჭამის წინ.

ლურჯი ანუ სფერული მკვალეობი - EUCALYPTUS GLOBULUS LABILL. LO.



მირტიცებრთა ოჯახში შედის. სწრაფადმზარდი მარადმწვანე 50-70 (100) მ სიმაღლის ხეა მძლავრი ფესვთა სისტემითა და მკვირივი მერქნით. ლეროსა და ტოტების ქერქი მოთეთრო-რუხიან(ნაცრისფერი), რომელიც გრძელ ფილებად ძვრება ყოველწლიურად. ყლორტები ოთხწიბოიანია და ისე, როგორც ფოთლები, ნაცრისფერი ნაფიფქითაა დაფარული. მისთვის დამახასიათებელია ჰუტეროფილია (ნაირფოთლიანობა). ყლორტებისა და ძირკვის ახალგაზრდა ამონაყარის ფოთლები მჯდომარეა. ხშირად ძირით ყლორტზე შემოხვეული, ფორმით კვერცხისებრია გულისებრი ფუძით ან განიერლანცეტისებრია და ერთიმეორის მოპირისპირედაა განლაგებული. უფრო ხნიერი ხის მუქი მწვანე, ჩამოკიდებულ მდგომარეობაში მყოფი, ნამგლისებრ მოხრილი ლანცეტა, კიდემთლიანი გრძელყუნწა ფოთლები ტოტებზე მორიგეობითაა განლაგებული.

ყვავილები სათითაოდ ფოთლების ილღიებშია გაბნეული, იშვიათად წყვილად ზის ან მოკლეყუნწიანია. ყვავის ზამთარში ან ადრე გაზაფხულზე. კოლოფა ნაყოფი ნახევრად სფერულია და წახნაგოვანი. ბუნებრივად გავრცელებულია ავსტრალიასა და კუნძულ ტასმანიაზე. კულტივირებულია შავი ზღვის სანაპირო ზოლში უმთავრესად აჭარასა და აფხაზეთში.

სამეურნეო გამოყენება მერქნის გარდა ქერქსაც აქვს, რომელიც მთრიმლავ ნივთიერებებს მუხას-

თან შედარებით გაცილებით უფრო მეტს შეიცავს. ყველაზე დიდი რაოდენობით მთრიმლავ ნივთიერებებს ევკალიპტის კანზე არსებულ „კინოს“ სახელწოდებით ცნობილი სპეციფიკური გამონაყოფი შეიცავს (73 პროცენტამდე). იგი დიდად ფასობს, როგორც ტყავის სათრიმლავი შესანიშნავი მასალა.

ნედლ ფოთლებში 0,73-1,26 პროცენტი ეთერზეთი მოიპოვება. ცინეოლის შემცველობის გამო ევკალიპტის ეთერზეთი საკმაოდ მაღალი ბაქტერიციდული აქტივობით გამოირჩევა და ამ მხრივ კარბოლის მჟავას აღემატება.

ცინეოლი დამლუპველად მოქმედებს დიფტერიის, მუცლის ტიფისა და სხვა დაავადებების გამომწვევ მიკრობებზე. ამიტომაც, რომ ევკალიპტების ნარგაობაში ჰაერი პათოგენური მიკრობებისაგან თითქმის სრულიად სტერილიზებულია.

ევკალიპტის ზეთი და ფოთლების ნაყენი ანტისეპტიკური თვისებების გამო ფართოდ გამოიყენება როგორც საინჰალაციო საშუალება სასუნთქი გზების დაავადების, ლარინგიტის, ტრაქეიტის, კატარული და ჩირქოვანი ბრონქიტის, აბსცესისა და ფილტვის განგრენის დროს, აგრეთვე ინფიცირებული ჭრილობების, კანზე გამონაყარისა და წყლულების მოსაბანად. ნაყენი კუჭ-ნაწლავის მწვავე დაავადებების დროს გამოიყენება, მასვე ხმარობენ კანის ზოგიერთი ჩირქოვანი დაავადებების სამკურნალოდ. დიდი გამოყენება აქვს ევკალიპტის ზეთს სხვადასხვა დაავადებების სამკურნალოდ (ი. ა. ალექსინა, 1962).

ბულგარეთის მედიცინის მონაცემების მიხედვით, ევკალიპტს მენტოლის მსგავსად ადგილობრივი მანესთიზირებელი, სისხლძარღვების შემავიწროებელი, ანთების საწინააღმდეგო და ნაწილობრივ ანტისეპტიკური თვისება გააჩნია. ევკალიპტის ფოთლები ცხელი ნაყენის სახით გამოიყენება (5 გრ ფოთლი ერთ ჭიქა წყალზე) ბრონქიტისა და ბრონქიალური ასთმის დროს. ამავე დაავადებების დროს უფრო ეფექტურად მოქმედებს ევკალიპტის ეთერზეთი ინჰალაციის წესით გამოყენებისას. მზესუმზირას ზეთში გახსნილი ეთერზეთი (2:100) კარგი საშუალებაა ცხვირის ლორწოვანი გარსის ანთებისას (ზეთს ისხამენ ცხვირის ნესტოებში გრიპისა და ასპირატორული დაავადების დროს); ევკალიპტის ეთერზეთი სხვა ეთერზეთებთან (სკიპიდარის, ქაფურის, ქაფურის სპირტთან და სხვა) ერთად ეფექტურად მოქმედებს გაცივებით გამოწვეული დაავადებების და რევმატიზმის წინააღმდეგ, იზულენ მტკივნეულ ადგილს (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოჩინოვი, 1968).

მაგნოლია - MAGNOLIA L.

საქართველოში (ბათუმის ბოტანიკურ ბაღში) მაგნოლიის გვარის 18 სახეობაა წარმოდგენილი, მათგან 4 სახეობა აშშ-ში და ჩინეთში ფართოდ გამოიყენება მედიცინაში, ესენია - შრომანისებრი, შიშველი მაგნოლია (*magnolia denudata* Desr.), ვირჯინის, ცისფერი მაგნოლია (*Magnolia virginiana* L. = *Magnolia glauca* L.), სამკურნალო მაგნოლია (*Magnolia officinalis* Rehd. et Wils.) და დიდყვავილა მაგნოლია (*Magnolia grandiflora* L.).

ფარმაცოლოგიაში იყენებენ მაგნოლიის ალკოჰოლურ ტინქტურებს და დეკოქტებს. ჩვენი კლიმატის პირობებში ინტროდუცირებული მაგნოლიები შეიცავენ მოქმედი ნივთიერებების სანყისს, რომელთაც ტონიკური და სამკურნალო თვისებები აქვთ. ეს თვისებები ხალხისათვის უძველესი დროიდან იყო უკვე ცნობილი, დარაც ყველაზე მნიშვნელოვანია, მიუხედავად ამერიკისა და ჩინეთის ტერიტორიული სიშორისა, მაგნოლიების ექსტრაქტი ერთი და იგივე დაავადებების სამკურნალოდ გამოიყენება. ეს სანყისი ნივთიერებარის მაგნოლიის ფესვებში, ქერქში, ყვავილებში, ფოთლებში, ნაყოფებში და თესლშიც კი.

შრომანასებრი, შიშველი მაგნოლია (*Magnolia denudata* Desr.)

სამშობლოში 15 მ-მდე სიმაღლისა და 9 მ-მდე ვარჯის გამწვანების, დაბლა დაშვებული, კარვისებრი ვარჯის მქონე ფოთლომცვენი, ნელადმოზარდი ხეა. ღერო იტოტება თითქმის ფუძიდან, ზოგჯერ იზრდება ბუჩქისებურად. ღეროს ქერქი ღია ნაცრისფერია, გლუვი, ყლორტები მუქი ყავისფერი მბრწყინავი ნათელი მრავალრიცხოვანი მქვეჭებით, ნორჩი ყლორტები მსუბუქადაა შებუსუსული, გენერაციული და ვეგეტაციური კვირტები დიდი ზომისაა. კენწრული კვირტები სიგრძით 2,5-3 სმ, სიგანეში 1-1,5 სმ, დაფარულია გრძელი მჭიდროდ მიკრული ბუსუსებით. ფოთლები უუკუკერცხისებრია კიდემთლიანი წვეროსკენ ნამახვილებული, ფუძისკენ შევიწროებული სიგრძეში 17 სმ-ია სიგანეში, ყველაზე ფართო ნაწილში 10-12 სმ-ია, ყუნწი 2-5 სმ-ია, ნორჩი ფოთლები ხშირად შებუსუსულია,



შემდეგ მიშვდება. ყვავილობს ფოთლების გაშლამდე - თებერვალში აპრილამდე, ნაყოფმსხმოიარობს სექტემბრის ბოლოს-ოქტომბერში. ცილინდრული ფორმის ფოთლურა. 1000 ცალი ახალშეგროვებული ნაყოფის მასა 10 კგ-ია, თესლი მონითალო, დიდი ზომის - 12-15 მმ სიგრძის და 9-11 მმ სიგანისაა. 1 კგ-ში 1500-მდე თესლია.

ამ სახეობის წარმომადგენელთა თესლებისა და ნაყოფების ნაყენი ჩინეთში გამოყენებულია საგულე საშუალებად, აგრეთვე ფილტვებისა და კატარალური ციებ-ცხელების დროს. პაციენტს მისაღებად ენიშნება მცენარეული ნახავი 7-14 დღის განმავლობაში. ზოგიერთ შემთხვევაში ნახავში გამოიყენება თაფლი, სპირტი, გამოხდილი წყალი. მკურნალობის პერიოდში ყოველად დაუშვებელია ძლიერმოქმედი ანტიბიოტიკების და სხვა სამკურნალო საშუალებების გამოყენება, რადგან ბუნებრივი მკურნალობის დროს ხდება ორგანიზმის მიერ გამომუშავებული იმუნიტეტის დაქვეითება, ფერხდება ორგანიზმში მიმდინარე განკურნებადი პროცესი. მკურნალობის პროცესის ვადაზე ადრე შეწყვეტის შემთხვევაში კი ორგანიზმში ხელახლა ვითარდება არასასურველი პროცესები.

რეცეპტი: 1 ჩაის კოვზ ფხვნილს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა გამოხდილ წყალს, აჩერებენ 6-8 საათის განმავლობაში, შემდეგ წურავენ. გამონაწვლილ ფხვნილს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს, 10 წუთის შემდეგ კვლავ წურავენ, უმატებენ 1 სუფრის კოვზ თაფლს. მიიღება 100 მლ 4-ჯერ დღეში, ჭამამდე.

ვირჯინიის, ცისფერი მაგნოლია (*Magnolia virginiana L. = Magnolia glauca L.*)

ამ მცენარის ქერქიდან, ნაყოფიდან ან თესლიდან მიღებული სპირტიანი ნაყენი ცნობილია „ვირჯინიის ქინას“ სახელწოდებით. მისი ტინქტურა არეგულირებს გულის მოქმედებას, გამოიყენება აგრეთვე ქრონიკული რევმატიზმით დაავადებულთა სამკურნალო საშუალებად. მას გააჩნია აგრეთვე მატონიზირებელი, მიკორიზისა და მალარიის საწინააღმდეგო თვისებები. ნედლი ფოთლებიდან მიღებული ეთერზეთები გამოიყენება თმის ცვენის საწინააღმდეგოდ. ქერქი უნდა შეგროვდეს ადრე გაზაფხულზე ნესტიან ამინდში. მცენარის ყველა ზემოთ დასახელებული ნაწილის გახმობა შეგროვებისთანავე უნდა მოხდეს, რასაც 2 კვირა სჭირდება. ნაყენის მოსამზადებლად ვიღებთ 50 გრ დაქუცმაცებულ ნაყოფს და 100 მლ არაყს. ნაყენი მზადდება მუქ მინის ბოთლში ოთახის ტემპერატურაზე 21 დღის განმავლობაში. მიიღება ყოველდღე 10 წვეთი 3-ჯერ დღეში. მკურნალობის ხანგრძლივობა არანაკლებ 3 კვირა.

სამკურნალო მაგნოლია (*Magnolia officinalis Rehd. et Wils.*)

სამკურნალოდ ითვლება ხის ქერქი, როგორც მატონიზირებელი კუჭის სპაზმური ტკივილების დროს, ბაქტერიოციდული, ჭიების საწინააღმდეგოდ.

რეცეპტი: ხის ქერქს აქუცმაცებენ ფხვნილის სახით მიღებამდე. 10 გრ ფხვნილს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს, 2 საათის შემდეგ გამონაწვლილს ლებულობენ შემდეგი დოზით: 1-2 სუფრის კოვზი 3-4-ჯერ დღეში 2 კვირის განმავლობაში, 10 დღიანი შესვენების შემდეგ მკურნალობის კურსი მეორდება.

დიდყვავილა მაგნოლია (*Magnolia grandiflora L.*)

ფოთლების ნაყენი ჰიპოტენზიული თვისებებისაა, მას აკავშირებენ ადრენალინის თვისებებთან. ის არეგულირებს ფერმენტის - ქოლინესტერაზას აქტიურობას. ფოთლები შეიცავენ ალკალოიდებს, რუტინს და სხვა ფლავინოიდებს. ალკალოიდი მაგნოლაამინი, მაგნოლინთან შედარებით ხუთმაგად უფრო ძლიერი ჰიპოტენზიური მოქმედებით ხასიათდება. დადებით გავლენას ახდენს გულის მოქმედებაზე, მაგრამ მალალი დოზით გამოყენების შემთხვევაში, რამდენიმე ხანში იწყებს სისტოლის შეჩერებას. განსაკუთრებით სასარგებლოა ჰიპერტონიული დაავადების ადრეულ სტადიაში. ფოთლების დამზადება ხდება მთელი ყვავილობის პერიოდში (მაისი-ოქტომბერი). ფესვიდან ჭრიან ყლორტებს ისე, რომ ძირითადი ვარჯის ტოტები შეინარჩუნონ. შემდეგ აგლეჯენ ფოთლებს, აპრობენ ჩრდილში ან საშრობ ლუმელში არაუმეტეს 60° C ტემპერატურაზე. გამშრალი ფოთლები ინახება მშრალ, კარგ ვენტილიაციის პირობებში. შენახვის ვადა 4 წელია. ფოთლების ნაყენი სპირტზე მიიღება 3-ჯერ დღეში 20-30 წვეთი. სხვადასხვა სამკურნალო ნივთიერებებს შეიცავენ აგრეთვე მაგნოლიის ქერქი, თესლი და ფესვები. მკურნალობის კურსი 3-4 კვირანია. ფესვები გროვდება ადრე გაზაფხულზე ან გვიან შემოდგომაზე. შეგროვებული ფესვები კარგად უნდა გაირეცხოს, მსხვილი ფესვები დაიჭრას და შემდეგ უნდა მოხდეს გახმობა, ჯერ მშრალ ჰაერზე, ჩრდილში, შემდეგ მზეზე ან ლუმელში. ხმელი ფესვები ინახება მშრალ ადგილას, კარგი ვენტილიაციის პირობებში. სამკურნალო პრეპარატის ხარისხი მით უკეთესია, რაც უკეთაა გამხმარი.

აჭარის ზღვისპირა ზონაში ინტროდუცირებულ ჩვენს მიერ შესწავლილ გვარ-*Magnolia*-ს სამკურნალო სახეობებს მედიცინაში გამოყენების თვალსაზრისით შეიძლება საპატიო ადგილი მიეკუთვნოს და ფართოდ იქნას გამოყენებული თანამედროვე ფარმაკოლოგიაში. შესწავლილ მცენარეებს მათი აკლიმატიზაციის ხარისხის მიხედვით, შეიძლება რეკომენდაცია მივცეთ და მიზანშეწონილად ჩავთვალოთ აჭარის ზღვისპირეთში მათი ფართოდ გამოყენება. ბათუმის ბოტანიკური ბაღი ამის რეალურ ბაზას წარმოადგენს.

MAJALLO - MALUS ORIENTALIS UGLITZ.



ვარდისებრთა ოჯახში შედის. დაბალი, 10 მეტრამდე სიმაღლის ხეა, ყლორტები არცთუ იშვიათად ეკლებიანია. ტოტები გლუვი ნაცრისფერ-ქერქიანია, ერთნაირ ყლორტებზე კი კანი მოყავისფროა. ქერქი ღეროზე მუქი ნაცრისფერია, საკმაოდ ღრმად დახეთქილი, უფრო ხშირად ღეროს ქვედა ნაწილში, 5-6 სმ სიგრძისა და 2-3 სმ სიგანის ელიფსური, ან მომრგვალო, წვერში ნაშაბული და კიდებურსკებოლა, ახალგაზრდობაში ძლიერ შებუსხვილი (განსაკუთრებით ქვემოდან), ხანდაზმულობაში შიშველი, ზემოდან პრიალა ფოთლები ტოტებზე მორიგეობითაა განლაგებული.

ყვავილები დამოკლებულ ტოტებზე ფარისებრ ჯგუფებადაა შეკრებილი თეთრი ან მოვარდისფრო გვირგვინის ფურცლებით.

ცრუ ნაყოფი 3-5 სმ სიმახოსია, მრგვალი ან კვერცხისებრი, მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში. ყვავილობს მაის-ივნისში.

მრავლდება თესლით, ძირკვი იძლევა ამონაყარს. უფრო ხშირად მთის შუა და ქვედა სარტყლებშია გავრცელებული. ზღვის დონიდან 1500 მ სიმაღლეზე. გვხვდება როგორც ტყისპირებსა და ღია ადგილებში, ასევე წიფლისა და სხვა ფორმაციის კორომებში შენარევის

სახით. მართალია გარკვეულწილად სიმშრალეს იტანს, მაგრამ ნორმალურად ტენით უზრუნველყოფილ კარგად დრენირებულ ნოყიერ ნიადაგებზე იზრდება. სინათლის მოთხოვნი მცენარეა.

ნაყოფი 16 პროცენტ შაქრებს (ფრუქტოზას, გლუკოზას და სახაროზას), 2,4 პროცენტამდე ვაშლის, ლიმონის და სხვა მჟავებს, 3 პროცენტზე მეტ პექტინებს, C, B¹, D² ვიტამინებს, კაროტინს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, კალციუმს, ფოსფორს, რკინას და სხვა მაროლებს შეიცავს (ი. ა. გუბანოვი, და სხვები 1976). მაჟალოს ნაყოფი დიდი რაოდენობით მიდის ღვინის დასამზადებლად, მისგანვე კეთდება ნაირგვარი წვენები, სიროფი, ესენცია, ბურახი, მურაბა და ხილფაფა. საუცხოო მასალაა მარმელადის, ტყლაპის და სხვა ტკბილეულისათვის. მაჟალოსაგან კეთდება კისელი და კომპოტი.

სამკურნალოდ მაჟალოს ნაყოფები გამოიყენება. ამ მიზნით საერთოდ უპირატესობას ვაშლის კულტურულ ჯიშებს ანიჭებენ.

ნედლ მაჟალოს გააჩნია ორგანიზმის მომამაგრებელი თვისება და ამის გამო დიეტურ საშუალებად ითვლება, ფარდოდ გამოიყენება ავიტამინოზისა და კუჭის აშლილობის დროს, ნაყენი კი სისხლნაკლებობის დროს (ციტირებულია ს. ვ. სიდნევას, 1962 მიხედვით).

მაჟალოსაგან დამზადებული პრეპარატები მეცნიერულ მედიცინაში გამოიყენება სისხლმბადი ორგანოების მუშაობის გასაუმჯობესებლად (ანემიები) და იგი შედის მცირე ხასიათის გარეგანი სისხლის დენის შემაჩერებელ საშუალებათა შემადგენლობაში.

მარიამსაჰმელა - PEGANUM HARMALA L.



ორყურასებრთა ოჯახის მრავალღეროიანი, 20-70 სმ სიმაღლის ბალახოვანი მცენარეა. მოკლეყუნწიანი ძირამდე სამად გაყოფილი და თითოეული მათგანი კვლავ 2-3 ხაზურა ნაკეთიანი ფოთლები დატოტვილ ღეროებზე მორიგეობითაა განლაგებული, რომელთა ძირშია(სადგისისებრი თანაფოთლები ზის.

მთავარღერძიანი ფესვი სიგრძით ორ მეტრამდეა. შედარებით დიდი ზომის თეთრი ან მკრთალი ყვითელი ფერის ყვავილები ტოტების ბოლოებზე, ბუჩქის ზედა ნაწილშია გაბნეული, ჯამის ფოთლები (რომლებიც ნაყოფობის დროს ზედეე რჩება), თითქმის, ძირამდე ხუთადაა გაყოფილი წვეტიან ნაკეთებად. ყვავილის გვირგვინის ელიფსური ფორმის ფურცლებიც ხუთია.

ნაყოფი ზემოდან ოდნავ შეჭყლეტილი 6-10 მმ დიამეტრის ბურთისებრი სამბუდიანი და სამსაგდულიანი კოლოფაა. სამწახნაგოვანი ან პირამიდული თესლი მრავალრიცხოვანია.

იზრდება უმთავრესად ნათელი ტყის ზონისა და მთის შუა სარტყელის (1200 მ) ღია მშრალ, რუდერალურ ადგილებში, დასახლებული პუნქტების მახლობლად, განსაკუთრებით ხშირია ძოვებით გა-

დატვირთულ ველებზე. გვხვდება აჭარაში, იმერეთში, ქართლში, ქიზიყში, გარდაბანში, კახეთში და მესხეთში. განსაკუთრებით ბევრია ასპინძის რაიონში ავტოტრასის მიმდებარე მშრალ ველებზე.

მედიცინაში ძირითადად თესლები გამოიყენება ჰარმინის მისაღებად, ზოგჯერ, კი ფესვებიც. ალკალიოდი ჰარმინი გამოიყენება ექსტრაპირამიდული სისტემისა და ეპიდემიური ცენტრალის შედეგების სამკურნალოდ, აგრეთვე პარკინსონიზმის და მთრთოლვარე (მოცახცახე) დამბლის დროს. მისი ზემოქმედებით ავადმყოფთ უმჯობესდებათ ნებისმიერი მოძრაობანი, რომელიც უფრო სწრაფი და თავისუფალი ხდება. ექსპერიმენტებში ჰარმინი ცენტრალური ნერვული სისტემის აღზენებას ახდენს.

განსაკუთრებით მოქმედებს ტვინის ქერქის მამოძრავებელ ცენტრებზე, დაბლა სწევს წნევას, აუმჯობესებს სუნთქვას, ადუნებს კუჭ-ნაწლავის, საშვილოსნოსა და გულის კუნთებს, აფართოებს პერიფერიულ სისხლძარღვებს. დიდი დოზა იწვევს კრუნჩხვებს. ჰარმალინი ჰარმინზე ორჯერ უფრო ტოქსიკურია (ი. ს. ოგოლოვეცი, 1962).

ა. ხ. როლოვი (1908) ხაზს უსვამს მარიამსაკმელის თესლის ოფლმდენ, შარდმომგვრელ და ჭიხ-დამდენ თვისებებს. ძველად ბერძნები თვალის დაავადების სამკურნალოდ იყენებდნენ. მას აქვს მათრობელი და ძილისმომგვრელი თვისებაც. თურქეთში თესლების ნაყენს მსუბუქად დამათრობელი სასმელების მოსამზადებლად იყენებდნენ. თესლი 14-16%-მდე ზეთს შეიცავს, რომელიც სამღებრო საქმისა და განათებისათვის იხმარებოდა.

თესლს, აგრეთვე, გაუხუნებელ წითელფრად შეღებვისათვის იყენებდნენ საფეიქრო წარმოებაში. მისგან თურქეთსა და ყირიმში წითელ მელანსაც ამზადებდნენ.

მარიამსაკმელა ოდითავანე ცნობილი შხამიანი მცენარეა, თესლში ალკალიოიდების რაოდენობა 5%-მდე აღწევს, რომელთა ერთი მესამედიც ჰარმინზე მოდის, მასვე შეიცავს ფესვებიც.

ფოთლებსა და ღეროში არსებული ალკალიოდი პეგანინი ნერვული დაავადებების: მიოპათიისა და მიასტენიის სამკურნალოდ, აგრეთვე საფალარათო საშუალებად გამოიყენება.

ხალხური მედიცინა მარიამსაკმელას უფრო ფართოდ იყენებს. ბალახის ნაყენით წარმატებით მკურნალობენ საქონლის, განსაკუთრებით აქლემების მუნს.

მცენარეს ინსექტიციდური თვისებები გააჩნია და წარმატებით იყენებენ სასოფლო-სამეურნეო კულტურების მავნე მწერების წინააღმდეგ.

ძლიერი ტოქსიკურობის გამო მარიამსაკმელის სამკურნალოდ გამოიყენება მხოლოდ და მხოლოდ ექიმის რჩევით დაიშვება.

მარმუჭი- ALCHEMILLA VULGARIS L.

ვარდისებრთა ოჯახის 10-30 სმ სიმაღლის მინაზე გართხმული, მაგრამ კენწეროსაკენ რკალივით ზეაღმართულეროებიანი მრავალწლოვანი ბალახია. გრძელყუნწიანი ქვედა ფოთლები დანაკეთული და გარშემოწერილობის მიხედვით თირკმლისებრია. მათი კიდები დაკბილულია. ღეროს ფოთლები მოკლეყუნწიანი ან მჯდომარეა. ფოთლების როგორც ზედა, ასევე ქვედა მხარე შებუსხილია. ყვითელ-მომწვანო ყვავილები დიდი რაოდენობით ცრუ ქოლგებადაა შეკრებილი, რომელთაც ყვავილის გვირგვინი არ გააჩნიათ. ყვავილის ჯამი 4 ფოთლიანია. ყვავილების უმეტესობა მდებარეობითია.

მცენარის გემო ზოგჯერ მწარეა, უმეტესად კი მწკარტეა სუსტი ბალზამური სურნელებით. მთებში ფართოდ გავრცელებული ბალახია. იზრდება მდელოებზე, მეჩხერ სუბალპურ ტყეებში, ტყისპირებში, საძოვრებზე.

სამკურნალოდ ამ ბალახის მინისზედა ნაწილებს იყენებენ აყვავებულ მდგომარეობაში, როგორც შემკვრელ, ამოსახველებელ და ნივთიერებათა ცვლის გამაუმჯობესებელ საშუალებას.

ხალხური მედიცინა მარმუჭს იყენებს მონელების პროცესების დარღვევის, ნაწლავებში გაზების დაგროვებისა და დაქვეითებული პერისტალტიკის შემთხვევებში, სასუნთქი გზების კატარის (როგორც ამოსახველებელი) და ფილტვის ტუბერკულოზის დროს. ხალხს მიაჩნია, რომ იგი კავერნის შეხორცებას ხელს უწყობს.

დასაღვეად მარმუჭის ღვინოზე ნახარშს ამზადებენ: 30 გრ ბალახი 1 ლ ღვინოზე; მას განსაკუთრებით იყენებენ ფილტვის კავერნისა და ფალარათიანობის შემთხვევებში. სვამენ 3-5 სირჩას (სირჩა 30-40 გრამია) დღის განმავლობაში (მ. ა. ნოსალი, ი. მ. ნოსალი, 1960). ამავე ავტორთა მიხედვით გაჭიანურებული ფალარათიანობის შეჩერება შესაძლებელია შემდეგი ბალახნარევის წითელ ღვინოზე მომზადებით.

დებული ნახარშის მიღებით: მარმუჭი, მამულას ტოტები, ტუბტის ფესვები, ყველა მათგანს იღებენ თანაბარი რაოდენობით. ამ ნარევიდან აღებულ 30 გრ მასას 1 ლ წითელ ლენოს ასხამენ და ნახარშს ამზადებენ. უზმოზე ცხელ ნახარშს სვამენ ნახევარ ჭიქას, დანარჩენ ნახარშს 4 ნაწილად ჰყოფენ და ცხელ მდგომარეობაში სვამენ ყოველი ჭამის შემდეგ 1 საათის დაყოვნებით.

სამარდე ბუშტის ანთების შემთხვევაში რეკომენდებულია შემდეგი ბალახნარევის ნახარშის მიღება: ფარსმანდუკი 2 სუფრის კოვზი, მარმუჭი 1 სუფრის კოვზი, კოთხოჯი (ფესვურა) - 1 სუფრის კოვზი, არყის კვირტები - 2 სუფრის კოვზი, დათვისკენკრის ფოთლები - 2 სუფრის კოვზი. ამ ნარევიდან 2 სუფრის კოვზ მასას იღებენ. 2,5 ჭიქა ცივ წყალს ასხამენ და 5-7 წუთს ადუღებენ. ნახევარი საათის შემდეგ წურავენ. მთელ ამ ნახარშს ერთი დღის განმავლობაში 4 ჯერზე სვამენ.

ბულგარეთის მედიცინაში მარმუჭს იყენებენ ქალებში თეთრად შლის შემთხვევაში და ჭრილობების სამკურნალოდ. ჭრილობების სამკურნალოდ გამოიყენება ჩვენშიაც (რაჭაში, მესხეთში).

ბულგარეთში მარმუჭის ცხელი ნახარშით საშვილოსნოს ყელის გამორეცხვას ურჩევენ ქალებს უხვი მენსტრუაციის დროს. ნახარშის კომპრესებს ურჩევენ თვალების ანთების შემთხვევაში, ცხვირის გამოსარეცხად სურდოსა და ცხვირიდან სისხლდენის შესაჩერებლად. დასალევად 2 ჩაის კოვზ მარმუჭს ერთ ჭიქა წყალს ასხამენ და ამ ნაყენს სვამენ ფალარათისა და კუჭში ჩხვლეტების შეგრძნების დროს (იორდანოვი და თანაავტორები, 1968).

მარწყვი - FRAGARIA VESCA L.



ვარდისებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. მარწყვი 5-20 (30) სმ სიმაღლის მრავლწლიანი ბალახია. ფესვურიდან ერთი ან რამოდენიმე ღერო ამოდის. სამყურა, გრძელყუნწიანი ფოთლები ღეროს ძირშია დაჯგუფებული. ფოთლების ფოთოლაკები ზემოდან მუქი მწვანეა, ქვემოდან კი ბაცი მწვანე მონაცრისფრო ელფერი.

ყვავილები ფარისებრადაა შეკრებილი კენწრულ ნაწილში. ყვავის თეთრი ყვავილებით მაის-ივნისში. ნაყოფი ივნის-ივლისში მწიფდება. იგი დიდი რაოდენობით გვხვდება დაბალი სიხშირის ტყეებში, განსაკუთრებით ნაძვნარებსა და სოჭნარებში, წიფლნარებში, ტყეებში არსებულ მცირეფართობიან მდელოებზე და ტყისპირებში.

მარწყვი უხვ ლალისმომცემ თაფლოვან მცენარედაა აღიარებული. სამკურნალოდ გამოიყენება ნაყოფი და ღერო-ფოთლებიც. აგროვებენ ივნის-ივლისში.

მარწყვის ფოთლების ნახარშს ხმარობენ პირში გამოსავლებად პირის ღრუში ცუდი სუნის მოსასობად, სვამენ კუჭ-ნაწლავის ანთების და ლამით ოფლიანობის დროს. აგრეთვე კუჭის აშლილობის სამკურნალოდ, შარდმდენად და მარილების დაგროვების საწინააღმდეგოდ.

ნახარშის მოსამზადებლად ერთ სუფრის კოვზ წვრილად დაჭრილ ხმელ ფოთლს ასხამენ ერთ ჭიქა წყალს და 15-20 წუთის განმავლობაში ადუღებენ ნელ ცეცხლზე. ამ დოზას იღებენ ერთი დღის განმავლობაში ნაწილ-ნაწილ რამოდენიმეჯერად.

ბულგარეთში ხალხური მედიცინა მარწყვის ფესვურისა და ფოთლების ნახარშს იყენებს ნაღვლის ბუშტის, თირკმლების და სამარდე ბუშტის კენჭოვანი დაავადებების წინააღმდეგ (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

მარწყვით (ნაყოფი) ხალხში მკურნალობენ ელენთას და გასტრიტს. ფესვურის და ფოთლების ნახარში გამოიყენება შარდმდენ საშუალებად.

ბოლო წლების კლინიკური შესწავლით მტკიცდება, რომ ფოთლების ნახარში დღეში ექვსჯერ მიღების შემთხვევაში (თითო ჯერზე 2-3 სუფრის კოვზი) დადებითად მოქმედებს ხორხის კიბოს დროს, მკურნალობის სხვა თანამედროვე მეთოდების გამოყენებასთან კავშირში (კ. პ. ბალიცკი, ა. პ. ვორონცოვა, ა. ი. კარპუხინა, 1966).

მ. ა. ნოსალის (1960) ცნობით, სოლიტერის მოსაცილებლად, ავადმყოფები ჭამდნენ ქაშაყს ხახვით და დიდი რაოდენობის მარწყვით. მარწყვს ყოველდღიურად ჭამდნენ თითქმის სამ კილოგრამამდე. ასეთი მკურნალობის შედეგად სოლიტერი ავადმყოფს სცილდება მთლიანად. მარწყვი კარგ შედეგებს იძლევა ჰიპერტონიის, შეკრულობის და ფალარათის დროს, ასევე გამოიყენება იგი ეგ ზემის საწინააღმდეგოდაც.

მატიტელა - POLYGONUM AVICULARE L.



მატიტელასებრთა ოჯახში შედის. ერთწლიანი მცენარეა მთავარდ-ერძა მცირედ დატოტვილი ფესვით. ფესვის ყელიდან მრავალი სუსტი წამონეული ან მინაზე გართხმული 30 სმ-მდე სიმაღლის ღერო იზრდება. წაგრძელებული ან წაგრძელებულანცეტა ბლაგვწვერიანი, 1,5-2 სმ სიგრძისა და 0,4 სმ სიგანის ფოთლები ღეროებზე მორიგეობითაა განწყობილი. მწვანე ყვავილების ყვავილთანები თეთრი ან წითლარ-შიანია, ამიტომ რიგ შემთხვევებში ისეთი შთაბეჭდილება იქმნება, რომ წითელი ყვავილებით ყვავის. ყვავილები 1-5 ცალის რაოდენობით გაბ-ნეულია ფოთლების ილღიებში. ნაყოფი სამწახნაგოვანია, შავი, იშვიათი წაბლისფერი, რომლის სიგრძეც 2-3 მმ-ს შეადგენს. ყვავის ივნისიდან დანყებულ მთელი ზაფხულის განმავლობაში. ძალიან ადვილად მრავ-ლდება თესლით.

ერთ-ერთი ძალიან ფართოდ გავრცელებული მცენარეა მთელს სა-ქართველოში გზების პირას, საცხოვრებელი ბინების შემოგარენში, საძ-ოვრებზე, მდინარეთა სანაპიროებზე, მეჩხერ ტყეებში და ბუჩქნარებში. ადვილად იტანს გათელვას, ამიტომ კარგად იზრდება გზა-ბილიკების პირას და ეზოებში.

მატიტელა შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს, შაქარს, ფისებს, ფლაონურ გლიკოზიდ ავიკუ-ლარინს, ეთერზეთსა და ალკალოიდებს ძალიან მცირე რაოდენობით, ვიტამინებს C და K, კაროტინსა და დიდი რაოდენობით სილიციუმმჟავას. გარდა ამისა, მასში ნაპოვნია მიკროელემენტებიც: რკინა, მარგანეცი, სპილენძი, ვანადიუმი, კალციუმი, მაგნიუმი და ვერცხლი.

მატიტელას პრეპარატები სამეანო-გინეკოლოგიურ პრაქტიკაში საშვილოსნოდან სისხლდენის შე-მაჩერებელ საშუალებად გამოიყენება, მშობიარობის შემდგომ პერიოდში და აბორტის შემდეგ სისხლდენის შემთხვევაში. ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება შემკვრელ, შარდმდენ და სისხლისშემა-დებებელ საშუალებად.

ექსპერიმენტულად დადგენილია, რომ მატიტელას წყლითა და სპირტით გამონაწვლილი სისხლში ზრდის შედეგების უნარს, ამცირებს სისხლის წნევას, ადიდება ფილტვების სუნთქვით ამპლიტუდას და ვენტილაციურ გაცვლას, ახდენს საშვილოსნოს მუსკულატურის ტონიზებას და ზრდის დიურეზს (ვ. ნ. ვოროშილოვი, ე. ს. ზაბოლოტაია, 1962).

ჩინური მედიცინა მატიტელას სიცხის დამწვე, შარდმდენ და მატონიზებელ საშუალებად თვლის, გარდა ამისა რეკომენდებულია კანის ზოგიერთი დაავადების სამკურნალოდ (იბრაგიმოვი, იბრაგიმოვა, 1960). მ.ა. ნოსალის მიხედვით (1960) ხალხური მედიცინა მატიტელას იყენებს ყველა სახის ვასტრიტის სამკურნალოდ (ახილია და ჰიპერხილია). ჭრილობებზე იკეთებენ მატიტელას წვეწის სველ საფენებს, რომელიც ტკივილს აწყნარებს და გრანულაციას ხელს უწყობს.

ფილტვების ანთების, ძლიერი ბრონქიტის და პლევრიტის დროს ავადმყოფებს აძლევენ ჩაის შემ-დეგი ბალახების ნარევისაგან: ვირისტერფა 5 გრ, დიდგულას ყვავილები 5 გრ და მატიტელა 5 გრ.

კუჭის აშლილობისას მატიტელას ცხელ ნახარშს სვამენ შვიტასთან შერევით. მატიტელას ორ ნაწილს იღებენ, შვიტას კი ერთ ნაწილს; ხარშავენ მაგარ წითელ ღვინოში 3 წუთს და ცხელ მდგომარეო-ბაში სვამენ $\frac{1}{3}$ - $\frac{1}{2}$ ჭიქის რაოდენობით ყოველ 4 საათში ერთხელ.

კენჭოვანი დაავადებისას მატიტელა აქტიურად შლის კენჭებს, ქვიშად აქცევს და ასე გამოჰყოფს შარდთან ერთად. ასეთსავე შემთხვევებში გამოიყენება თანაბარი რაოდენობით ერთმანეთში შერეული შემდეგი ბალახების ნარევი: მატიტელა, სიმინდის „ულვაში“, „უენო“ ლობიოს პარკები, ქაფუნა და დათვის კენკრას ფოთლები. ერთ დღეში მისაღებად იღებენ 15 გრ ამ ნარევს 200 გრ მდულარე წყალზე. ასეთნაირად მომზადებულ ჩაის ერთი დღის განმავლობაში სვამენ ნაწილ-ნაწილ. მატიტელათი წარმა-ტებით მკურნალობენ არამარტო კუჭის, არამედ საშარდე ბუშტის კატარსაც.

ბულგარეთის მედიცინაში მატიტელა რეკომენდებულია, როგორც სისხლშემადებელი საშუალე-ბა კუჭში, საშვილოსნოსა და ნაწლავებში სისხლდენის დროს (კუჭის და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის, კუჭის აშლილობის და დიზენტერიის, კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის ლორწოვანი გარსის ანთებით შემთხვევებში), უნიშნავენ აგრეთვე თირკმლებში ქვიშისა და კენჭების არსებობის შემთხვევებში. ნედლ დანაყილ ბალახს ჭრილობებზე იღებენ შეხორცების დასაჩქარებლად.

დასალევად ხმარობენ ცხელ ნაყენს; 2-3 ჩაის კოვზ წვრილად დაჭრილ მატიტელას, უპირატესად ნედლს 2 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ, რაც ერთი დღე-ღამის დოზაა.

ბულგარეთის ხალხურ მედიცინაში მატიტელა რეკომენდებულია შარდმდენ საშუალებად თირკმ-

ლებსა და საშარდე ბუშტში კენჭისა და ქვიშის შემთხვევაში, კუჭსა და ნაწლავებში ტკივილების დასაწყინარებლად, კუჭის წყლულის, ბუხსილის, უხვისისხლიანი მენსტრუაციის, აგრეთვე კუჭის აშლილობის, დიზენტერიის და ქალებში თეთრად შლის შემთხვევებში.

თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის ანთების შემთხვევებში მათიტელას გამოყენება სანინალმდეგო ჩვენებით ხასიათდება და მისი მიღება დაუშვებელია, რადგან მათიტელაში არსებული სილიკატები თირკმლებს აღიზიანებს (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

მდგნალი - SALIX CAPREA L.



ტირიფისებრთა ოჯახში შედის. მდგნალი საქართველოს სხვადასხვა მხარეში ნაირგვარი სახელწოდებითაა ცნობილი. კახურად - ბატ-იჭუკა, მთიულურად და ხევსურულად - დგნალი და დგნარი, ფშავეურად - ფოხვი, აჭარულად - ციცალა, რაჭულად - ძენწნა, მეგრულად - ტუჯვარი, სვანურად - ბაგვრა და სხვა.

მდგნალი 15 მეტრამდე სიმაღლის ხეა ან მაღალი ბუჩქი. სუსტად შებუსვილი ყლორტები მომწვანო-ნაცრისფერკანინანია. უფრო ხანდაზმული ტოტების ქერქი მურა ან რუხი ფერისაა. კვერცხისებრი ან ელიფსური, 11-12 სმ სიგრძისა და 5-8 სმ სიგანის, კიდებდაკბილული, ზემოდან მუქი მწვანე, ქვემოდან ბუსუსიანი და ნაცრისფერი, წვერ-მობრეცილი, თირკმლისებრი წყვილი ფოთოლთანით, ფოთლები ტოტებზე მორიგეობითაა განლაგებული.

მდგნალი ერთბინიანი მცენარეა სქესგაყოფილი ყვავილებით, რომელნიც მჭადა თანაყვავილებადაა შეკრებილი. მამრობითი მჭადა მგდომარეა, ძირში პატარა ფოთლებით, მოხაზულობით კვერცხისებრი, 4 სმ-მდე სიგრძისა და 2 სმ-მდე დიამეტრის. მდედრობითი მჭადა ცილინდრულია 2 სმ-მდე სიგრძის, მოკლე ყუნწით, რომლის

ძირშიც ყვავილიანი ქერქლება განვითარებული.

მამრობითი მჭადა ყვითელია, მდედრობითი კი მოთეთრო. ადრე მოყვავილე მცენარეა. ყვავის ფოთლების გაშლამდე მარტ-აპრილში. ახასიათებს ძალიან უხვი თესლმსხმოიარობა. თესლი მაისში მწიფდება. მრავლდება თესლით და ძირკვები უხვ ამონაყარს იძლევა.

მდგნალს მონითალოგულიანი მერქანი ახასიათებს მოთეთრო ცილით. პარადოქსალურია, მაგრამ ფაქტია, რომ მდგნალის რბილი და მსუბუქი, გულიანი მერქანი ლპობისადმი დიდი წინააღობის თვისებით გამოირჩევა. ეს თვისება ხალხმა ძალიან კარგად იცის, ამიტომ, რომ რაჭაში, აჭარაში, ზემო ქართლსა და ბევრ სხვა მხარეში მოსახლეობა დიდ უპირატესობას ანიჭებს მდგნალის ბოძებსა და ჭიგოებს. მდგნალის ბოძის მიწაში ჩაფლული ნაწილი რამოდენიმე ათეული წლის განმავლობაშიაც კი არ ლპება. მიუხედავად ამისა, ეს ფაქტი ლიტერატურულ წყაროებში რატომღაც დღემდე ნაკლებად ან სრულეობითაც არაა ფიქსირებული.

მდგნალი ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი ობიექტია „ტირიფის ქერქის“ სამრეწველო მიზნებით დამზადების თვალსაზრისით, მისგან პირველხარისხოვან მთრიმლავ ექსტრაქტს იღებენ, რომელსაც საუკეთესო ხარისხის ტყავების გასათრიმლავად და შესაღებად იყენებენ. ტანინის შემცველობა მდგნალის ქერქში საშუალოდ 16,5 პროცენტს შეადგენს, მაგრამ მთელ რიგ ადგილებში იგი 21 პროცენტზე მეტია.

მდგნალის მამრობითი მჭადა ყვავილელების სპირტზე 10 პროცენტიანი ნაყენის გავლენა გულზე ისეთივეა, როგორც ფუტკარას მოქმედება (ნესულევი, 1965).

მწვანე ნეკერს (ყლორტები ფოთლებით), რომელიც 200 მგ პროცენტ ვიტამინ C-ს შეიცავს, ამზადებენ საქონლის საკვებად. ნეკერს ზამთარში განსაკუთრებით ეტანება ცხვარი, თხა და მსხვილფეხა რქოსანი საქონელი. ეს ფაქტი იმითაა საინტერესო, რომ ზამთარში საქონელს ვიტამინიანი საკვები აქვს მდგნალის მწვანე ნეკერის სახით, რაც წველადობას თვალსაჩინოდ ზრდის. ქართული ხალხური მედიცინა მდგნალის ფოთოლს თირკმლების დაავადების სამკურნალოდ იყენებს.

მეჭამჭიანო არაჩი - BETULA VERRUCOSA EHRH.

ლიტვინოვის არაჩი, ბუსუსიანო არაჩი - BETULA LITWINOWLL A. DOLUCN.

არყისებრთა ოჯახში შედის. მეჭექებინი არყი, როგორც დასავლეთ, ისე აღმოსავლეთ საქართველოს მაღალ მთიანეთში, ზღვის დონიდან 1000-2300 მ სიმაღლეზე ფართოდ გავრცელებული ხეა.



ჩვენში ლიტვიონოვის არყიცაა გავრცელებული უფრო მაღალმთიანეთში, ზღვის დონიდან 1800-2500 მ სიმაღლეზე, იგი მხოლოდ ქიზიყსა და ქვემო ქართლში არ გვხვდება.

მეჭექებიანი არყი სიმაღლით 20-22 მ-ს აღწევს, ღეროს ქერქი თეთრი და პრიალაა, ხანში შესვლისას კი იშაშრება. ახალგაზრდა ტოტები და ყლორტები დაფარულია მოყავისფრო ქერქით, რომელიც მრავალი ფისიანი ჯირკვალი მეჭექითაა მოფენილი, ახალგაზრდა ტოტები, ხნიერ ხეებზე ჩვეულებრივ დახრილ-ჩამოკიდებული მდგომარეობით ხასიათდება, ახალგაზრდობაში კი ტოტებს პორიზონტალური ან რამდენადმე აღმამდგომი მდგომარეობა უკავია.

სამკუთხა-კვერცხისებრი, თითქმის რომბული, წვერში ნაწვეტებული ფოთლები გრძელყუნწიანია, კიდეებში მარტივად ან ორმაგ ხერხისებრ დახვილად დაკბილული, 40-70 მმ სიგრძითა და 30-50 მმ სიგანით, ქვედა მხრიდან ბადისებრი დაძარღვითა და ცვილისებრი ჯირკვლებით. ერთსახლიანი, სქესგაყოფილყვავილებიანი მცენარეა. ნაყოფის ფრთების სიგანე კაკლის სიმსხოს 2-3-ჯერ აღემატება.

ლიტვიონოვის არყი უფრო ტანდაბალი ხეა (16-18 მ), მისი ახალგაზრდა ღეროც თეთრქერქიანია, ხნიერი ღეროს ძირა ნაწილში კი ღრმად დაშაშრული და მოშაო რუხი ფერისაა. ქერქი ახალგაზრდა ტოტებზე უფრო მოვარდისფროა.

დახრილი ერთწლიანი ყლორტები ვეგეტაციის პირველ მესამედში ბუსუსებითაა შემოსილი, შემდგომ კი შიშველია, მაგრამ ჯირკვლებით თხლად მოფენილი. ასევე ფოთლები ჯერ ბუსუსიანია, შემდეგ კი უბუსუსო.

ფოთლები ვეგეტატიურ ყლორტებზე კვერცხისებრი, ხოლო გენერატიულ ტოტებზე რომბულ-კვერცხისებრია მახვილი წვეროთი, კიდეებზე ორმაგხერხებილია, ნაყოფის (კაკლის) ფრთის სიგანე კაკლის სიგანის ტოლია, ზოგჯერ ოდნავ ვიწროც.

არყის ფოთლები, კვირტები, ქერქი და მერქანი შეიცავენ სამკურნალო ნივთიერებებს, რომელთაც გამოყენება აქვთ მთელი რიგი დაავადებების მკურნალობაში.

დადგენილია, რომ არყის კვირტები შეიცავს ჯერ კიდევ მცირედ შესწავლილ ოფლმდენ და შარდმდენ ნივთიერებებს, აგრეთვე არომატულ ეთერზეთებსა და ფისს. უკანასკნელი წლების გამოკვლევებით დადასტურებულია, რომ შარდმდენი ეფექტი აღინიშნება თირკმლების გაღიზიანების გარეშე, რასაც ზოგ შემთხვევაში ძალიან დიდი მნიშვნელობა აქვს. არყის კვირტების წყლით გამოწნულილს აკეთებენ ჩაის დაყენების მსგავსად, ერთ ჩაის კოვზ კვირტზე ნახევარი ჩაის ჭიქა ადუღებული წყალი, ამ რაოდენობის გამოწნულილს ერთი დღის განმავლობაში სვამენ სამჯერად მსუბუქ ფორმებში გაცეხილობის დროს (ვ. მ. სალო, 1975).

ხალხურ მედიცინაში არყის კვირტების ღვინოზე ნაყენს ურჩევნად შესაზღვლად სახსრებში მტვრევის შეგრძნების დროს, ზოგან კი მის დაღვევასაც ურჩევენ კუჭის მოქმედების მონესრიგებისათვის.

არყის ფოთლებზე მოხვედრილი მავნე ბაქტერიები 3 საათის განმავლობაში იხოცებიან. არყის მერქნისა და ქერქის მშრალი გამოხდით (ისეთ ჭურჭელში გახურებით, სადაც ჰაერის შეღწევა გამორიცხულია) მიიღება მუქი სითხე, რომელიც ხის კუპრის სახელწოდებითაა ცნობილი. ეს სწორედ ის კუპრი, რომელსაც სულ ერთი კოვზის რაოდენობით ერთი კასრი თაფლის გაფუჭება შეუძლია. მაგრამ მიუხედავად ცუდი გემოსა და სუნისა, კუპრი ფართოდ გამოიყენება დერმატოლოგიაში კანის დაავადებების სამკურნალოდ. კუპრი ვიშნევსკის ცნობილი მალამოს ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი კომპონენტია, რომელიც ფართოდაა გამოყენებული ჭრილობებისა და წყლულების მკურნალობაში.

კუპრი თავისი ანტისეპტიკური ბუნების გამო ფართოდ გამოიყენება თანამედროვე მედიცინაში ეგზემისა და კანის სხვა დაავადებების სამკურნალოდ.

არყის ღეროდან ადრე გაზაფხულზე გამოწნადენ წვეს ხალხური მედიცინა "გამაჯანსაღებელ სითხეს უწოდებს და დღეში სამჯერ სვამენ თითო ჩაის ჭიქას, ზოგჯერ კი უფრო მეტსაც ეგზემისა და კანზე არსებული გამოწყარის სამკურნალოდ. გარდა ამისა, არყის წვენი სასარგებლოდაა მიჩნეული ნიკრისის ქარისა და რევმატიზმის წინააღმდეგ. მისგან რუსები ადრინდელ დროში ბურახსაც ამზადებდნენ.

არყის ღეროზე სახლდება აბედა სოკოს ერთ-ერთი სახეობა, რომელსაც ჩაგა ეწოდება (inonotus



obliquus (Pers.) Pil.) ჩავა შეიცავს ქრომოგენული ნივთიერებების კომპლექსს, რომელთაც მედიცინაში ამ ბოლო დროს გამოიყენება ჰპოვეს კიბოთი შეპყრობილი ავადმყოფების მდგომარეობის გასაუმჯობესებლად. ჩავას ნახარშით ხალხური მკურნალები აღრინდელ დროშიც ცდილობდნენ კიბოიანთა განკურნებას.

ჩავას პრეპარატების ფართო კლინიკური შემოწმება ჩატარდა ავადმყოფებზე კიბოს მეოთხე სტადიამში, რითაც დადგინდა, რომ მათი გამოყენების შედეგად ავადმყოფობა უფრო კეთილად მიმდინარეობს, ავადმყოფებს უმჯობესდებათ საერთო მდგომარეობა და ემატებათ სიმხნევე. ავადმყოფებს ძალიან შეუმცირდათ ან სულ გაუქრათ ტკივილები, გაუუმჯობესდათ მადა და ძილი, ნორმალიზებული იქნა ნაწლავების ფუნქცია.

ჩავას შემცველი ნივთიერებები გარკვეულწილად არეგულირებენ ავთვისებიანი სიმსივნით ჩახშობილ სისხლ და ფერმენტნარმომქმნელ სისტემებს. ისინი ამაღლებენ დაავადებისადმი ორგანიზმის მიერ წინააღმდეგობის განევის უნარს, მაგრამ, სამწუხაროდ, ვერ სძობენ ავადმყოფობის გამომწვევ მიზეზებს (ვ. მ. სალო, 1975).

ა. დ. ტუროვას (1974) მიხედვით არყის კვირტები გამოიყენება გულის მიზეზებით გამოწვეული შეშუპების (გასიების) საწინააღმდეგოდ, როგორც შარდმდენი საშუალება. თირკმლის ფუნქციის უკმარისობის შემთხვევაში, მკურნალობის ამ სახის დანიშნისაგან აუცილებელია თავშეკავება, იმის გამო, რომ მოსალოდნელია კვირტების ფისოვანმა ნივთიერებამ თირკმლის ქსოვილების გალიზიანება გამოიწვიოს. დადგენილია არყის კვირტების ნალველადმდენი მოქმედება, ამიტომ მათ უნიშნავენ ლეიძლისა და ნალვლის სადინარების დაავადების დროს. აგრეთვე იყენებენ ტრაქეიტის დროს საღებზინფექციო და ამოსახველებელ საშუალებად.

არყის კვირტების სპირტზე ნაყენს (90%-იან სპირტზე) ამზადებენ 1:5-ზე (1 ნაწილი არყის კვირტები, 5 ნაწილი სპირტი), უნიშნავენ თითო ჩაის ან სუფრის კოვზს ერთ მიღებაზე შარდმომგვრელ და ნალველდამდენ საშუალებად.

არყის კვირტების გამონახარშის მოსამზადებლად 10 გრ კვირტს 200 გრ წყალს ასხამენ და წელი დულით 15 წუთს ხარშავენ, წურავენ დოლბანდში, იღებენ თითო სუფრის კოვზს დღეში 3-4-ჯერ.

არყის კვირტების ნაყენს ხალხში ოფლ და შარდმდენ საშუალებად იყენებენ, აგრეთვე რევმატიზმის წინააღმდეგაც. ახალ ფოთლებს მდულარე წყალს ასხამენ და მის კომპრესებს სახსრებზე იღებენ.

კლინიკური შესწავლით დადგენილია ფოთლების ნაყენის დიურეზული (შარდდამდენი) მოქმედება გულსისხლძარღვთა უკმარისობასთან დაკავშირებული შეშუპების დროს. ავადმყოფებს უდიდდებათ დიურეზი, უქრებათ კიდურების სიმსივნე, მცირდება სულის ხუთვის შეგრძნება და საერთო მდგომარეობა უმჯობესდება. ფოთლიდან წყლიანი ნაყენი შემდეგნაირად მზადდება: ახალ ფოთლებს წვრილად აქუცმაცებენ, რეცხავენ ანადულარი ცივი წყლით, ამ წყალს ღვრიან, შემდეგ 40-50⁰ ტემპერატურის ანადულარ წყალს ასხამენ და სამნახევარი საათის განმავლობაში დგამენ, წყალს გადაასხამენ, დაქუცმაცებულ ფოთლებს წურავენ. ამის შემდეგ ნაყენს დადგამენ 6 საათის განმავლობაში, ნალექს მოაცილებენ. მოხმარებისათვის ამზადებულ ნაყენს ინტენსიური მწვანე მოყვითალო ფერი აქვს, ოდნავ მწარე გემოთი, შეიცავს 155 მგრ C ვიტამინს. მწარე გემო ეკარავება ხის დაფხვნილ ნახშირით გაფოლტვრის შემდეგ, მაგრამ მასთან ერთად ვიტამინ C-ს შემცველობაც 155-დან 75 მგრ პროცენტამდე მცირდება. შეიძლება აგრეთვე შაქრის ან მურაბის სიროფით შეტკობა.

არყის ფოთლები სასარგებლო გამოდგა ნევროზისა და ნეფრიტის დროს, იგი რეკომენდებულია აგრეთვე მჭავე რეაქციის შარდიან დიათეზისათვისაც.

ნაყენის დოზა: 50-100, ზოგჯერ 200 მლ დღეში 2-3-ჯერ ჭამამდე. არყის წვენი გამოიყენება საერთოდ მომამაგრებელ საშუალებად ბრონქიტის, ბრონქოექტაზის, ტუბერკულოზის დროს თითო ჭიქა 2-3-ჯერ დღეში. გამოიყენება აგრეთვე ფურუნკულოზის დროს.

ჩავას ნაყენის მომზადება შემდეგნაირად ხდება: სოკოს წყლით რეცხავენ და ალბობენ მდულარე წყალში, ისე რომ სოკო წყალში ჩაძირულ მდგომარეობაში უნდა იყოს, დალბობა გრძელდება 4-5 საათის განმავლობაში. დამბალ სოკოს ხორცის საკეპ მანქანაში ატარებენ ან ქვასანაყით ნაყავენ. სოკოს დასალბობად ნახმარ წყალს ნაყენის მოსამზადებლად იყენებენ. ერთ ნაწილ დაქუცმაცებულ ჩავა სოკოს 5 ნაწილ (მოცულობის მიხედვით) დასალბობად გამოიყენებულ წყალს ასხამენ, რომელიც 50⁰-მდეა გამთბარი, უფრო ცხელი წყლის გამოყენება სოკოს ნივთიერებების აქტივობას ამცირებს და ამიტომ არაა რეკომენდებული.

დგამენ 48 საათის განმავლობაში, წყალს ასხამენ, დანალექს წურავენ რამოდენიმე ფენა დოლბანდში. ამით მიღებულ საკმაოდ სქელ სითხეს აზავებენ წყლით პირველდანიყებითი მოცულობის მიღებამდე. ნაყენის შენახვის ვადაა 3-4 დღე. ნაყენს იღებენ ანაციდური გასტრიტისა და სიმსივნეების დროს, როგორც საერთოდ მომამაგრებელ საშუალებას.

სიმსივნის დროს მოზრდილებს უნიშნავენ დღე-ღამეში არანაკლებ 3 ჩაის ჭიქას დანაწევრებით მიღებისათვის. ჩავას ნაყენი ტოქსიკური არაა, მაგრამ მისი დანიშვნა იზღუდება ისეთი დაავადებების

დროს, როდესაც დაუშვებელია ბევრი სითხის მიღება. ამ შემთხვევაში სოკოს ნაყენი ხმარებული უნდა იქნას ჩაისა და სხვა სასმელების ნაცვლად, ან იყენებენ ორჯერ უფრო მაგარ ნაყენს (2 ნაწილი სოკო 5 ნაწილ წყალზე). ამასთან ურჩევენ რძის პროდუქტების მიღებას და ზღუდავენ ხორცისა და ცხიმების მიღებას. იკრძალება კონსერვების, შებოლილი პროდუქტების, ძეხვისა და ცხარე საკაზმ-სანელებლების მიღება. ამ პროცედურის დროს არ შეიძლება გლუკოზისა და პენიცილინის ვენაში შეშვება.

ჩაგათი მკურნალობა ცალკეულ კურსებად ხდება 3-5 თვის განმავლობაში, მცირე შესვენებებით (7-10 დღე) თითოეული კურსის შემდეგ. ხანგრძლივი მკურნალობისას ზოგ ავადმყოფს ვეგეტატიური ნერვული სისტემის აღზნება უძლიერდება, რაც თანდათან გაუვლის პრეპარატის დოზის შემცირებით ან დროებით მოხსნის შემთხვევაში.

ჩვილი ფოთლების წყლით გამოანწვლილი გამოიყენება ლამბლიოზის დროს 200 მლ დღეში 14-45 დღის განმავლობაში (მატისონი, ნიზოკოსკაია, მარტინოვა, 1965). არყის ფოთლების პრეპარატები კარგად მოქმედებენ ქოლევცისტიტის დროსაც (ვ. გ. მინაევა, 1970).

ხალხში რადიკულიტისა და რევმატიზმის სამკურნალოდ არყის ნედლეულს ფოთლებს იყენებენ მტკივნეულ ადგილებზე.

არყის ჩვილ ფოთლებს გაზაფხულზე ამზადებენ და ჩრდილში ახმობენ (უფრო ეფექტურია ახალი ფოთლების გამოყენება). კვირტებს ადრე გაზაფხულზე აგროვებენ მათ გაშლამდე. ზამთარში შეგროვილ კვირტებს ხალხი ნაკლებეფექტურად თვლის.

მ.ა. და ი.მ. ნოსალების (1960) მიხედვით არყის კვირტებისაგან მომზადებულ ნაყენს (30 გრ და უფრო მეტი რაოდენობის კვირტებს ასხამენ 700-მდე სიმაგრის 1 ლ სპირტს) იღებენ დღეში სამჯერ 15-20 წვეთს 1 სუფრის კოვზ წყალში განზავებით კუჭის წყლულის და მისი სხვა დავადებების დროს, აგრეთვე იმ შემთხვევაშიც, როდესაც კუჭი საჭმელს ვერ იწელებს. მასვე იყენებენ თირკმლების ანთების ნიადაგზე წარმოქმნილი წყალმანკისა და თირკმლების ყველა სხვა დავადებების დროს, პატარა წერილი მრგვალი პარაზიტი ჭიების (ასკარიდები) წინააღმდეგ.

სპირტზე ნაყენის ნაცვლად, აღნიშნული ავტორების რჩევით, შესაძლოა აგრეთვე არყის კვირტების გამოანახარშის გამოყენება: 5-10 გრ კვირტები 1 ჩაის ჭიქა წყალზე, რომელსაც დღეში სამჯერ სვამენ თითო ჭიქას იმ დავადებების წინააღმდეგ, რისთვისაც სპირტზე ნაყენს იყენებენ. ბულგარეთის მედიცინაში რევმატიზმის წინააღმდეგ არყის დასრესილი ფოთლების გამოყენებას ურჩევენ, რომელსაც მტკივნეულ ადგილზე იღებენ და რამოდენიმე დღეს იტოვებენ.

არყის ქერქისა და მერქნისაგან მიღებულ კუპრს ეგზემის და კანის სხვა დავადებების წინააღმდეგ იყენებენ. წყლიან ნაყენს ბულგარეთში შემდეგნაირად ამზადებენ: გამხმარ და დაქუცმაცებულ 4 ჩაის კოვზ არყის ფოთოლს ასხამენ ორ ჭიქა მდულარე წყალს (ერთი დღის დოზა), თითოეულ ჭიქა ნაყენს სასმელ სოდას უმატებენ იმ რაოდენობით, რასაც დანის წვერი აიღებს. მონახარშს კი შემდეგნაირად ამზადებენ: 4 ჩაის კოვზ გამხმარ და წერილად დაჭრილ ფოთოლს (ან 2 ჩაის კოვზ არყის კვირტებს) ასხამენ ორ ჭიქა წყალს, ხარშავენ ნელი დუღილით 15-20 წუთს და წურავენ, ერთი დღის დოზა, მიიღება რამოდენიმე ჯერად, რომელსაც კვლავ მცირე რაოდენობის სასმელ სოდას უმატებენ.

არყის პრეპარატების მომზადებისა და გამოყენების ყველა ზემოთ აღწერილი წესები მრავალგზის გამოცდილი და მისაღებია.

მომჭიანავი ტანჭყატი - EVONYMUS VERRUCOSA SCOP.

ჭანჭყატი სებრთა ოჯახში შედის. ორ მეტრამდე სიმაღლის ბუჩქია მოშავო-ნაცრისფერი მეჭეჭებით უხვად მოფენილი ყლორტებით. მოკლეყუნწიანი, მოგრძო-კვერცხისებრი, კიდებეხერხებილია, 15-20 მმ სიგრძისა და 5-8 მმ სიგანის ფოთლები ტოტებზე ერთმეორის მოპირისპირედაა განლაგებული. მომწვანო-მურა ან მოყავისფრო-მოწითალო პატარა ყვავილები 3-9 ცალი ერთად შეკრებილია ნახევრად ქოლგისებრ თანაყვავილედში.

ნაყოფი ოთხბუდიაანი ბლავგნიბობიანი, უფრო მომწიფებისას მოვარდისფრო კოლოფაა. თითოეულ ბუდეში 1-2 კრილა შავი ფერის, ნახევრამდე წითელი ფერის საბურველმეზობეული, კვერცხისებრი თესლი ზის.

ყვავის მის-ივნისში, ნაყოფი ავვისტო-სექტემბერში მწიფდება. თესლი 1-1,5 წელიწადში ლვივდება. ნელმზარდი ბუჩქია. კულტურაში 4 წლის, ბუნებაში კი 8-11 წლის ასაკში იწყებს მსხმოიარობას. უხვი თესლმსხმოიარობა 2-3 წელიწადში ერთხელ მეორდება, მცირე მოსავალს კი ყოველწლიურად იძლევა. მრავლდება თესლით, ფესვით, ნაბარტყით და ძირკვის ამონაყარით.

ფართოდ გავრცელებული ბუჩქია როგორც დასავლეთ, ისე აღმოსავლეთ საქართველოს ტყეებში ქვეტყის სახით. კარგად იტანს დაჩრდილვას. უფრო ხშირად გვხვდება ბარისა და მთის შუა სარტყლის ტყეებში ზღვის დონიდან 1200 მ სიმაღლემდე.



წინათ კიდობანას ნაყოფის ფხვნილით ხოცავდნენ სახლის ბუზებსა და სხვა მწერებს, მკურნალობდნენ მუნს (ბლერს).

ფესვების ქერქი 8-10 პროცენტ, ზოგჯერ კი 35 პროცენტამდე გუტაპერჩს შეიცავს. სწორედ ამის წყალობით არცთუ ისე დიდი ხნის წინათ მნიშვნელოვან ნედლეულს წარმოადგენდა ამ ტექნიკური პროდუქტის მრეწველობისათვის. ფესვები დიდი რაოდენობით მზადდებოდა ბუნებაში და სპეციალური პლანტაციებიც იყო გაშენებული გუტაპერჩის ნედლეულის უფრო დიდი რაოდენობით დამზადებისათვის.

ერთი ჰექტარიდან 0,44-4,3 კგ ხმელ ქერქს აგროვებდნენ. გუტაპერჩს ჭანჭყატის ღეროს ქერქი და ფოთლებიც შეიცავს. ქერქის დამზადებისას მერქანსაც იყენებდნენ მაქოების, მუსიკალური ხელსაწყოების, საქსოვი ჩხირების, სავარცხლების და სხვა წვრილმანი ნაკეთობების დასამზადებლად.

ნაყოფის ბუდეებისაგან მიიღება ყვითელი და ყავისფერი საღებავები.

მრეწველობისათვის გუტაპერჩის წყაროს წარმოადგენდა აგრეთვე კიდობანა *Evonymis Europaea* L. რომლის თესლიდან გამოყოფილია საგულე საშუალებად გამოყენებული გლიკოზიდები.

მზესუმზირა - HELIANTHUS ANNUUS L.



რთულყვავილოვანთა ოჯახის 1-4 მ სიმაღლის ფართოდ კულტივირებული, ყველასათვის ცნობილი, ერთწლიანი მცენარეა. ღერო გამერქნებულია და თეთრი ღრუბლისებრი გულგულით ამოვსებული, რომელიც ერთეული მსხვილი კალათა ყვავილებითაა შემკული, ზოგჯერ დატოტვილი კენწერო მრავალკალათა ყვავილებიანია. გრძელყუნწიანი დიდი ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული, გარდა სულ ქვედა 1-2 წყვილი ფოთლებისა, რომლებიც ერთიმეორის პირისპირაა განლაგებული.

მზესუმზირის სამშობლო ჩრდილო ამერიკაა. სამკურნალოდ კალათა ყვავილედის განაპირა ენისებრი ყვავილები გამოიყენება, აგრეთვე ფოთლები და თესლი.

ყვავილებისა და ფოთლებისგან მომზადებული პრეპარატები მადისმომგვრელი საშუალებებია, ხოლო თესლისგან მიღებული ზეთი კი ნაირგვარი ფორმის წამლების საფუძვლად და დამარბილებელ საშუალებად გამოიყენება. ხალხურ მედიცინაში ყვავილებისა და ფოთლების სპირტზე ნაყენს მალარიის საწინააღმდეგოდ, ხოლო ზეთს კი ძირითადად მეცხოველეობაში გამოსხნელად იყენებენ (ა. ი. კუპცოვი, 1962).

ძველ ქართულ ხალხურ მედიცინაშიც სამკურნალოდ მზესუმზირის ყვავილები, ფოთლები და ზეთი გამოიყენებოდა (ნ. ნუნუნავა, 1960). ზ. შენგელის (1983) ცნობით მზესუმზირას ყვავილისგან ბოტკინის საწინააღმდეგო წამალს ამზადებენ, ხალხური მკურნალები კი, თესლისაგან სიფილისის სამკურნალო საშუალებას (გორის რაიონში).

ჩვენი დაკვირვებით რაჭაში და საქართველოს სხვა რეგიონებშიც ანადუღარი მზესუმზირის ზეთს წარმატებით იყენებენ დამწერობის, ჭრილობებისა და დახეთქილი კანის სამკურნალოდ. კუჭში გახსნის საჭიროებისათვის კი 50-60 გრ ზეთს სვამენ.

ვ. ი. ზავრაუანოვის და თანაავტორების (1973) ცნობით მზესუმზირის ყვავილებსა და კალათა ყვავილედს წყლით გამონაწვლილის სახით სიყვითლის, რევმატიზმის, რადიკულიტის, ნევრალგიის, გულმკერდის ტკივილებისა და ნაწლავებში ჩხვლეტების შეგვრძნების შემთხვევებში იყენებენ.

ნ. ნ. ბელოჩალოვის ცნობით ყვავილების წყალზე ნაყენს სვამენ როგორც კიბოს საწინააღმდეგო საშუალებას. განაპირა ენისებრი ყვავილები გამოიყენება როგორც გრიპისა და ზედა სასუნთქი გზების კატარის საწინააღმდეგო საშუალება (ბ. მ. კორსიოვა და თანაავტორები, 1985).

წყალზე ნაყენი (40 გრ ხმელი ყვავილები 200 მლ წყალზე) რეკომენდებულია მალარიის, ბრონქიალური სპაზმებისა და კუჭ-ნაწლავში ჩხვლეტების შემთხვევებში (დ. იორდანიოვი და თანაავტორები, 1965).

სპასტიკური კოლიტების დროს ნაყენს შემდეგნაირად ამზადებენ და იყენებენ: 1 სუფრის კოვზ ხმელ ყვავილებს 1 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ, სვამენ გაგრილებულ მდგომარეობაში სამ სუფრის კოვზს ჭამამდე 15-20 წუთით ადრე, დღეში 3-4-ჯერ (ი.ნურალიევი, 1989).

თანამედროვე მედიცინაში მზესუმზირის ზეთი მრავალი მალამოებისა და ლინიმენტების (თხევადი მალამოების) შემადგენლობაში გამოყენებული (ი. ლ. ბლინოვი, 1983). ზეთი სისხლის შემადგენლობაში ქოლესტერინის შემცირებას იწვევს, რასაც ათეროსკლეროზის პროფილაქტიკაში დიდი მნიშვნელობა აქვს.

ბულგარეთის ხალხურ მედიცინაში მიჩნეულია, რომ მზესუმზირის ფოთლებისა და ყვავილების სპირტზე ნაყენი დადებით შედეგებს იძლევა, როგორც ამოსახველებელი საშუალება. ყვავილებს სპაზმოლიტური მოქმედება ახასიათებს (სტოიანოვი, 1972, იორდანოვი და თანაავტორები, 1973). ზეთი მრავალი ქვეყნის ხალხურ მედიცინაში ათეროსკლეროზის პროფილაქტიკის მიზნით გამოიყენება.

ბავშვებში ყვიანახველის დროს მზესუმზირის თესლს დამანყნარებლად იყენებენ, საამისოდ წინასწარ მოხალულ და გარჩეულ თესლს წვრილად ჭრიან, ან აქუცმაცებენ, ამ მასიდან 2-3 სუფრის კოვზს იღებენ და ნახევარ ლიტრ შაქრით (უშვობესია თაფლით) დატკბილულ წყალს ასხამენ. ადულტებენ იმდენ ხანს, რომ 100 მლ წყალი აორთქლდეს, ე. ი. 0,5 ლ 0,4 ლიტრზე ვიდრე არ დავა. გაგრილების შემდეგ წურავენ. ასმევენ 1-2 სუფრის კოვზ ნაყენს დღეში რამდენჯერმე 10-20 დღის განმავლობაში (სტოიანოვი, 1973).

ათეროსკლეროზის პროფილაქტიკის მიზნით უზმოზე 1-2 სუფრის კოვზ დარჩეულ თესლს ჭამენ (დღეში ერთჯერ) (იურკევიჩი, მიშენინი, 1976).

მთის პიტნა - CALAMINTHA GRANDIFLORA (L) MOENCH



ტუჩოსანთა ოჯახის წარმომადგენელია. მთის პიტნის ვარდისფერი ყვავილი ორტუჩიანია და ფოთლების ილიებში 3-7 ყვავილიან შეჯგუფებულ ნახევარქოლგებადაა განლაგებული.

ლეროზე ერთიმეორის პირდაპირ განლაგებული, საკმაოდ გრძელყუნწიანი ფოთლები კვერცხისებრია, კიდებზე ხერხისებრი მსხვილი კბილებით. თეთრი ბუნვით მოფენილი ლეროს სიმაღლე 20-30 სმ-ის ფარგლებში მერყობს.

ყვავის ივლის-სექტემბერში. შუა და ზედა სარტყლის ტყიან მთებში, გავრცელებულია აღმოსავლეთ და დასავლეთ საქართველოს ტენიან ნიფლნარებში, ნიფლნარ-ნაძენარებსა და ნაძენარ-სოჭნარებში.

ვარდისფერ-წითელი განიერტუჩიანი და გრძელმილიანი ყვავილების, აგრეთვე მოხდენილი ჰაბიტუსის წყალობით მთის პიტნა მალალი დეკორაციული ეფექტის მქონე მცენარეა.

ხალხური მედიცინა მის ფოთლებს იყენებს კუჭის აშლილობის და მომწელებელ სისტემაში გაზების დაგროვების წინააღმდეგ, აწყნარებს შეტევიით ხასიათის ტკივილებს; გამოიყენება როგორც მალალხარისხოვანი საკაზმ-სანელებელი მცენარე. მართალია დიდი ლალიანობით არ გამოირჩევა, მაგრამ ფუტკარი მისგან მცირე ნექტარს მაინც იღებს. ხალხი ლვინისათვის სასიამოვნო სუნისა და გემოს მისაცემად, აგრეთვე ჩაის ნაცვლად იყენებს.

მთის ღაძილი - ALLIUM VICTORIALIS L.

შროშანისებრთა ოჯახში შედის. მძაფრი ნივრის სუნის მქონე მრავალწლიანი ბოლქვიანი მცენარეა, მოგრძო კონუსისმაგვარი ბოლქვები საცრისებრი ბოჭკოების გარსშია გახვეული.

ლერო 30-75 სმ სიმაღლისაა, ძირში სიფრიფანა ვაგინით შემოხვეული. ლანცეტა ან ელიფსური 10-20 სმ სიგრძისა და 2-8 სმ სიგანის, ფუძისაკენ ყუნწად ქცეული 2-3 ფოთოლი პრილა და რკალძარღვიანია.

ყვავილენი მრავალყვავილოვანია, ფორმით მრგვალი ან ნახევრად მრგვალი. აყვავებამდე ყვავილენი თავდახრილია, ყვავილობის ჟამს კი აღმამდგომი. ყვავის თეთრი-მომწვანო ელფერის ყვავილებით, ივნის-ივლისში, ზოგჯერ უფრო ადრე ან შედარებით გვიანაც, იმის მიხედვით, თუ როდის დადგა გაზაფხული. მთის ღაძილი ტყის მცენარეა, გვხვდება როგორც წინვოვან, ისე ფოთლოვან ტყეებში, ზოგჯერ სუბალპურ მდელოებზეც.



შესანიშნავი სამწნილე მცენარეა, ჩვენი ხალხი მას უხსოვარი დროიდან იყენებს საჭმელად.

ფოთლები და ბოლქვები 730 მგ პროცენტამდე ასკორბინის მყავას შეიცავს, გარდა ამისა მოიპოვება ეთერზეთი და გლიკოზიდი ალანინი.

ფიტოქიმიური შემადგენლობითა და ფარმაკოლოგიური ღირებულებით მთის ლანძილთან ახლოს დგას გვარ *Allium*-ის მეორე სახეობა-*Allium ursinum* L.). იგი ორფოთლიანი, 15-60 სმ სიმაღლის, მრავალწლიანი ბოლქვოვანი მცენარეა. მოგრძო ფოთლები ლანცეტის მოყვან-ილობისაა, 3-6 სმ სიგანის ფოთლის ფირფიტა ძირში საკმაოდ ვიწროვდება, ყუნწში თანდათანობით გადადის.

სამწახნაგოვანი ღერო 15-20 სმ სიმაღლისაა და ძირში ფოთლები ყუნწებიანად თხელი გარსითაა შემოხვეული, თეთრი ყვავილებით ყვავის აპრილ-ივნისის განმავლობაში. ყვავილედ იწვევება ქოლგისებურია.

ლანძილი ტიპური ტყის მცენარეა, გვხვდება წიწვოვან და ფოთლოვან ტყეებში, ასევე ტყისპირებში, მდიდარია ფიტონციდებით და სწრაფად სპობს ბევრ მავნე ბაქტერიას.

ჩვენი ხალხი მასაც უხსოვარი დროიდან სამწნილედ იყენებს, ახლად დაკრეფილს მოუხარშავადაც ჭამენ.

მძაფრი სპეციფიკური სუნის გამო ლანძილს საქონელი უხალისოდ, მაგრამ ზოგჯერ მინც ძოვს ხოლმე. ლანძილის ძოვის შემთხვევაში საქონლის ხორცი არასასიამოვნო გემოს იძენს, რძე მოყვითალ-ო-ნითლად იღებება და ასევე უსიამოვნო სუნითა და გემოთი ხასიათდება.

მთის ლანძილი ნედლი, დამარილებული და დამწნილებული გამოიყენება სურავანდისა და ათეროსკლეროზის დროს, გააჩნია ჭიის დამდენი თვისება და ნაწლავების პერისტალტიკას აძლიერებს.

ლანძილი კი ძლიერი ბაქტერიციდული და ბაქტეროსტატიკური მოქმედების გამო ტრიქომონადური კოლიტების სამკურნალოდ გამოიყენება. ექსპერიმენტებით დადგინდა, რომ მისი პრეპარატების ვენაში შეყვანით სისხლის წნევა დაბლა იწვევს (ა.ი. ლესკოვი, ა.ი. შრეტერი, 1962).

მთის შროშანი, შოშვისი შროშანი - LILIUM, SZOVITSIANUM FISCH. ET AVE - LALL



შროშანისებრთა ოჯახში შედის. მთის შროშანს რაჭა-ლეჩხუმში თიორ-შის, თიოშის, აჭარაში შროშანის, ჩირიშის სახელით იცნობენ. 50-100 სმ სიმაღლის მრავალწლოვანი, ხშირფოთლიანი, ბოლქვიანი მცენარეა. ბოლქვის გარეთა ქერქლები მოოქროსფერო-ყვითელია. ფართო ლანცეტისებრი, ქვედა მხრიდან ძარღვების გაყოლებაზე ბუხუსიანი ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განწყობილი.

ყვითელი, შიგნიდან წიწვოვანი ყვავილები კენწეროზე მტევნადაა თავმოყრილი, არცთუ იშვიათად მცენარეს მხოლოდ ერთი ყვავილი აქვს. ყვავილსაფარის ფოთლები უკანაა გადაგრეხილი. ახასიათებს სპეციფიკური მკვეთრი სუნი. ყვავის ივნის-ივლისში, მთის ზედა სარტყელში, ყვავილობა აგვისტოშიც გრძელდება.

მთის შროშანი ჩვენი ტყეების მკვიდრია, გვხვდება აგრეთვე ტყისპირებში, ტყეკაფებზე, ბუჩქნარებში და სუბალპური შამბის (მაღალბალახეულის) შემადგენლობაშიაც.

რაჭაში მას ახმობებ და ზამთარში მხალის სახით ხმარობენ, ფშავში, მთიულეთისა და გორის რაიონის მთის სოფლებში მის მოგრძო ნაყოფს კიტრანას უწოდებენ და უმად ჭამენ. სამხრეთ ოსეთში მოუწინფებელ ნაყოფს

მდულარე წყლით თუთქავენ და მარილწყალში დამწნილებულს აგრეთვე საჭმელად იყენებენ. ბოლქვებიც მოხარბულ ან შემწვარ მდგომარეობაში იჭმება. რკინის მარილებთან შერევისას ბოლქვის ნახარში შავად ღებავს ქსოვილებს. მთის შროშანის ბალახისა და ბოლქვების ფეკელი ადრე საქართველოში ფართოდ გამოიყენებოდა ქალაღის წებოდ. ამ მიმართებით იგი ახლაც საყურადღებოა ადამიანისათვის მისი უვნებლობის გამო; ბევრი სინთეზური წებო მავნე ადამიანისათვის.

მორთოლაპი პიპუსი - POPULUS TREMULA L.



ტირიფისებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. მორთოლაპი ვერხვი საყოველთაოდ ცნობილი 30 მეტრამდე სიმაღლის ხეა, მომწვანო-მონაცრისფრო ქერქით, რომელიც ღეროს ქვედა ნაწილში საკმაოდ ღრმანალარებიანია. ყლორტები ზრდის დასაწყისში შებუსხვილია, შემდგომ კი შიშველი, ბლაგვად დაკუთხული, გლუვკანიანი. კვირტები ნებოვანია.

ფოთლები დასაწყისში ნაცრისფერ ბუსუსიანია, შემდეგ კი შიშველი. დაგრძელებულ ყლორტებზე ფოთლები კვერცხისებრ-სამკუთხაა, ბოლო წვეტიანი, კიდედაკბილული. დამოკლებულ ტოტებზე ფოთლები მომრგვალოა, კიდეტალღისებრდაკბილული. ფოთლები საერთოდ ხეშეშია.

საქართველოში ფართოდაა გავრცელებული 1800-2100 მ სიმაღლეზე ზღვის დონიდან. იგი საკმაოდ ფართოდ ეკოლოგიური დიაპაზონის მცენარეა, ამიტომ დაბლა ბარშიც 600 მეტრამდე ჩამოდის, ხოლო მთაში 2300 მეტრზეც კარგად იზრდება.

ქერქანი ფართოდაა გამოყენებული ასანთის წარმოებაში. პიონერი ჯიშების კატეგორიას განეკუთვნება, სინათლის მოყვარული, გვალვისა და სიცივის ამტანი ჯიშია. ამ თვისებების წყალობით იგი ადვილად იკავებს გაშიშვლებულ ადგილებს, მაგრამ მასთან ნაძვის, სოჭის და წიფლის დასახლების შემთხვევაში დროთა განმავლობაში ვეღარ იტანს ამ ჯიშების ხეების დამრდილავ გავლენას და კორომის შემადგენლობიდან თანდათანობით ითიშება. სასურველი ჯიშია სუბალპური ზონის გატყევისასათვის. ამაზე მიუთითებს მოქმე სომხეთის გამოცდილება. იქ სუბალპურ სარტყელში ხელოვნურად გაშენებული მორთოლაპი ვერხვი არყთან ერთად კარგი ზრდით ხასიათდება.

ქერქი მორთოლაპი ნივთიერებებით მდიდარია და ტყავის გასათრიმლად გამოიყენება. წარსულში გამოიყენებოდა სამკურნალოდაც შარდის ხუთვის, სურავანდის, სიფილისის და ციებ-ცხელების დროს. მის ფოთლებსა და ყლორტებს მრავალი სახეობის შინაური და გარეული ცხოველი ჭამს.

სამკურნალოდ, ახლაც, მორთოლაპი ვერხვის ქერქსა და კვირტებს იყენებენ, რომლებიც შეიცავენ მორთოლაპი ნივთიერებებს, მწარე გლიკოზიდებს (პოპულინი და სალიცილინი), ბენზოინის მჟავას, კაროტინს, ვიტამინ C-ს და სხვა.

კვირტებისაგან სპირტის ზემოქმედებით მიღებული ექსტრაქტის გამოკვლევიტ ცხადი გახდა, რომ მას ბაქტერიოციდული მოქმედების თვისება აქვს ზოგიერთი საშიში მიკრობის მიმართ (ოქროსფერი სტაფილოკოკი, ნაწლავების ტიფის გამომწვევი ბაქტერიები და სხვა).

ქერქის ნაყენით ხალხური მედიცინა მკურნალობს კუჭის აშლილობას, ხელებას, ციებ-ცხელებას და სვამენ მას როგორც მადის მომგვრელ საშუალებას. მორთოლაპი ვერხვის ახლად გამოწურული წვენი სველ საფენებს იდებენ გველის ნაკბენზე.

კვირტებს ოფლმდენ საშუალებად იყენებენ, ხოლო ქერქის გამონახარშს ვენერიული დაავადებების დროს. ზოგჯერ მორთოლაპი ვერხვის კვირტებს იყენებენ საშარდე ბუშტის დაავადებების (ცისტეტი, შარდმუეუკავებლობა), აგრეთვე ბუასილის, რევმატიზმის, ნიკრისის ქარის სამკურნალოდ. გარეგან საშუალებად იყენებენ წყალულებისა და დამწვრობათა მკურნალობაში.

მოდვრის ვიხსა - GALIUM VERUM L.

ენდროსებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. ოთხნახნაგოვანღეროიანი, 20-80 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი მცენარეა. თავწვეტიანი, ქვემოდან მონაცრისფროდ შებუსხვილი, ვიწროხაზურა ფოთლები ღეროზე რგოლურადაა განლაგებული. თითოეულ რგოლში 8-12 ფოთლია.

მოგრძო საგველასმაგვარად შეკრებილი ყვავილები კაშკაშა ყვითელი ფერისაა. ყვავის ივნის-ივლისის განმავლობაში. ძირითადად მშრალი ადგილების მცენარეა, გვხვდება მშრალ ფიჭვნარებსა და ციცაბო ფერდობებზე დასახლებულ მუხნარებში, ტყისპირებში, მშრალ მდელოებზე და ველებზე.

მინდვრისნემსას მინისზედა ნაწილები შეიცავს გლიკოზიდ და ასპერულოზიდს, მორთოლაპი და ფლანონურ ნივთიერებებს, ლიმონის მჟავას, C ვიტამინს და სხვა. ნაყენს სვამენ, როგორც ტკივილგამაყუჩებელ და დამანყნარებელ საშუალებას სიყვითლის, კუჭის ტკივილის, კუჭის აშლილობის დროს, შარდმდენ საშუალებად წყალმანკისა და თირკმლების დაავადების შემთხვევებში.

ნედლი ბალახიდან გამოწურულ წვენს იყენებენ კანზე გამონაყარების, ეპილეფსიის, ისტერიის, აგ-



რეთვე კანის კიბოს, ჭრილობების სამკურნალოდ, იგი კარგ სისხლშემდე-
დებელ საშუალებად ითვლება ცხვირიდან და ჭრილობებიდან სისხლ-
დენის დროს. ტიბეტის მედიცინაში ფესვებს იყენებენ დაუეუილობასთან
დაკავშირებულ თირკმლების დაავადების და მაღალი ტემპერატურის
დროს (ვ. გ. მინაევა, 1970).

მინდვრისნემსას ჩაის (40,0 გრ წვრილად დაჭრილი აყვავებული და
გამხმარი მცენარე 1 ლ წყალზე) იყენებენ წყალმანკის სამკურნალოდ.
ნედლი ბალახიდან გამოწურულ წვეს 3 სირჩას დღეში 2-3 მიღებაზე იყენ-
ებენ შარდმდენ საშუალებად წყალმანკის, თირკმლების დაავადების,
კანზე გამონაყრების, ჩირქოვანი მუწუკების, ეგზემის და სხვათა სამკუ-
რნალოდ. ცხვირიდან სისხლდენისას ნესტოებში მის წვენს ისრუტავენ,
სისხლმდენ ჭრილობებზე კი ყვავილის ნაფხვენს იყრიან (მ.ა. და ი.მ.
ნოსალაბი, 1960).

მინდვრისნემსას პრეპარატებს ბულგარეთის მედიცინის მონაცე-
მებით გამხსნელი და შარდდამდენი თვისება აქვს, სკროფულოზის, კი-
დურების შუშუბების და კუჭ-ნაწლავის კატარის დროს, გამოიყენება
ცხელი ნაყენი 2 ჩაის კოვზი ნედლეული ერთ ჭიქა მდეღარე წყალზე, რაც

ერთი დღის დოზას შეადგენს.

ნედლი ბალახის წვენი რძის შედედებას (აჭრას) ინვეცს, ამიტომ ზოგ ქვეყნებში მისი გამოყენებით
განსაკუთრებული სახის ყველს ამზადებენ. ბულგარეთის ხალხური მედიცინა ნედლი ბალახის წვენს
კანზე ქრონიკული გამონაყარის და კანის კიბოს სამკურნალოდ იყენებს (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი,
ა. ბოინინოვი, 1968).

ძროხის მიერ მინდვრისნემსას შეჭმის შემთხვევაში რძე წითელ ფერს იღებს. ფესვები საღებავ
ნივთიერებას შეიცავს და მომწვანო-ყვითელი საღებავის მისაღებად გამოიყენება. კარგი თაფლოვანი
მცენარეა.

✓ მოგზი - VACCINIUM MYRTILLUS L.



მანანასებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. მოცვი დაბალი 15-40 სმ
სიმაღლის ფოთოლმცვენი ბუჩქია, ნიადაგში ჰორიზონტალურად გან-
ლაგებული ფესურებითა და ნიბოებიანი მწვანე ყლორტებით, ნათელი
მწვანე ფერის, მოკლეყუნწიანი, პრიალა, მოხაზულობით კვერც-
ხისებრი ან კვერცხისებრელიფსური, ნაპირებში წვრილ ხერხკბილა,
15-25 მმ სიგრძის, ფოთლები ტოტებზე მორიგეობითაა განწყობილი.
თავჩაქინდრული, მომწვანო-ვარდისფერი, მომრგვალო, 4-5 კბილიანი,
ქოთნისებრ გვირგვინიანი ყვავილები ვარჯში საითითადაა გაბნეული
ფოთლების ილიებში.

ნაცრისფერ ნაფიფქიანი, შავი 6-8 მმ სიმაღლის, წვნიანი, თავში
ოდნავ მოჭყლეტილი, ბურთისებრ მრგვალი ნაყოფი კენკრაა,
მონითალო, იისფერი ხორცოვანი მბილობითა და მრავალი 1 მმ-მდე
სიგრძის კვერცხისებრი თესლებით.

ყვავის მაისის მეორე ნახევრიდან ივნისის ჩათვლით, იმის
მიხედვით, თუ როგორი ტემპერატურული რეჟიმი მყარდება ამ დროს
მთაში. ყვავილობა საშუალოდ ორ კვირას გრძელდება. ნაყოფი ივლის-
აგვისტოში მწიფდება, რომელიც მომჟაო-ტკბილია, მეტად გემრიელი.
უხვად მხოლოდ რამოდენიმე წელიწადში ერთხელ მსხმოიარობს.

მცირემსხმოიარობა კი თითქმის ყოველ წელიწადს აღინიშნება.

გავრცელებულია როგორც დასავლეთ, ისე აღმოსავლეთ საქართველოს მაღალმთიანეთში,
ძირითადად სუბალპებში, მაგრამ საკმაოდ ხშირად ვხვდებით ალპურ სარტყელშიც ზღვის დონიდან
3600 მ სიმაღლემდე.

სხვადასხვა ადგილებში განსხვავებული მოსავლიანობით ხასიათდება და იგი ერთ პექტარზე 100-
800 კგ-ს ფარგლებში მერყეობს.

მოცვის ნაყოფი შეიცავს 12-77 პროცენტ მთრიმლავ ნივთიერებებს, ორგანულ მჟავას. 6 პროცენ-
ტამდე შაქარს, 10-75 პროცენტამდე ვიტამინ C-ს, ვიტამინ A-ს. ფოთოლში ნაპოვნია მთრიმლავი
ნივთიერებები, არბუთინი, აგრეთვე გლიკოზიდები, რომელთაც ინსულინის მსგავსი მოქმედების
თვისება გააჩნიათ.

მოცვის ნაყოფის შემკვრელის თვისება ხალხში ოდითგანვეა ცნობილი. შემჩნეულია, რომ მოცვის ნაყოფის მიღების შედეგად ლამით ხედვის უნარი ძლიერდება. ხალხურ მედიცინაში ყელის ტკივილის, გემოროიდული სისხლდენის, თირკმლების კენჭოვანი დაავადების, ნიკრისის ქარების და რევმატიზმის სამკურნალოდ გამოიყენება.

ნაყოფს იყენებენ კისელის, სიროფების, მურაბების, ხილ-კენკროვანთა ღვინის, ნაყენების და ლიქიორის დასამზადებლად, აგრეთვე ღვინის შესაფერადებლად.

ფოთლის ნახარშს დიაბეტის სამკურნალოდ იყენებენ. თაფლოვანი მცენარეა.

ა. ი. შრეტერის (1962) მიხედვით ნაყოფი გამოიყენება როგორც შემკვრელი ფაქიზი საშუალება კუჭ-ნაწლავთა სისტემის მწვავე და ქრონიკული აშლილობის დროს, განსაკუთრებით ბავშვებისათვის და მოზრდილებში გამწვავებული ენტეროკოლიტების სამკურნალოდ.

ფოთლებში არსებული გლუკოზიდი ნეომირტილინი მნიშვნელოვნად ამცირებს სისხლში შაქრის შემცველობას, ცხოველებში ექსპერიმენტული ალლოქსნური დიაბეტის დროს. ნაყოფიდან მიღებული მირტილონი ჰისტოლოგიურ ტექნიკაში იმპორტული ჰემატოქსილინის ნაცვლად გამოიყენება.

ვ. გ. მინაევა (1970) მიუთითებს, რომ ხალხურ მედიცინაში მოცვის ნაყოფს იყენებენ კუჭის კატარის წინააღმდეგ კუჭის წვენის დაბალი მყავიანობისას, კუჭ-ნაწლავის ქრონიკული აშლილობის დროს, აგრეთვე თირკმლების კენჭოვანი დაავადების, სისხლდენის, ანგინის, პირის ღრუს ანთების, აგრეთვე ქერცლოვანი სირსველის სამკურნალოდ.

დადებითად მოქმედებს მოცვის ბევრი ნაყოფის მიღება ნიკრისის ქარების, რევმატიზმისა და ნივთიერებათა ცვლის დარღვევის დროს. ნაყოფის სქელი ნახარშით ზოგჯერ ეგზემას და დამწვრობას მკურნალობენ. მხედველობის გასაუმჯობესებლად ნაყოფის სპირტზე ნაყენს იყენებენ.

ფოთლები შეიცავს ფლავონურ გლიკოზიდებს, მარგანეცს, რკინას, ალუმინს, ქრომს, სპილენძს, ვერცხლს, ბარიუმს და ტყვიას. იყენებენ წყალმანქის, თირკმლებისა და ნაღვლის ბუშტის კენჭოვანი დაავადების, პერიტონიტის, კუჭის სპაზმებისა და პირლუბინების დროს. ვ. გ. მინაევა (1970) ადასტურებს იმ ფაქტს, რომ მოცვის ფოთლებს ინსულინის მაგვარი მოქმედების თვისება გააჩნია და მისგან დამზადებულ პრეპარატ მირტილინს დიაბეტის სამკურნალოდ იყენებენ. ღერო-ტოტების ნახარშს ხალხში პარტახტინი ტიფის სამკურნალოდ იყენებენ.

უკრაინის ხალხურ მედიცინაში მოცვის ნაყოფი მარწყვთან ერთადაც გამოიყენება. საამისოდ მარწყვობის (დაახლოებით 3 კვირა) მთელ პერიოდში ნაწლავების ქრონიკული აშლილობით, კუჭის კატარით, დაბალმყავიანობის კუჭის წვენის მქონე და სისხლნაკლები ავადმყოფები მოცვის ნაყოფთან ერთად მარწყვსაც ჭამენ (მ. ა. ნოსალი და ი. მ. ნოსალი, 1960). ამავე ავტორთა ცნობით მარწყვსა და მოცვის ცალკ-ცალკე, ერთმანეთთან შერეულს და მორიგეობით მიღებას ურჩევენ თირკმლის კენჭოვანი დაავადებისას, მათ შორის მეტად მტკივნეული შეტევების დროსაც. უკანასკნელ შემთხვევაში რეკომენდებულია შვრიის ჩალისა და შვიტას თანაბარი რაოდენობის ნახარშის ცხელი აბაზანების მიღება.

შაქრიანი დიაბეტის დროს ურჩევენ მოცვის ფოთლების ჩაის (60 გრ 1 ლ მდულარე წყალზე).

გემოროიდული (ბუხილური) სისხლდენისას ფოთლის გამონაწვლილს იყენებენ (60 გრ ფოთოლი 1 ლ ადულტულ წყალზე).

სქლად მოხარშულ (დიდხანს არ უნდა იხარშოს), ახლად დაკრეფილ მოცვის ნაყოფს სქელ ფენად იდებენ ეგზემურ ადგილებზე და დოლბანდით იხვევენ. ასეთ საფენებს ყოველ დღეს იცვლიან, კანზე მიმხმარ დოლბანდს რძის აჭრის შედეგად მიღებული შრატით ალბობენ და ფრთხილად აძრობენ. ამავე ნახარშს ზემოაღწერილი წესით სცხებენ კანის გამონაყარს, მუწუკებს, ნეკროტიულ წყლულზე და ცხელი ორთქლით დამწვარ და სხვა სახის დამწვრობით დაზიანებულ ადგილებს.

ნიკრისის ქარის, რევმატიზმის, ნივთიერებათა ცვლის დარღვევის და სხვა დაავადებების დროს მ. ა. ნოსალის მიერ თითქმის ყოველთვის აღინიშნა მაღალი დადებითი ეფექტი მოცვის ახლად შეგროვილი ნედლი ნაყოფის უხვად მიღებით.

ამავე ავტორის პირადი დაკვირვებით მოცვის ნედლი ნაყოფის უპირატესობა იმაში გამოიხატება, რომ კუჭის აშლილობის მკურნალობისას პარალელურად ქრონიკულ ყაბზობასაც (მეკრულობა) კურნავს. ასეთი მკურნალობის შემდეგ ნაწლავების პერისტალტიკის ნორმალიზირება ხდება ხანგრძლივი დროით.

მოცვის რამოდენიმე სახეობა არსებობს, რომლებიც ერთნაირად გამოიყენებიან ზემოთ აღწერილი დაავადებების საწინააღმდეგოდ.

მჟაჟელა - OXALIS ACETOSELLA L.

მჟაველასებრთა ოჯახში შედის. მჟაველა 5-10 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ფესვურიანი მცენარეა, რომელსაც მინის ზედა ღერო არ გააჩნია. ფესვის ყელიდან ჯგუფურად ამოსული სამყურა ფოთლები გრძელყუნწიანია. ფოთლოლაკები უკუკვერცხისებრი მოყვანილობისაა.



ყვავის აპრილ-აგვისტოს განმავლობაში თეთრი, ზოგჯერ მოვარდისფრო ყვავილებით. ფართოდაა გავრცელებული უმთავრესად ხშირ ტყეებსა და ბუჩქნარებში, განსაკუთრებით ნაძვნარ-სოჭნარებში და ნიფლნარებში, გვხვდება ჩრდილო ფერდობებზე დასახლებულ ფიჭვნარებშიაც.

ფოთლებში 0,9 პროცენტამდე თავისუფალი მჟავები და მათი მარილები მოიპოვება (მეაუნმჟავა, ვაშლის, ქარვისა და სხვა მჟავები). მათ შივე მოიპოვება 150 მგ პროცენტამდე C ვიტამინი, A პროვიტამინი და რუტინი. ფოთლებისაგან მომზადებული სასმელი კლავს წყლის წყურვილს. იგი თავფლოვანი და ფრიად დეკორაციული მცენარეა (ი.ა. გუბანოვი, ი. ლ. კრილოვა, ვ. ლ. ტიხონოვა, 1976).

ლიტერატურაში არის ცნობა იმის შესახებ, რომ თუ ძროხამ მჟაველა ჭამა, ნაღებისაგან ცხიმის გამოყოფა თითქმის შეუძლებელი ხდება (Chopra K. N., 1965).

ბულგარეთის მედიცინაში მჟაველას ნედლ მდგომარეობაში გამოყენება რეკომენდებულია ღვიძლის დაავადების, საჭმლის მომნელებელი სისტემის დარღვევის, კუჭის წვენის მომატებული მჟავიანობის, სიყვითლის, თირკმლების დაავადების, სურავანდის დროს, აგრეთვე პარაზიტი წიების წინააღმდეგ გამოიყენება ახალი, დაუმტკნარი ფოთლები. საჭიროა სიფრთხილე, რადგან ხანგრძლივი გამოყენებისას აზიანებს თირკმლებს. ბულგარეთის ხალხურ მედიცინაში იგი გამოიყენება აგრეთვე, როგორც შარდმდენი საშუალება, უხვსისხლიანი მენსტრუაციის და ათეროსკლეროზის დროს (დ. იორდანოვი, და სხვები, 1968).

ბრაჰალპარლჰა - PLANTAGO MAJOR L.



მრავალძარღვასებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. ფუნჯა ფესვებიანი მრავალწლიანი მცენარეა. როზეტად (მიწისპირად ღეროს ძირში ჯგუფურად) შეკრებილი, 3-7 რკალძარღვიანი, შიშველი ან მეჩხერბუსუსიანი ფოთლები კიდემთლიანია.

ყვავილები აღმამდგომ გრძელ თავთავისებრ ყვავილედშია შეკრებილი. ნაყოფი კვერცხისებრ-კონუსური კოლოფაა 5-34 თესლით. ყვავის ივნისიდან დაწყებული აგვისტოს ჩათვლით.

გავრცელებულია მთელი საქართველოს ტყიან ზონაში, განსაკუთრებით ტენით უზრუნველყოფილ ნიადაგებზე, გზა-ბილიკების გვერდით, ეზოებში, დაბალი სიხშირის ტყის კორომებში.

ფოთლები შეიცავს გლიკოზიდ აუკუბინს, ქოლინს, C, K ვიტამინებს, კაროტინს, მათში ნაპოვნია ალკალოიდების ნიშნები, ლიმონის მჟავა, ფერმენტები, მთრიმლავი ნივთიერებები.

ფოთლებს იყენებდნენ, როგორც ამოსახველებელ საშუალებას ბრონქიტის, ფილტვის ტუბერკულოზის და ყვიანახველას დროს. ეფექტურად თვლიდნენ საჭმლის მომნელებელი სისტემის მოშლის პერიოდში, კუჭის კატარის შემთხვევაში დაბალი მჟავიანობით, მწვავე

გასტრიტის, ენტეროკოლიტისა და წყლულოვანი დაავადების დროს, როგორც სამკურნალო საშუალება. მრავალძარღვა ხალხური მედიცინიდან იყო ნასესხები და დიდი ხნის განმავლობაში მედიცინაში ნაყენის სახით გამოიყენებოდა. ამჟამად რეკომენდებულია *Plantago psyleium*-ისაგან დამზადებული უფრო ეფექტური პრეპარატები პლანტაგლიოციდი და ნედლი ფოთლების წვენი.

მრავალძარღვას წვენი მაღალეფექტურია ქრონიკული გასტრიტის დროს (ა. დ. ტუროვა, 1974).

მრავალძარღვას წვენი კუჭის წვენს სიმჟავეს მატებს და უნიშნავენ მწვავე და ქრონიკული გასტრიტის, ენტერიტის, ენტეროკოლიტის შემთხვევაში. იგი კარგად მოქმედებს ქრონიკული ქოლეციტის და დაბალმჟავიანობიანი წყლულის დროს. იღებენ წვენის სახით თითო სუფრის კოვზს დღეში სამჯერ ჭამამდე 15-20 წუთით ადრე. მკურნალობის კურსი 3-4 კვირიანია (კონდრაცკაია, 1964; შეველევ, 1959). წვენი აჩქარებს ჭრილობის შეხორცებას. არცთუ დიდი ხნის წინათ მედიცინაში მიღებული იქნა პრეპარატი პლანტაგლიოციდი, რომელსაც წყლულის სანინაღმდეგო და სპაზმოლიტური მოქმედების თვისება გააჩნია, ამასთან კუჭის წვენის მჟავიანობასაც არეგულირებს. იგი რეკომენდებულია კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის დაავადების სამკურნალოდ, გასტრიტის დროს კუჭის წვენის დაბალი და ნორმალური მჟავიანობით (ობოლენცევა, ხაჯაი, 1966).

მრავალძარღვას ყველა სახეობის ფოთლებს ხალხური მედიცინა ფართოდ იყენებს ტუბერკულოზის, პეპტიკის, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის, ბუხისლის, თავის ტკივილის დროს, აგრეთვე სისხლის შემადეებელ და ამოსახველებელ საშუალებად. გარეგნული საშუალებების მიზნით ფოთოლს იყენებენ ქრილობებზე, მუწუკებზე, კანის ანთებით პროცესებთან კერებზე და მწერების ნაკბენ ადგილებზე დასაფენად. მრავალძარღვას ახალი ფოთლების წვენს წინათ ყელის კიბოს სამკურნალოდ იყენებდნენ, თანამედროვე ხალხურ მედიცინაში კი მას კუჭისა და ფილტვის კიბოს სამკურნალოდ იყენებენ (ბალიცკი, ვორონცოვა, კარპუხინა, 1966) - ციტირებულია ვ. გ. მინაევას მიხედვით.

მრავალძარღვას თესლს იღებენ ქრონიკული შეკრულობისას ნაწლავების ანთებითი პროცესების შემთხვევაში (კოლიტი, ენტეროკოლიტი), მას ლამ-ლამობით იღებენ 10-15 გრ-ს, რომელსაც წინასწარ მდულარე წყალს ასხამენ, ან ნაყენის სახით ხმარობენ (4-20 გრ თესლი ერთ ჭიქა მდულარე წყალზე). სვამენ თითო სუფრის კოვზს დღეში 3-4-ჯერ. მთიანი ალტაის ხალხი მრავალძარღვას ფესვის ნახარშს შარდის ბუშტის ანთებითი პროცესის ჩასაქრობად იყენებს. ჩინურ მედიცინაში მრავალძარღვას ღეროების ექსტრაქტს ქრონიკული ბრონქიტის, მტკივნეული პლევრის, ფილტვის ტუბერკულოზის და კუჭის წყლულის სამკურნალოდ იყენებენ (ვ. გ. მინაევა, 1970).

ყოველივე ზემოთ აღნიშნული დაავადების მკურნალობაში გამოიყენება, აგრეთვე ჩვენთან ფართოდ გავრცელებული ლანცეტა მრავალძარღვა - *Plantago lanceolata* L. მას ლანცეტა ფოთლები აქვს და ბევრად უფრო წვრილია, ვიდრე ზემოთ განხილული სახეობის მრავალძარღვას.

ლანცეტა მრავალძარღვას მიმართ მ. ა. და ი. მ. ნოსალები აღნიშნავენ, რომ იგი გამოიყენება კუჭ-ნაწლავის ყოველგვარი კატარის დროს ფოთლების წყლით გამონაწვლილის სახით (50-60 გრ ფოთოლი 1 ლ წყალზე). სვამენ თბილს: უზმოზე 1 ჭიქას, დანარჩენს კი მთელი დღის განმავლობაში 4 ნაწილად, ჭამიდან ერთი საათის გასვლის შემდეგ.

კუჭის კატარის დროს მაღალი მჟავიანობით უფრო ეფექტურად მიაჩნიათ ლანცეტა მრავალძარღვას სხვა ბალახებთან შერევა: ლანცეტა მრავალძარღვას ფოთლები - 40,0 გრ, კრაზანა - 40,0 გრ, პიტნა - 10,0 გრ, მათიტელა - 20,0 გრ, ფარსმანდუკის ყვავილები - 15,0 გრ, კვლიავის თესლი - 6,0 გრ. ამ ნარევიდან იღებენ 40,0 გრ-ს და ასხამენ 1 ლ მდულარე წყალს, თავდაბურული ჭურჭლით მთელი ღამე თბილ ღუმელში დგამენ. უზმოზე სვამენ 1 ჭიქას, დანარჩენს კი 4 ნაწილად მთელი დღის განმავლობაში ჭამიდან ერთი საათის გასვლის შემდეგ.

საშარდე ბუშტის ანთებისას იღებენ შემდეგი ბალახების ნარევის წყლით გამონაწვლილს: ლანცეტა მრავალძარღვა - 40,0 გრ, ქაფუნა - 40,0 გრ, დათვის კენკრის ფოთლები - 40,0 გრ, ტუიის ყლორტები - 30,0 გრ, ნეგოს ყვავილები - 30,0 გრ, არყის კვირტები - 30,0 გრ, მათიტელა - 30,0 გრ. ამ ნარევიდან იღებენ 40,0 გრამს და ასხამენ 1 ლ მდულარე წყალს, მთელი ღამე თბილ ღუმელში დგამენ. დილით 10 წუთი ადულებენ და იღებენ იმავე წესით, როგორც ზემოთ განხილული რეცეპტით გამონაწვლილს.

ლანცეტა მრავალძარღვას ნედლი ფოთლების წვენი დღეში 3 სუფრის კოვზი, მაღარიის, არანამკურნალევი ბრონქიტის, მშრალი ხველის და გულმკერდის სხვა დაავადებების სანიშნაღმდეგო საშუალებად ითვლება.

გარეგნად სახმარად: ლანცეტა მრავალძარღვასა და ფარსმანდუკის თანაბარი რაოდენობის დასრესილი ან დანაყილი ფოთლები სისხლის შემდეგებელ, ანტისეპტიკურ და ქრილობის შემხორცებელ საშუალებად ითვლება. ლანცეტა მრავალძარღვას ფოთლების წყალზე ნაყენის სველი საფენები სასარგებლოა თვალის ანთების დროს, ხოლო ამ ნაყენით თვალების ამორეცხვით თვალის უბუები ჩირქოვანი წარმონაქმნებისაგან ინმინდება (მ. ა. და ი. მ. ნოსალები, 1960).

მსხალიჭა მრგვალოფოთლა - PIROLA ROTUNDIFOLIA L.

მსხალიჭასებრთა ოჯახში შედის. ტყის ამ ჯუჯა მცენარის ფოთლები თავისი მოყვანილობითა და სტრუქტურით ფრიად ნაგავს მსხლის ფოთოლს, ეტყობა სახელწოდებაც ამ ფაქტთანა დაკავშირებული. მისი თოვლქვეშ მოყოლილი ფოთლები მწვანედ გადაიზამთრებენ ხოლმე. ფოთლები ღეროს ძირშია შეჯგუფებული (როზეტად განწყობილი), მათი ყუნწები ფირფიტებზე ოდნავ გრძელია, ხოლო ფირფიტა კი მომრგვალო-კვერცხისებრი მოყვანილობისაა.

სწორმდგომ საყვავილე ღეროზე თოვლივით თეთრი ყვავილები აღმამდგომ მოკლემტევენადაა შეკრებილი. ყვავილობაში მსხალიჭა ძალიან მიმზიდველია. იგი რამდენადმე შროშანას მოგვაგონებს. დამახასიათებელი ყვავილებით იგი ერთ-ერთი ულამაზესი ტყის ყვავილთაგანია.

ყვავის ივნის-აგვისტოში უმეტესად თეთრი, ზოგჯერ მოვარდისფრო ყვავილებით. ხშირად გვხვდება ნაძენარებში, ფიჭვნარებში და ფიჭვნარ-ნაძენარებში. გარდა ამისა, ჩვენს ტყეებში სხვა სახეობის მსხალიჭებიც იზრდება, რომელნიც თავიანთი ფიტოქიმიური შემადგენლობით ახლოს დგანან აქ განხილულ სახეობასთან.



მსხალიჭა მალალი დეკორატიული ღირსებების მცენარეა, მაგრამ იგი ყოველ წელიწადს არ ყვავილობს. ისე როგორც ტყის სხვა ბევრი მცენარისთვის, მისთვისაც დამახასიათებელია მენლეობა.

საერთოდ ეს მცენარე შხამიანია, წამლავს საქონელს და სისხლიან შარდვას იწვევს.

ხალხური მედიცინა იყენებს გულის სამკურნალოდ და შარდმდენ საშუალებად.

ბულგარეთის მედიცინის მიერაც მსხალიჭას ფოთლები რეკომენდებულია, როგორც შარდმდენი საშუალება და გამოიყენება საშარდუ ბუშტის ქრონიკული ანთებისას, შარდში ჩირქის გამოყოფის შემთხვევაში, აგრეთვე წინამდებარე ჯირკვლის ანთების, წყალმანკის და თირკმლების ქრონიკული დაავადებების სამკურნალოდ. დანაყილი ნედლი ფოთლების ფაფისებრი მასა ძნელად შესახორცებელი ჭრილობებისათვის გამოიყენება. გარდა ამისა, ნედლეულისგან ცხელი ნაყენიც მზადდება. 1-2 ჩაის კოვზ ნედლეულზე 1 ჭიქა მდულარე წყალი, 1 დღის დოზა (დ. იორდანოვი და სხვები, 1968).

ნალველა ჯვრისებრი - GENTIANA CRUCIATA L.



ნალველასებრთა ოჯახს ეკუთვნის. საქართველოში ნალველას მრავალი სახეობა იზრდება. ზოგ სხვა სახეობასთან ერთად ტყეებსა და ტყისპირებში უფრო ხშირად დასახელებული სახეობა იზრდება. აჭარაში ასისტავას, ბერძნულ ენდროს და შხამასაც უწოდებენ. იგი 50-70 სმ სიმაღლის, მრავალწლოვანი მცენარეა, მსხვილი გასქელებული ფესვურით. ფესვის ყელიდან რამოდენიმე ღერო ამოდის, თითოეული მათგანი კი მარტივი ანუ დაუტოტავია და უხვადაა შეფოთილი. ფოთლები ღეროზე მოპირისპირედაა განლაგებული. მათი სიგრძე 3-6 სმ-ია, ფოთოლს 3-5 ძარღვი გასდევს. ფირფიტა უყუნწოა, ღეროზე მჯდომი, კვერცხის მაგვარი, მანცეტის მოყვანილობისა, წვერისაკენ შევიწროვებული, ფუძეები ერთმანეთთანაა შეზრდილი.

ცისფერი ყვავილები ოთხწევრიანია და ღეროს ზედა ნაწილის ფოთლების ილიებში ჯგუფურადაა განლაგებული. ყვავის ივნის-აგვისტოში, თესლი სექტემბერ-ოქტომბერში მწიფდება. გვხვდება როგორც დასავლეთ, ისე აღმოსავლეთ საქართველოს ტყეებში, ტყისპირებზე, ნატყევარ მდელოებზე და ბუჩქნარებში, მთაში ალპურ ზონამდე აღის.

მედიცინაში ნალველას ფესვურა და ფესვები გამოიყენება საქმლის მონელების პროცესის დარღვევისას ახილისა და დისპეპსიური მოვლენებით, მადის მომგვრელ საშუალებად. მისი პრეპარატები ზრდის საქმლის გამაღვივებლისადმი მგრძნობელობას, რის მეოხებითაც კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის სეკრეციისა და მოტორული ფუნქციის სტიმულირება ხდება, მათ ნალვლის დენის გაძლიერების თვისებაც გააჩნიათ (ი. გ. ქუთათელაძე, 1962).

ნალველას ხალხური მედიცინა უფრო ფართოდ იყენებს. ხალხი ნალველას სახეობებს დიდ ყურადღებას აქცევს, იყენებს იმ სახეობას, რომელიც საცხოვრებელ რაიონში მოიპოვება.

ფესვებისა და ფესვურის ნახარში (15-20 გრ 1 ლ წყალზე) გამოიყენება საქმლის ცუდად მონელების შემთხვევაში, შეკრულობის, უმადობის, ფერმკრთალობის, უძლურობის, ნიკრისის ქარის, ართრიტის (სასხრების ანთებადი დაავადების) და გარეგნულად ჩირქოვანი ჭრილობების დროს.

ხალხი უფრო ეფექტურად მიიჩნევს ნალველას ფესვ-ფესვურის მაგარ ღვინოზე ნაყენს, რომელსაც დღეში 2-3 სირჩას იღებენ (ერთი სირჩა დაახლოებით 30-40 გრ).

კუჭის წვენის მალალი მეფიანობის, მუცლის პერვის, გულწვისა და შეკრუობის დროს იღებენ ნალველას ფესვ-ფესვურის პორტვეინზე ნაყენს (შეიძლება მისი შეცვლა მაგარ ღვინოზე ნაყენით). საამისოდ იღებენ ათ-ათ გრამ შემდეგ ნედლეულს: ნალველას ფესვ-ფესვურას, ფორთოხლის ნაყოფის ქერქს, კოთხოჯის ფესვურას, კრაზანას, ასფურცელას ყვავილებს, კატაბალახას ფესვებს, ბერულას. მთელ ამ ნარევის 1 ლ წყალს ასხამენ და ფანჯარასთან 21 დღეს დგამენ, ისე რომ ფანჯარაში შემოსული მზის სხივები ნარევიან ჭურჭელს ხედებოდეს (ჭურჭელი, ჩვეულებრივ, მიწისა უნდა იყოს). ამის შემდეგ ნურავენ და სვამენ დილით უზმოზე 1 სუფრის კოვზს და ამდენსავე საღამოთი ძილის წინ.

გარეგან სახმარად ნალველას ფესვ-ფესვურას შემდეგ შემთხვევებში იყენებენ:

1. ნალველას ფესვურისა და სააფთიაქო გვირილას ყვავილის თანაბარი რაოდენობით ფხვნილს ჩირქოვან ჭრილობებზე აყრიან.

2. ნალველას ფესვურისა და მუხის ქერქის მაგარი ნახარშით (ცხელ მდგომარეობაში) ძილის წინ ფეხების დათბილვა სასარგებლოა, ფეხების ოფლიანობის საწინააღმდეგო ხალხური საშუალებაა. ნახარშის კომპონენტთა რაოდენობა - 3 ნაწილი მუხის ქერქი და 1 ნაწილი ნალველას ფესვურა (მ. ა. და ი. მ. ნოსალები, 1962).

მ. ა. ნოსალის (1962) დაკვირვებით ნალველა ეფექტური გამოდგა შემდეგ შემთხვევებში:

1. თვით ყველაზე მყარი გულწვაც (გულის რუჯვა) გაივლის ხოლმე იმ შემთხვევაში თუ სადილობის წინ ყოველდღე მივიღებთ სირჩა ღვინოს, რომელშიაც 21 დღის განმავლობაში ჩაყრილი იყო წვრილად დაჭრილი ნალველას ფესვები და ფესვურები.

2. ნიკრისის ქარის დროს კარგად მოქმედებს ნახარში: 3 ჩაის კოვზ წვრილად დაჭრილ ნალველას ფესვებსა და ფესვურას 3 ჭიქა ცივი წყალს ასხამენ და 7-10 წუთს ხარშავენ. მთელ ამ ნახარშს ერთი დღის განმავლობაში სვამენ.

3. კუჭის კატარის დროს სვამენ ნახარშს: თითო ჩაის საცხე კოვზი წვრილად დაჭრილი ნალველას მინისქვეშა ნაწილები, ფარსმანდუკი და ასისთავა - 3 ჭიქა წყალზე. ადუღებენ 10 წუთს, მთელ ნახარშს ერთი დღის განმავლობაში სვამენ. მკურნალობის პერიოდში იცავენ დიეტას. ამავე ნახარშს ურჩევენ უმადობისა და კუჭ-ნაწლავის დაავადების დროს, აგრეთვე ფერმკრთალ-დასუსტებულ ქალიშვილებს.

ნალველა საკმაოდ პოპულარული სამკურნალო ბალახია ბულგარეთის მედიცინაშიც. იქ სამკურნალოდ ამ მცენარის როგორც მინისქვედა, ასევე მინისზედა ნაწილებს იყენებენ საჭმლის ცუდად მონელების საწინააღმდეგოდ, როცა ავდმყოფობას ახლავს ახილია და დისპეპსია.

ნაცარა მურყანი - ALNUS INCANA (L.) MOENCH.

შავი მურყანი - ALNUS GLUTINOSA GAERTN.



მურყანი არყისებრთა ოჯახში შედის. საქართველოში მისი სამი სახეობა გვხვდება. ნაცრისფერი მურყანი 15-20 მეტრამდე სიმაღლის ხეა. უფრო მეტად გვხვდება მდინარეების პირას და ნესტიან ხეობებში. გავრცელებულია სვანეთში, რაჭა-ლეჩხუმში, სამეგრელოში, სამხრეთ ოსეთში, მთიულეთში, თუშ-ფშავ-ხევსურეთსა და კახეთში, ერთეულად გორის რაიონშიც გვხვდება მდ. ლიახვის ნაპირებზე. ძირითადად მთის შუა და ზედა სარტყელში იზრდება ზღვის დონიდან 1800 მეტრამდე სიმაღლეზე, ზოგან მცირე რაოდენობით 1200-2000 მ სიმაღლეზეც გვხვდება. ხასიათდება მონაცრისფრო გლუვი ქერქით, ხნიერი ღეროს ქვედა ნაწილში ქერქი დაშაშრულია. ფესვები შედარებით ზედაპირულადაა განფენილი ნიადაგის ზედა ფენებში. ტოტებზე მორიგეობით განწყობილი ფოთლები კვერცხისებრი ან ელიფსური მოყვანილობისაა, რომელთა სიგრძე 4-10 სმ-ის ფარგლებში მერყეობს, ფოთლის ფირფიტა წვერში ნამახვილებულია, იშვიათად კი წვერმომრგვალებულიცაა, ფოთლის ფირფიტის ფუძე მომრგვალებული ან სუსტად გამოხატული გულისებრი მოყვანილობისაა, ნაპირები ორმაგხეობილია და მახვილი დაკბილვით გამოირჩევა. ახალგაზრდა ფოთლები ხშირბუსუსიანია,

უფრო გვიან კი ზემოდან შიშველი, ქვემოდან მორუხო-მწვანე ან მთლიანად რუხი ბუსუსებითაა დაფარული. შავი და ბუსუსიანი მურყანისაგან განსხვავებით ნაცრისფერი მურყანის ფოთლები, ყლორტების წვეროები და კვირტები არამწებავია. ერთსახლიანი მცენარეა სქესგაყოფილი ყვავილებით. ნორმალური ზრდისათვის კარგ განათებას საჭიროებს, ამასთან იგი სიცვიის ამტანი მცენარეა და საკმაოდ მიმზიდველი გარეგნობა აქვს, ამიტომ სასურველია გამწვანებისათვის ხეობებსა და მდინარეთა ჭალებში.

შავი მურყანი - 10-25 მ სიმაღლის ხეა ღეროზე მუქი მონაცრისფრო დაშაშრული ქერქით. ყლორტების ქერქი მონიალო ყავისფერია. ყლორტების წვეროები წებოვანია, მოფენილია ბუსუსებითა და მეჭეჭებით. ფოთლები მომრგვალოა, ხშირად წვერში დამახასიათებელი ჩაღრმავებით. ეს ერთ-ერთი კარგი განმასხვავებელი ნიშანია ბუსუსებიანი არყისაგან, რომლის ფოთლებსაც თითქმის არასოდეს არ აქვს წვერში ჩაღრმავება.

მურყანის ქერქსა და გირჩაებს (ნაყოფი) შემკვრელი და მადეზინფიცირებელი თვისება გააჩნია. უკანასკნელმა გამოკვლევებმა აჩვენა, რომ ეფექტური გამოდგა თხევადი ექსტრაქტი, 3 მლ ერთ მილე-



ბაზე დღეში სამჯერ, რის შედეგადაც შემცირდა კუჭში გასვლის სიხშირე, ნორმირებული იქნა განავალის კონსტიტენცია, გაქრა ლორწო და სისხლი განავალში, შეწყდა ტკივილები მუცელში (ა.დ. ტუროვა, 1974).

მედიცინაში გამოიყენება მურყანის ქერქისა და გირჩაის (ნაყოფის) ნაყენი, გამონაწვლილი და თხევადი ექსტრაქტი.

ქერქის წყლიანი გამონახარში, 15 გრ ქერქი 200 მლ წყალზე, მიიღება თითო სუფრის კოვზი დღეში 3-4-ჯერ;

ქერქის სპირტზე ნაყენი: 25 გრ ქერქი 3-4-ჯერ მეტ სპირტზე მიიღება თითო ჯერზე 30-40 წვეთი 2-3-ჯერ დღეში;

მურყანის ნაყოფების (გირჩაების) სპირტზე ნაყენი 25-30 წვეთი დღეში სამჯერ. თბილისის ფარმაკოქიმიური კვლევითი ინსტიტუტის მიერ პრეპარატების მოსამზადებლად რეკომენდებულია შავი მურყანის გირჩაები (ნაყოფები), (ვ. ე. შოთაძე).

საერთოდ თანამედროვე მედიცინაში მურყანის (თხემლის) ნაყოფს იყენებენ როგორც შემკვრელ საშუალებას მწვავე და ქრონიკული ენტერიტის, კოლიტისა და ენტეროკოლიტის დროს. ამასთან იღებენ ქართველ მეცნიერთა (იოველ ქუთათელაძე) მიერ დამუშავებული გირჩაების მშრალ ექსტრაქტს, რომლისგან მიღებულ პრეპარატსაც თხმელინი ეწოდება (0,5-0,6 გრ დღეში 3-6-ჯერ). იყენებენ წყალზე ნაყენსაც (4 გრ ერთ ჭიქა წყალზე, იღებენ 1/2 ჭიქას დღეში 3-4-ჯერ). გირჩაებიდან ამზადებენ კუჭის აშლილობის სანიანალმდეგო ჩაისსაც (ვ. გ. მინაევა, 1970).

მურყანის გირჩაებს შემოდგომასა და ზამთარში აგროვებენ, ქერქს გაზაფხულზე, ფოთლებს კი ნედლ მდგომარეობაში ხმარობს ხალხი.

გაცივების დროს ავადმყოფზე ოფლმოსაგვრელად ხალხში შემდეგ პროცედურას მიმართავენ: ავადმყოფს თხმელის ნედლ ფოთლებზე აწვენენ და ზემოდანაც ბევრ ნედლ ფოთლოს აყრიან და შემდგომ საბანსაც დააფარებენ. მოკლე დროის შემდეგ ადამიანს ძლიერი ოფლი სდის. ოფლმოდენის საშუალება სასარგებლოდაა მიჩნეული გულით დაავადებული ადამიანისათვის და მას მიმართავენ მწვავე რევმატიზმის, ართრიტის (სახსრების ანთებადი დაავადება), პოდაგრის (ნიკრისის ქარი), სახსრების რევმატიული ტკივილის დროს და სხვა (მ.ა. და ი.მ. ნოსალები, 1960).

გახანგრძლივებული კუჭის აშლილობის, მსხვილი ნაწლავების კატარის, კუჭში ტკივილების გრძნობის და დიზენტერიის დროს ამზადებენ წყლით გამონახარშს 50 გრ გირჩაებზე 1 ლ წყლის დასხმით და სვამენ ცხელ მდგომარეობაში დღეში სამ ჭიქას. ამავე მიზნით ზოგან შემდეგნაირ შენარევს იყენებენ: მომწიფებულ, ჯერ კიდევ გაუშლელ მურყანის გირჩაებს თანაბარი რაოდენობით ურევვენ ოთხფურცელა მარწყვა ბალახის ფესვურებს და ჭინჭრის ფესვებს. ამ ნარევს იღებენ 50 გრ-ს 1 ლ წყალზე. ალბობენ წყალში ერთი ღამის განმავლობაში, დლით 10 წუთს ადუღებენ ნელ ცეცხლზე. სვამენ ცხელს უზმოზე ერთ ჭიქას, დანარჩენს კი ერთი დღის განმავლობაში ოთხჯერად.

მურყანის გირჩაების პრეპარატებს ხალხური მედიცინის პრაქტიკაში სისხლდენის შემაჩერებელ საშუალებადაც იყენებენ. მთრიმლავი და საღებავი ნივთიერებებით სიმდიდრის გამო თხმელის ქერქს საღებავ და მთრიმლაგ საშუალებადაც იყენებენ.

წებო, უკვდავ - HELICHRYSUM PLINTHOTALYX (C. KOCH.) SOSN.

რთულყვავილოვანთა ოჯახის წარმომადგენელია. მოთეთრო ბუნვით ქეჩისებრ მოფენილი, ღეროს ზედა ნაწილში განლაგებული ფოთლები მოყვანილობით ხაზურია, ქვედა ნაწილში კი ხაზურ-ნიჩბისებრი, თავბლაგვი, ფოთლების სიგანე 2-4 მმ-ის ფარგლებში მერყეობს. 10-40 სმ სიმაღლის ღეროც მთლიანად შებუსევილია. 4-5 მმ სიგანის კალთები ფარისებრ ყვავილედებადაა შეკრებილი, მათი საბურველის ფოთლები მკრთალი ყვითელია ან ნარინჯისფერი (ა. მაყაშვილი, 1953).

იზრდება მთის ქვედა და შუა სარტყლის მშრალ ხირხატ ადგილებში, მუხნარი ფორმაციის ტყეთა შორის არსებულ მშრალ მდელოებზე, ტყისპირებზე, ზოგჯერ მდინარეთა ჭალებშიც, დამახასიათებელია ქართლის, ქიზიყის, გარდაბნისა და მესხეთისათვის.

საქართველოში იყოს 5 სახეობის ნეგა გავრცელებული. ფარმაკოლოგიურად და კლინიკურად ყველა მათგანი ჯერ კიდევ სრულყოფილად არაა გამოკვლეული, მაგრამ მედიცინაში ფართოდ ცნობილ *Helichrysum arenarium* (L.) moench-თან ყველა მათგანი ერთმანეთთან ფარმაკოქიმიურად ცოტად თუ ბევრად ახლოს დგას და სამკურნალოდ ხალხი ყველა მათგანს იყენებს. ყვავის იენის-ავვისტოში, ნაყოფი მნიფდება ავვისტო-სექტემბერში. გამოიყენება კენწეროს ყვავილოვანი კალათები 1-2 სმ ღეროთი.



ყვავილებიანი კალათები მათი მიმდებარე ღეროს კენწრული ნაწილით შეიცავენ 0,25 პროცენტ ფლანოიდურ გლიკოზიდებს, სტერინს, ფისებს, 0,05 პროცენტ ეთერზეთს, საპონინებს, შაქარს, მთრიმლაკ და საღებავ ნივთიერებებს, ცხიმმჟავებს, კაროტინს, C და K ვიტამინებს, ნატრიუმის, კალიუმის, კალციუმის, რკინის, მარგანეცის მარილებს (ი. ა. გუბანოვი, ი. ლ. კრილოვა, ვ. ლ. ტიხონოვა, 1976).

ნეგოს ყვავილები (კალათა ყვავილელები) მედიცინაში გამოიყენება ღვიძლის, ნალვლის ბუშტისა და ნალვლის სადინარების მწვავე და ქრონიკული დაავადებების დროს. ავადმყოფთ უმცირდებათ გულისრევა, პირღებინება, ღვიძლის არეში ტკივილების გრძნობა, მეტეოროზმი (მუცლის ბერვა გაზების დაგროვების გამო), აფერხებს ღვიძლის გადიდებას. ნეგო მცირედტოქსიკურია, ზრდის ნალვლის გამოყოფას, ამცირებს ნალვლის მჟავების კონცენტრაციას, ნალველში ბილირუბინის და ქოლესტერინის შემცველობას, ახდენს კუჭისა და კუჭქვეშა ჯირკვალის სეკრეტორული ფუნქციების სტიმულირებას, ზრდის დიურეზს (ა. ს. ბელიკოვი, 1962).

ნალვლისდენის გამაძლიერებელი ჩაი კეთდება შემდეგნაირად: 400 მლ წყალზე იღებენ 10 გრ შემდევი ბალახის ნარევს: 3,0 გრ ნეგოს ყვავილი, 3,0 გრ სამყურას ფოთოლი, 2,0 გრ პიტნის ფოთოლი, 2,0 გრ ქინძის თესლი. 1 ჩაის კოვზ ნარევს ასხამენ 2 ჭიქა მდულარე წყალს და თავდახურული ჭურჭლით 20 წუთს დგამენ, წურავენ, აგრილებენ და თბილ მდგომარეობაში სვამენ ნახევარ-ნახევარ ჭიქას დღეში სამჯერ, ჭამამდე 30 წუთით ადრე.

ნეგოს ნახარშის მოსამზადებლად იღებენ 10 გრ დაქუცმაცებულ ყვავილს, ასხამენ 200 მლ ოთახის ტემპერატურის წყალს და დგამენ მდულარე წყალში 30 წუთის განმავლობაში. ამასთან ხშირად ურევენ. აგრილებენ 10 წუთით, ხელის მოჭერით წურავენ წყლიან ნაყენს და ყვავილებს, უმატებენ 200 მლ-მდე წყალს. მიიღება თითო სუფრის კოვზი დღეში 3-4-ჯერ, ჭამამდე 10-15 წუთით ადრე (ა. დ. ტუროვა, 1974)

მ. ა. ნოსალი (1960) აღწერს ნეგოს გამოყენების თავის გამოცდილებას სიყვითლის მკურნალობაში და აღნიშნავს, რომ ზოგ ავადმყოფს ნეგოს ჩაის სმისას სიყვითლე უქრებოდა ხუთ დღეში. ზოგი ჰყრიდა ასკარიდებს, რომელნიც ყვითლად იყო შეფერილი.

ნეგოს წყლიანი ნაყენი (40,0 გრ 1 ლ მდულარე წყალზე) ნალველსადინარების მკურნალობასთან ერთად, დადებითად მოქმედებს თვით ღვიძლზეც, განსაკუთრებით ციროზისა და ჭვალეების დროს. იმავე გამოწვევით იყენებენ კუჭ-ნაწლავების ტრაქტის დაავადებისას, აგრეთვე შარდ-სასქესო ორგანოების, საშარდე ბუშტის ჩათვლით მკურნალობაში, არაგამალიზიანებელ შარდმდენ საშუალებად (მ. ა. და ი. მ. ნოსალები, 1960).

ბულგარეთის მედიცინა ნეგოს პრეპარატებს იყენებს როგორც შარდმდენ საშუალებას თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის ანთებისას მტკივნეული შარდვით, ნალვლის ბუშტის კენჭოვანი და ანთებადი დაავადების სამკურნალოდ და ნალველდამდენ საშუალებად.

იყენებენ წყლიან ნაყენს: 3 ჩაის კოვზი დაქუცმაცებული ნეგოს ყვავილები 2 ჭიქა ცივ წყალზე, დგამენ 8 საათის განმავლობაში (დღე-ღამის დოზა) - (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოჩინოვი, 1968).

ნეგოს ფისოვანი ნივთიერებები ანტიბიოტიკ არენარინს შეიცავს, რომელიც ფიტოპათოგენურ ბაქტერიებს თრგუნავს (განსაკუთრებით პომიდორის კიბოს გამომწვევ და პარკოსნების ბაქტერიების წინააღმდეგ და სხვა). ეს ფაქტი იმის საშუალებას იძლევა, რომ აღნიშნული ბოსტნეული კულტურების მკურნალობაში ფრიად სახიფათო ქიმიკატების ნაცვლად გამოვიყენოთ ადამიანისათვის უვნებელი, ესოდენ პოპულარული სამკურნალო ბალახი ნეგო.

ნეგოს ინსექტიციდური თვისებაც გააჩნია და გამოიყენება ჩრჩილის წინააღმდეგ.

მეხვი - CUCUMIS MELO L.

საყოველთაოდ ცნობილი ბალჩეულია, მისი ნაირსახეობები ერთმანეთისაგან განსხვავდება არა მარტო მორფომეტრიული მახვენებლებით, არამედ გემოვნებითაც და შეფერვის ნაირგვარობით. ხალხურ მედიცინაში ნესვს უნიშნავენ დაუძლურებულთ და სისხნაკლულთ. განსაკუთრებით სასარგებლოა ღვიძლის დაავადებაგადატანილთათვის და კუჭმეკრულობის დროს. ნესვის კანს ღამით იფენენ ჭორფლიან, ფერისმჭამელებიან კერებზე და სახვევით იმაგრებენ, ასევე თესლის ემულსია გამოიყენება ჭორფლისა და ფერისმჭამელების მოსაცილებლად.

თირკმლის კენჭოვანი დაავადებების სამკურნალოდ ნესვის თესლს კარგად ნაყავენ და თანდათანობით უმატებენ ანადულარ ცივ წყალს (1:10), მთელ ამ მასას კოვზით კარგად ურევენ, შემდეგ წურა-



ვენ და 0,5 ჭიქას დღეში 2-3-ჯერ სვამენ ჭამის წინ (ი. ნურალ-იევი, 1989).

ავიცენას (1982) მტკიცებით ნესვი წმენდს კანს, განსაკუთრებით თესლი, აგრეთვე რბილობიც. მისი ფესვები ღვინოსთან ერთად ინვეს პირღებინებას. საამისოდ საკმარისია ფესვისა და ღვინის ნარევის 0,708 გრ-ის რაოდენობით მიღება. ნესვი ინვეს შარდდენის გაძლიერებას და შველის თირკმლებსა და საშარდე ბუშტს კენჭოვანი დაავადებების დროს, იმ შემთხვევაში როდესაც კენჭები მცირე ზომისაა.

თანამედროვე მედიცინაში ნესვი რეკომენდებულია, როგორც ყუათიანი საკვები, გამამაგრებელი, შარდმდენი და კუჭში გამხსნელი საშუალება. განსაკუთრებით სასარგებლოა ღვიძლით დაავადებულთათვის და მათთვის ვისაც შეკრულობა აწუხებს. იგი პროფილაქტიკულ საშუალებადაცაა მიჩნეული.

ნესვი წინააღმდეგ ნაჩვენებია შაქრიანი დიაბეტით დაავადებულთათვის, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავების წყლულის დროს, დიზენტერიისა და ნაწლავთა სხვა დაავადებების შემთხვევაში.

ნესვის მიღება დაუშვებელია სპირტიან სასმელთან და თაფლთან ერთად, აგრეთვე მიუღებელია ნესვის ჭამის დროს ან მის შემდეგ ცივი წყლის დალევა. არასასურველია მეჭუჭური ქალებისთვისაც, რადგან ბავშვებში შესაძლოა მოხელეების პროცესების მძიმე დარღვევები გამოიწვიოს (ი. ნურალიევი, 1989).

ნიახური - APIMUM GRAVEOLENS L.



ქოლგოსანთა ოჯახის 1-1,5 მ სიმაღლის ორწლოვანი ბოსტნეული, საყოველთაოდ ცნობილი მწვანილია, თითისტარისებრი ხორცოვანი ფესვით. ღერო ღრუ და მთელს სიგრძეზე წვრილად დაღარულია, ძლიერ დატოტვილი, ფოთლები ფრთისებრ დაყოფილი მომწვანო და ზედა მხრიდან მბრწყინავია. ფესვთანი ფოთლები 5 თათნაკეთიანია, ხოლო ფოთოლთანები კი მომრგვალო და 3 თათნაკეთიანია. ნიახურის 3 სახესხვაობაა ცნობილი: ფესვიანი, ყუნწიანი და სასალათე. ჩვენში ფესვიანი და სასალათე სახესხვაობებს ამრავლებენ ბოსტნეულებში.

ნიახურის ფოთლებში ეთერზეთი 0,1% რაოდენობითაა. შეიცავს აგრეთვე ცილოვან ნივთიერებებს, გლიკოზიდ აპინის. ვიტამინებიდან აღრიცხულია კაროტინი-0,8 მგ; E - 0,5; C - 38-117; B₁ - 0,33; B₂ - 0,1; B₆ - 0,8 მგ %. ფესვებში აღმოჩენილია ეთერზეთი, ფუროკუმარინები, ასპარაგინი და ქოლინი. კაროტინი და ვიტამინი E ფესვში ხუთჯერ ნაკლებია, ვიდრე მინისზედა ნაწილებში. თესლში ეთერზეთშემცველობა 2,5 - 3,0%-ს აღწევს, ცხიმშემცველობა კი 12%-ია, მასში ნაირგვარი ორგანული მჟავებიცაა აღრიცხული, საკმაო რაოდენობითაა მინერალური ნივთიერებები და B₁, C, B₂ და PP ვიტამინები. ნიახურის სასალათე და ყუნწიანი სახესხვაობები ვიტამინ C-ს ოთხჯერ მეტს, ხოლო

კაროტინს კი 40-ჯერ მეტს შეიცავენ, ვიდრე ფესვიანი.

ნიახური ადამიანისათვის უძველეს დროიდანვე იყო ცნობილი. ჩვენს ნელთალრიცხვამდე 480-440 წლებში ძველ ბერძნულ ფულის ნიშნებზე გამოსახული იყო ნიახური. გარდა ამისა ძველ საბერძნეთში მისი გვირგვინებით ამკობდნენ გამარჯვებულთა და დაღუპულთა საფლავებსაც.

შუასაუკუნეების ავტორების ბუხანისა და შაბოლოვსკის ცნობებით ნიახურის ფესვებს სურავანდის საწინააღმდეგოდ იყენებდნენ. ამჟამადაც იგი ამავე მიზნით ფართოდ გამოიყენება. ფოთლებს გამწმენდი და შარდმდენი თვისებები გააჩნია. თესვები გაზგამომდევნ და შარდმდენ საშუალებადაა მიჩნეული. კავკასიაში მას ღებავდნენ პირის ღრუში ცუდი სუნის გასაქარვებლად და სურავანდის საწინააღმდეგოდ (ნ. ზ. უმიკოვი, 1947).

უკრაინის ხალხურ მედიცინაში ნიახურს იყენებენ როგორც შარდმდენ, ციებ-ცხელებისა და ანთების საწინააღმდეგო საშუალებად (პირხახისა და სასუნთქი გზების ანთების დროს (ა.პ. პოპოვი, 1974). ამავე ავტორის მიხედვით: 34 გრ ნედლეულს 1 ლ ცივ წყალს ასხამენ და 8 საათის განმავლობაში დგამენ. სვამენ თითო ჩაის კოვზ ნაყენს დღეში სამჯერ.

გარეგანსახმარად მტკივნეულ ადგილებზე სველ საფენებს იფენენ, საამისოდ ნიახურის ნახევარ

ჭიქა (100 გრ) წვენს, ან კარგად დანაყილ ნედლ ფოთლებს ნახევარ ჭიქა ძმარს ამატებენ, აგრეთვე ნახევარ ჩაის კოვზ მარილსაც აყრიან და კარგად ურევენ. ამ ნარევეში სუფთა ნაჭერს ასველებენ და მტკიცეულ ანთებად და არაანთებად ადგილებზე იყენენ.

ნიახურს ხალხური მედიცინა იყენებს მუცლის შებერვისა და სპასტიკური ტკივილების დროს. ჭამის წინ ნიახურის მიღება მნიშვნელოვნად ჰმატებს მადას. ნიახურის მიწისზედა ნაწილებისა და თესლის ჩაი განსაკუთრებით სასარგებლოა ხანდაზმულთათვის, სიბერისდროინდელი ყაბზობის (ქრონიკული შეკრულობის) საწინააღმდეგოდ. გამხმარი ნორჩი ფოთლები, განსაკუთრებით კი თესლი კარგად გამოხატული შარდმდენი თვისებების მქონეა, ამიტომ ხშირად უნიშნავენ საშარდე ორგანოების კენჭოვანი დაავადებების დროს.

ხალხში ნიახურის თესლს იყენებენ ბრონქიალური ასთმის, ფილტვების ანთებისა და სულისხუთვის დროს, სლოკინისა და პირღებინების საწინააღმდეგოდ. ნიახურს იყენებენ აგრეთვე შაქრიანი დაიბეტის, სიმსუქნის, ნევროზების, ნიკრისის ქარის (პოდაგრა), ალერგიული დერმატიტის (კანის ანთებადი დაავადება), ჯინჭრის ციების დროს (ი. ნურალიევი, 1989; ა. პ. პოპოვი, 1974; ლ. ი. სკლიარევსკი, 1975; ი. ა. დიმიტროვი და თანაავტორები 1982).

გამოყენების წესები: 1) თესლების ნახარში – 2 ჩაის კოვზ თესლს 1 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ და ნელ ცეცხლზე 30 წუთს ადუღებენ. 2-3 სუფრის კოვზ ნახარშს სვამენ დღე-ღამის განმავლობაში 2-3-ჯერ საშარდე ორგანოების კენჭოვანი დაავადებების დროს.

2) მიწისზედა ნაწილების ან ფესვების ნახარშის მოსამზადებელად (1:10 შეფარდებით) იღებენ 15-20 გრ მიწისზედა ნაწილებს ან ფესვებს (წვრილად დაჭრილს), ასხამენ 150-200 მლ წყალს.

მიწისზედა ნაწილებს 15 წუთს, ხოლო ფესვებს 30 წუთს ნელ ცეცხლზე ხარშავენ, სვამენ 2-3 სუფრის კოვზ ან ნახევარ ჭიქა (100გრ) ნახარშს დღე-ღამის განმავლობაში 3-4-ჯერ შაქრიანი დაიბეტის სამკურნალოდ. წინათ ნიახურის წყლით ან ძმრით განზავებულ წვენს პირღებინების საწინააღმდეგო საშუალებად იყენებდნენ (ი. ნურალიევი, 1989).

ვ. შენებერგის (1974) მტკიცებითაც ნიახური დიურეზს (შარდდენას) აძლიერებს, ხელს უწყობს ორგანიზმიდან სილისებრ დანალექების გამოდევნას, სასარგებლოა სუსტნერვებიანთა და რევმატიზმიანთათვის.

ოთხფურცელა მარწყვა ბალახი - POTENTILLA ERECTA L.



ვარდოსანთა ოჯახის 15-50 სმ სიმაღლის მრავალწლოვანი ბალახია. მისი გამერქნებული ფესვურა თითქმის ჰორიზონტალურადაა განოლილი ნიადაგში, იგი მოკლე და საკმაოდ მსხვილია. მონითალო-მურაფერის, სიგრძით 2-7 სმ, სამსხოთი 1-3 სმ-ის ფესვურიდან რამოდენიმე ღერო ამოდის, რომელთა ზედა ნაწილი დატოტვილია, წამონუსული ან მთლიანად სწორმდგომი, მოკლე ბუსუსებით შემოსილი. ფესვთან ფოთლები გრძელყუნწიანია სამი ან ხუთი ნაკვით, რომლებიც ყვავილობის ფაზის დადგომამდე ხმება. ღეროს ფოთლები ყოველთვის სამწკვირანია და მჯდომარე, ორი მსხვილი ფოთოლთანით, რომლებიც ფოთლებთანაა შეზრდილი და ამიტომ ფოთლები ხუთნაკვითანის შთაბეჭდილებას ტოვებს. ფოთოლაკები წაგრძელებულ სოლისებრია და მწოლარე ბუსუსებითაა მოფენილი, დაკბილულია წვერის ნაწილში. ყვავილები სათითაოდაა განლაგებული გრძელსაყვავილე ღეროებზე, რომლებიც ფოთლებზე ყოველთვის უფრო გრძელია. ყვითელი ყვავილის გვირგვინი ოთხფურცლიანია, რითაც ის განსხვავდება სხვა სახეობის მარწყვაბალახებისაგან, მათი უმეტესობის ყვავილების გვირგვინი ხუთფურცლიანია. ნაყოფი 5-12

თესლურისაგან შედგება. ყვავის ივლის-სექტემბრის განმავლობაში. იზრდება კალთაშეთხელებულ ტყეებში, ტყისპირებზე, ტყუთაშორის ველობებზე, ხეობებში ზღვის დონიდან სუბალპურ სარტყლამდე აფხაზეთში, სვანეთში, სამეგრელოში, იმერეთში, გურიაში, აჭარაში, სამაჩაბლოში, ქართლში, მთიულეთში, თუშ-ფშავ-ხევსურეთში, თრიალეთში, ქვემო ქართლში.

ტანინებშემცველობის გამო ფესვურის ნახარშს შემეკრელ საშუალებად იყენებენ კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის ანთებითი პროცესების დროს (ენტერიტი, ენტეროკოლიტები, დისპეპსია), პირის ღრუში ივლებენ სტომატიტისა და გინგივიტის სამკურნალოდ. მასვე ხმარობენ დამწვრობის, სველი ეგზემისა და კანის სხვა დაავადებების შემთხვევებში (დ. ნ. ვოლოკო, 1962).

ფესვურას გვიან შემოდგომით ან ადრე გაზაფხულზე აგროვებენ, რეცხავენ და კარგად ახმობენ. 5 გრ ძალიან წვრილად დაჭრილ ფესვურას 5 წუთს კარაქში ხარშავენ და თბილს ნურავენ,

რომლითაც ქარის ზეგავლენით დამსკადარ ტუჩებს და ხელებს, აგრეთვე კანდამსკადარ ფეხებს იზელენ. კუჭის აშლილობისა და დიზენტერიის დროს ფესვურების ჩაის სვამენ (მ. ა. ნოსალი, ი.მ. ნოსალი, 1960).

ფესვურისგან მომზადებული პრეპარატები რეკომენდებულია გინეკოლოგიური დაავადებებისა და მტკივნეული მენსტრუაციის დროს.

მისი პრეპარატები ეფექტურია კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის, ემფიზემის, ფილტვის ტუბერკულოზის, განსაკუთრებით კი კუჭის აშლილობისა და ხველის დროს.

მოხმარების წესები: ნახარში (25 გრ ნედლეული 200 მლ წყალზე) სვამენ თითო სუფრის კოვზს დღეში სამჯერ ჭამის წინ.

სპირტზე ნაყენი (20 გრ ნედლეული 100 გრ სპირტზე), იღებენ 40 წვეთს, ერთ სუფრის კოვზ წყალში განზავებით, დღეში სამჯერ. თუ არაყზეა დაყენებული, მაშინ ნახევარი სირჩას (სირჩა 30-40 გრ-ია) დღეში სამჯერ (ა. პ. პოპოვი, 1974).

ფესვურის წყალზე ნაყენსა და ნახარშს სისხლდენის შესაჩერებლად იყენებენ ციმბირის ხალხურ მედიცინაში (სისხლდენა საშვილოსნოდან, ფილტვებიდან, ნაწლავებიდან, სისხლიანი შარდვა). წყალზე ნაყენსა და სპირტთან ექსტრაქტს იყენებენ თირკმლების, ღვიძლის, ფილტვების დაავადებისას, სულისსუნთქვის, დამწვრობისა და სტომატიტის შემთხვევებში (ვ. გ. მინაევა, 1970).

ბულგარეთის ხალხურ მედიცინაში დასალევ ნახარშს შემდეგნაირად ამზადებენ: 5-10 გრ ფესვურების ფხვნილს 20 წუთს ხარშავენ 0,5 ლ წყალში. სვამენ 6-8 სუფრის კოვზს ერთი დღის განმავლობაში.

ნაყენის მოსამზადებლად 20 გრ ნედლეულს 100 გრ სპირტს ასხამენ. სვამენ 20-30 წვეთს დღეში 4-5-ჯერ.

გარეგანსახმარად 30 გრ ნედლეულს 0,5 ლ წყალში ხარშავენ, რომელსაც იყენებენ კომპრესების სახით ჭრილობებზე, სველი ეგზემის კერებზე, ბუასილის სამკურნალოდ, მასვე იყენენ სისხლჩაქცევებიანი დაყუჩილი ადგილების სამკურნალოდ და ქალები ისხურებენ საშვილოსნოს ყელში თეთრად შლის დროს (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968). რეკომენდებულია შემდეგი რეცეპტიც: ორ სუფრის კოვზ დანაყილ ფესვურას 5 წუთს 500 გრ წყალში ხარშავენ და თითო სირჩას სვამენ დღეში ოთხჯერ (ისაევი, ლანჯევი და ნეშევი, 1977; სტოიანოვი, 1973).

ოლეანდრი - NERIU OLEANDER L.



აპოცინაცეების ოჯახის წარმომადგენელი 3-4 მ სიმაღლის მარადმწვანე ხეშეშფოთლებიანი ბუჩქია. ყლორტებზე რგოლურად განლაგებული 9-14 სმ სიგრძის კიდემთლიანი ფოთლები ლანცეტისებრი და ბოლონანვეტებულია. თითოეულ რგოლში სამ-სამი ფოთოლია.

ყვავილები ყლორტების კენწეროებში ფარისებრ ნახევარქოლგებშია განლაგებული. საქართველოში აკლიმატიზირებული ფორმების უმეტესობა ვარდისფერი და თეთრყვავილიანია. ზოგი ფორმა ბუთხუზაყვავილიანაცაა. ყვავის ივნისიდან დაწყებული სექტემბრის ჩათვლით, ოლეანდრი ხმელთაშუა ზღვის სანაპიროების მცენარეა. ფართოდაა აკლიმატიზირებული საქართველოს შავიზღვისპირა რაიონებში. დანერგულია ქ. თბილისის გამწვანებაში. იყენებენ ოთახის მცენარედ, მაგრამ გასათვალისწინებელია ის მდგომარეობა, რომ ფოთოლზე ხელის შეხებას და შემდეგ დაუბანელი ხელის თვალში ამოსმას შესაძლოა მხედველობისათვის გამოუსწორებელი უარყოფითი შედეგი მოჰყვეს. ამიტომ ოთახის პირობებში ოლეანდრის გამოყენა-შენახვა სახიფათოა, განსაკუთრებით ბავშვებისათვის.

ხანმოკლე 120-მდე ყინვებს ოლეანდრი იტანს, მაგრამ ახალგაზრდობაში, იგი 4-6⁰ ყინვებითაც კი ზიანდება, მრავლდება თესლით, კალმებითა და გადანეწვით.

სამკურნალოდ გამოიყენება ოლეანდრის ფოთლები, რომელიც საგულე გლიკოზიდებს შეიცავს. გამოიყენება და ხარისხის სისხლმიმოქცევის მწვავე და ქრონიკული უკმარისობის, განსაკუთრებით გულის მანკის დროს მოციმციმე არითმიით. პრეპარატი სწრაფად შეიწოვება და კუჭ-ნაწლავის სისტემაში თითქმის არ იშლება, მაგრამ ორგანიზმში დაგროვების კარგად გამოხატული თვისება გააჩნია.

ანტიბიოტიკი ოლეანდრომიცინი აქტიურია სტაფილოკოკების მიმართ, რომლებიც პენიცილინისა და სხვა ანტიბიოტიკების მიმართ გამძლეობას იჩენენ (ი.ა. ალექსინა, 1962).

ისაევი, ლანჯევი და ნეშევი (1977) ხმარობენ ოლეანდრის ფოთლების ცივი წყლით გამონაწვლილს: ერთ ჩაის კოვზ წვრილად დჭრილ ფოთლებს 0,5 ლ ცივი წყალს ასხამენ და ერთი საათის

განმავლობაში დგამენ. სვამენ თითო სირჩას (30-40 გრ) ჭამის წინ დღეში სამჯერ.

ოლეანდრი ძლიერ შხამიანი მცენარეა, ამიტომ მას იყენებენ მხოლოდ ექიმის დანიშნულებითა და მისი უშუალო კონტროლით. ოლეანდრით თვითმკურნალობა კატეგორიულად დაუშვებელია, რადგან სიცოცხლისათვის უაღრესად სახიფათოა.

ოზბალო - MENTHA PULEGIUM L.



ტუროსანთა ოჯახში შედის. მრავალწლიანი 10-15 სმ სიგრძის აღმამდგომი ან მინაზე გართხმული, ორნახნაგოვანი ღეროებიანი, ფესვურიანი მცენარეა. მოკლეყუნწიანი, 8-30 მმ სიგრძისა და 5-12 მმ სიგანის, კვერცხისებრი ან ოვალური, ბენვეებით შებუსევილი ფოთლები ღეროზე ერთიმეორის პირისპირაა განლაგებული.

მოვარდისფრო-მოიისფრო, ზოგჯერ თეთრი ყვავილები ფოთლების ილიებში ჩხრო ყვავილედებადაა შეკრებილი, რომელთა ჯამი 3 მმ-მდე სიგრძისაა და ბანჯგვლიანი, ქვედა ტუჩი 2 სადგისისებრი, ზედა 3 ლანცეტა ძირგანიერი სამკუთხისებრი კბილებით. ყვავის ივლისში. მრავლდება თესლით და ბუჩქის დაყოფით (ვეგეტაციურად).

იზრდება ტყიანი ზონის მდინარეთა სანაპიროებზე, საერთოდ კი ნესტიან ადგილებში. გვხვდება ძირითადად აფხაზეთში, სამეგრელოში, იმერეთში, აჭარაში, გურიაში, რაჭაში, ლეჩხუმსა და სვანეთში.

ხელი ფოთლები 2 პროცენტამდე, მთლიანად ნედლი მინისზედა ნაწილები კი 0,12-0,7 პროცენტამდე, ეთერზეთს შეიცავს, რომლის შემადგენლობის 99-პროცენტამდე ნაწილი პულეგონსა და ლიმონენზე მოდის (გ. ვ. კანდელაკი, 1955). ზეთი გამოიყენება პარფიუმერიაში, საკონ-

სერვო და საკონდიტრო წარმოებაში სასმელების, ჩაის და ძმრის არომატიზირებისათვის. შესანიშნავი ბალახია შეჭამანდებისათვის, განსაკუთრებით პოპულარობით სარგებლობს ტყემლის საწებლისათვის.

ხალხური მედიცინა იყენებს ჭრილობის შემახორცებელ და ანტისპაზმურ, აგრეთვე ყვიანახველის, ასთმის და ისტერიის დროს დამანყნარებელ საშუალებად. ყველა ამ შემთხვევაში რაჭაში ამ ბალახის წყლიან ნაყენს იყენებენ. გარდა აღნიშნულისა, ომბალო შესანიშნავია იმითაც, რომ მისი სურნელი აფრთხობს რწყილებს.

ონტკოფა - PHYSALIS ALKEKENGII L.



ძალეყოძენასებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. ონტკოფას აჭარაში სატკაუნას ეძახიან, რაჭა-ლეჩხუმში ბაბუშტელას, გურიაში კატაყვერას. მრავალწლიანი ფესვურიანი მცენარეა, 20-100 სმ სიმაღლის სწორმდგომი მარტივი (ზოგჯერ კენწრულ ნაწილში სუსტად დატოტვილი) ღეროთი.

ღეროზე მორიგეობით მაგრამ წყვილ-წყვილად განლაგებული, საკმაოდ გრძელყუნწიანი, ნაგრძელბულ-კვერცხისებრი, იშვიათად რომბულ-კვერცხისებრი, ბოლოში გრძლადნაწვეტილი ფოთლების კიდებები ოდნავ ამოკვეთილია, რაც ნაკლებად შეიმჩნევა, ამიტომ ფოთლები კიდემთლიანის შთაბეჭდილებას ტოვებს.

ყვავილები სათითაოდაა გაბნეული მთელს ღეროზე ფოთლების ილიებში. ყვავილის ჯამი ზარისმაგვარია, რომელიც დაყვავილების შემდეგ თვალსაჩინოდ იზრდება და ბუშტივით იბერება. ყვავილის გვირგვინი თეთრი და ბორბლისებრი მოყვანილობისაა, ხუთკუთხა კონტურით.

ბურთივით მრგვალი, 1,2-2,0 სმ სიგრძის ნარიჯისფერ-წითელი კაშკაშა წითელ ბუშტივით გაბერილ ჯამში ჩამალული ნაყოფი წვნიანი

კენკრაა, რომელიც თირკმლისებერ მრავალრიცხოვან მოთეთრო თესლებს შეიცავს. ყვავის მაისიდან აგვისტოს შუა რიცხვებამდე.

იზრდება გამეჩხრილ ტყეებში, ტყისპირებში, ბუჩქნარებში, ხეებში, ბაღებსა და ღობის ძირებში.

ონტკოფას ნაყოფი უვნებელი და საკვებად ვარგისია, შეიცავს შაქარს, ლიმონის მჟავას, C ვიტამინს, ცხიმს, კაროტინს, სულ მცირე რაოდენობით ალკალოიდებს. აბრეშუმის ქსოვილს ღებავს

ყვითლად და ნარინჯისფერად, სათანადო კომპონენტის დამატებისას ნითლადაც.

ონტკოფას ნედლი ფოთლის წვეს ქართული ხალხური მედიცინა ოდითგანვე ჭიის დამდენ და წყურვილის მოსაკლავ საშუალებად იყენებდა.

ბულგარეთის მედიცინაში ონტკოფას ნაყოფი რეკომენდებულია როგორც შარდმდენი საშუალება თირკმლების და საშარდე ბუშტის კენჭოვანი დაავადებისას, სასქესო ორგანოების ჩირქოვანი ანთების, წყალმანკის, ნიკრისის ქარისა და სახსრების რევმატიზმის სამკურნალოდ.

ნაყოფს ნახარშის სახით იყენებენ: 15-30 გრ ხმელი ნაყოფი 0,5 ლ წყალზე (2 დღის დოზა, რომელსაც ყლუბ-ყლუპობით სვამენ), ან ჭამენ 10-15 ნედლ მწიფე ნაყოფს ერთი დღის განმავლობაში, ან კიდევ ყოველდღე სვამენ ოც-ოც გრამ, ნედლი მწიფე ნაყოფისაგან გამოწურულ წვეს.

ონტკოფას ნითელი ბუშტივით გაბერილი ყვავილის ჯამი შხამიანია, ამიტომ არ უნდა შეგვცდეს და ყვავილის ჯამი არ უნდა გამოვიყენოთ (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

ორკბილა - BIDENS TRIPARTITA L.



რთულყვავილოვანთა ოჯახის წარმომადგენელია. ორკბილა (აჭარაში ხოზიკა, კახეთში იჭი, ქვემო იმერეთში-რაჭაში ნიპარკა, მამლიყვილა, ფისაურა) სწორმდგომღეროიანი 15-60 (100) სმ სიმაღლის, ერთწლიანი მცენარეა, ფოთლები ღეროზე ძირითადად ერთიმეორის მოპირისპირედაა განლაგებული, კენწეროზე კი ზოგი ფოთლი მორიგეობითაა განწყობილი. ფოთლის ყუნწი შედარებით მოკლეა და აქეთ-იქიდან ფრთები ჩასდევს, ყუნწების ძირები ერთმანეთთანაა შეზრდილი. ფოთლის ფირფიტა ხშირად სამნაკვითიანია, მაგრამ გვხვდება ხუთნაკვითიანიც. ფოთლის ნაკვეთები ნაპირებში ხერხისებრ დაკბილულია. კენწრული ფოთლები ხშირად კიდემთლიანია. ყვავილების კალათები მოყავისფრო-ყვითელია, რომლებიც ერთეულადაა ტოტების ბოლოებზე ან რამოდენიმე ერთად (ჯგუფად). კალათის საბურველი მრავალფოთლიანია და ორმწკრივიადაა განლაგებული.

ყვავილები მილისებრი და ორსქესიანია, თესლი სოლისებრია ორი ხორკლიანი კბილით (იშვითად 3-4 კბილიანი). ამ კბილების მეშვეობით თესლი ემაგრება ტანსაცმელს და ცხოველების ბუნეს და ასე ვრცელდება შორ მანძილზე. ყვავის ივლის-სექტემბერში, თესლი სექტემბერ-ოქტომბერში მწიფდება.

გავრცელებულია მთელს ტყიან ზონაში, უფრო ხშირად ტყეთაშორის ნესტიან ველობებზე, მდინარეთა ნესტიან დაბლობებზე, არხების პირას, წყალსაცავთა ნაპირებზე, ბალებში და სხვა.

მედიცინაში გამოიყენება აყვავებამდე ან აყვავების წინ შეგროვილი ჩვილი კენწეროები და ფოთლები. მისი ბალახი გამოიყენება აბაზანისათვის, რასაც ფართოდ ხმარობენ ბავშვთა მკურნალობისათვის, უმთავრესად სხვადასხვა დიათეზის სამკურნალოდ. დასალევად იყენებენ როგორც შარდმდენ და ოფლმომდენ საშუალებას, აგრეთვე საჭმლის მოწელების გასაუმჯობესებლად (ვ. ბ. კუვაევი, 1962).

რუსულ ხალხურ მედიცინაში ორკბილა გამოიყენებოდა, როგორც შარდმდენი და ოფლმომგვრელი საშუალება, გარდა ამისა მასვე ხმარობდნენ სასუნთქი გზების დაავადების, სიყვითლის და ორგანიზმში ნივთიერებათა ცვლის მოშლის სამკურნალოდ (ვ. მ. ფლორინსკი), აგრეთვე სურავანდის, სისხლის დაავადების, მუნის, სირსველის, კბილის ტკივილის დროს. ფესვებით მორიელის ნაკებნს მკურნალობდნენ. ტრბეტის მედიცინა მას იყენებს სისხლნაკლებობის, ათეროსკლეროზის და ციმბირის წყლულის სამკურნალოდ. ჩინეთის მედიცინა კი როგორც სიცხის დამწვე და ტუბერკულოზის სამკურნალო საშუალებას.

მეცნიერულ მედიცინაში ოფლისმომგვრელად გამოიყენება გაციებულობის დროს და შარდმდენად შარდსასქესო ორგანოების დაავადებისას. განსაკუთრებით ფართოდ გამოიყენება საბავშვო პრაქტიკაში სკლეროზის დროს (ა. დ. ტუროვა, 1974).

ა. დ. ტუროვა აღწერს ფაქტს იმის შესახებ, რომ კლინიკაში ფსორეაზიან 53 ავადმყოფს ორკბილას პრეპარატებით მკურნალობდნენ. ისინი ორკბილას ექსტრაქტს სვამდნენ 20 წვეთს დღეში სამჯერ ჭამის წინ, 12-15 დღის განმავლობაში. გარეგანი ხმარებისათვის იყენებდნენ მალამოს, რომელიც ორკბილას სქელი ექსტრაქტისაგან (2,5 პროცენტი) იყო მომზადებული ლანოლინის ზეთთან შერევით (1:1), დაზიანებული კანის კერებს დღეში ერთხელ იხელდნენ. 29 ავადმყოფი კლინიკურად განიკურნა. 22-ს გაუუმჯობესდა მდგომარეობა, 2 ავადმყოფზე კი ასეთმა თერაპიამ დადებითი შედეგი არ გამო-

ოილო. მიღებული შედეგები საცხებით დამამიძებელია და იმედი უნდა ვიქონიოთ, რომ ამ ფაქტს ყურადღებას მიაქცევენ მედიცინის მუშაკები.

დასაღვეად ხმარობენ ორკბილას ჩაის. 1 სუფრის კოვზ ბალახს 1 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ და $1/2$ ჭიქას (ბავშვები ერთ მილებზე 1 ჩაის ან 1 სუფრის კოვზამდე) 3-4-ჯერ დღეში იღებენ. სხვადასხვა ქიმიკატებთან გამოყენებისას ორკბილა მატყლსა და აბრეშუმს ყვითლად, ყავისფრად ან მწვანედ ღებავს (ვ. გ. მინაევს, 1970).

ვ. გ. მინაევს მიხედვით ორკბილა მედიცინაში გამოიყენება, როგორც შარდმდენი, ნალვლის-მომდენი და ოფლმომგვრელი საშუალება, იგი აუმჯობესებს მადას და საჭმლის მონელების პროცესს. ამ დაავადებისას იღებენ ზემოთ აღწერილი წესით მომზადებულ წყლით გამონაწვლილს (ჩაის).

მისივე ცნობით ხალხურ მედიცინაში ორკბილას იყენებენ ორგანიზმში ნივთიერებათა ცვლის მოშლის, მათ რიცხვში სიყვითლის, რაქიტის, შაქრიანი დიაბეტის, აგრეთვე რადიკულიტის, რევმატიზმის, ნიკრისის ქარის, ბრონქიტის, საჭმლის ცუდად მონელების დროს. კანის დაავადებების დროს (ეგ ზემოთ, იარა, მუნუკები) ორკბილას წყლით გამონაწვლილს სვამენ და მის ნახარშს გარეგნულადაც ხმარობენ.

ორკბილი - ARCTIUM LAPPA L.



რთულყვავილოვანთა ოჯახის 60-180 სმ სიმაღლის ორწლოვანი მსხვილეროვანი და განიერფოთლებიანი ბალახია. მთავარლერძა ფესვი ხორცოვანი და სუსტად დატოტვილია, რომლის სიგრძეც 60 სმ-მდე აღწევს. მონითალო ფერის ღერო წახნაგებიანია, იგი ზედა ნაწილში ძლიერ დატოტვილი და ჯირკვლებით შემოსილია. ღეროს ძირა ნაწილში განლაგებული ფოთლები ძალიან დიდია სიგრძით და სიგანითაც - 50 სმ-მდე. ფოთლების ყუნწები, ისე როგორც ღერო ღრუა. ყვავილები ბურთისებრ კალათებშია შეკრებილი, რომელთა სიმაღლეც 3-3,5 სმ-ს შეადგენს და ფარეზად ან ფარისებრ საგველადაა შეკრებილი ღეროს კენწეროსა და მისი განტოტვების დაბოლოებებზე. კალათების საბურველი გლუვი და მწვანეა, რომელიც კრამიტისებრ განწყობილი, ხაზურა, წვერში თანდათანობით ნაწვეტებული მაგარი, ნემსკავისებრ თავმოხრილი ფოთოლაკებისაგან შედგება. კალათაში არსებული ყველა ყვავილი მილისებრია და ორსქესიანი, მოლურჯო-მონითალო ყვავილის გვირგვინით. ნაყოფები წარმდგენიან, გლუვი, წახნაგებიანი, 5-7 მმ სიგრძის, ლაქებიანი თესლურება ქოჩრით. იზრდება საცხოვრებელი ადგილების შემოგარენში, ეზოებში, რუდერალურ ადგილებში, ყანების კიდეებში, გზების პირას, მეჩხერ ტყეებსა და ბუჩქების რაყებში.

ორკბილის ფესვებს შარდმდენ საშუალებად იყენებენ. მათი ნუშის ან ზეთისხილის ზეთზე ნაყენის თავის კანში შეზღუვას ახდენენ თმის ცვენის შესაჩერებლად. ფესვის ნაყენს სვამენ რევმატიზმისა და ნიკრისის ქარის დროს, აგრეთვე ეგ ზემის, ფერისმჭამელების, ფურუნკულოზის დროს (ს. ე. ზემლინსკი, 1962).

ორკბილის ფესვის ნახარში (50-60 გრ 1 ლ წყალზე) კანის ნაირგვარი დაავადებების, ფურუნკულების, გამონაყარის, სიყვითლის, რაქიტის სამკურნალოდ გამოიყენება (დასაღვეად). სვამენ ქრონიკული ყაბზობის დროს. დიაბეტის სამკურნალოდაც; ამზადებენ შემდეგი ნარევის ნახარშს: ლობიოს ჩენჩო (პარკები უმარცვლოდ), ოროვანდის ფესვები და ჩვეულებრივი მოცვის ფოთლები ერთმანეთში აირევა თანაბარი დოზით. ამ ნარევიდან 50-60 გრ-ს იღებენ და 1 ლ წყალს ასხამენ, დგამენ მთელი ღამის განმავლობაში, დილით 5-7 წუთს ადუღებენ ნელ ცეცხლზე, შემდეგ გაგრილებამდე დგამენ და წურავენ, ნარჩენსაც ხელის მოჭერით წურავენ. მთელ ამ ნაყენს ერთი ღლის განმავლობაში 6 ჯერზე სვამენ (მ. ა. და ი. მ. ნოსალები, 1960). ამავე ავტორთა მიხედვით ნიკრისის ქარის სამკურნალოდ შემდეგი ნარევის ჩაის სვამენ: ოროვანდის ფესვები - 25 გრ, ჭანგის ფესვურები - 20 გრ, ორკბილას ბალახი - 20 გრ, სამფერი იის ბალახი - 30 გრ, პატარძლისთითა - 20 გრ. ამ ნარევის 40 გრ-ის რაოდენობით იღებენ, 1 ლ წყალს ასხამენ და ნელ ცეცხლზე 15 წუთს ადუღებენ. დღეში სამ ჭიქას სვამენ (დილით უზმოზე). ქრონიკული ყაბზობის დროს ძალიან კარგ შედეგებს იძლევა ოროვანდის თესლის ნახარშის დაღვევა (20 გრ თესლი 200 მლ წყალზე). სვამენ თითო სუფრის კოვზ ნახარშს დღეში 3-4-ჯერ (ა. პ. პოპოვი, 1974).

ორკბილის სამკურნალოდ გამოყენების მრავალ ხერხს აღწერს ნ. ნ. ბელოჩალოვი, რომლის მიხედვითაც მაისში შეგროვილი ფოთლით იხვევენ რევმატიზმით მტკივნეულ და ნიკრისის ქარიან ად-

გილებს საღამოთი და სახვევს მთელი ღამის განმავლობაში ხელუხლებლად ტოვებენ. მაისშივე შეგროვილ და გახეხილ ფესვებს რაიმე ნორმის გარეშე ჭამენ კუჭის კიბოს დროს, სიცხის დასაწევად 15 გრ დაქუცმაცებულ ფესვებს ერთ ჭიქა წყალს ასხამენ და ნახარშს ამზადებენ (5-7 ნუთს ადულებენ), $\frac{1}{4}$ ჭიქას დღეში 3-4-ჯერ სვამენ.

ოროვანდისა და ბურბუშელას (ბაბუანვერას) ფესვების ნახარშით მკურნალობენ ეგზემას. თითოეულ მათგანს თითო სუფრის კოვზს იღებენ და 3 ჭიქა წყალს ასხამენ, მთელი ღამის განმავლობაში დასაღობად დგამენ, დილით 10 ნუთს ადულებენ; სვამენ 0,5 ჭიქას დღეში 4-5 ჯერ. ოროვანდის ფესვებისაგან და ფოთლებისაგან გამოწურულ წვენს ტუბერკულოზიან ავადმყოფებს ასმევენ ყოველდღე 3-4 სუფრის კოვზის რაოდენობით. რადიკულიტის სამკურნალოდ ოროვანდის ფოთოლს ქვედა მხრით მტკივნეულ ადგილზე იფენენ და სახვევით აფიქსირებენ, სახვევს მთელი ღამის განმავლობაში ინარჩუნებენ. ამ პროცედურით ავადმყოფს ტკივილი უყუჩდება და შრომის უნარი უბრუნდება.

ოროვანდის ფესვების ნახარში (15 გრ 1 ლ წყალზე) შარდმდენ საშუალებად გამოიყენება (ნაზარეთიანი, 1963). ფარმაკოლოგთა გამოკვლევებით დადგენილია, ოროვანდის ფესვების სპირტზე ნაყენის სიმსივნის საწინააღმდეგო ზემოქმედება, ექსპერიმენტულ ავთვისებიან სიმსივნეებზე ცხოველებზე ჩატარებული ცდებით (Foldak, Dombradi, 1964).

ხალხურ მედიცინაში ოროვანდის ფესვები გამოიყენება, როგორც ოფლის და შარდმომგვრელი საშუალება, აგრეთვე წყალმანკის, ნიკრისის ქარის („პოლდაგრა“), შაქრიანი დიაბეტის, რევმატიზმის, თირკმლების კენჭოვანი დაავადების, ქრონიკული ყაბზობის (შეკრულობის), გასტრიტის, ჭრილობების, სიყვითლის, რაქიტის, საშვილოსნოსა და საყლაპავი მილის კიბოს, კანის დაავადებების (ეგზემა, სებორეა, ფერისმჭამელები, ფურუნკულოზი, ნელსულები, სირსველი) სამკურნალოდ. ოროვანდის ფესვების ფხვნილს სპირტსა და თაფლზე (ორივე თანაბარი რაოდენობით) 7 დღის განმავლობაში დაყენებით მიღებული ნაყენის სახით იღებენ კუჭის კიბოს შემთხვევაში (ე.გ. მინაევა, 1970). ამავე ავტორის მიხედვით ოროვანდის ნედლეულს სიმსივნეებთან კერებზე იფენენ. ძნელად მოსარჩენი ჭრილობების სამკურნალოდ შემდეგ მალამოს იყენებენ: ოროვანდის ნედლეულს 75 გრ ფესვებს ერთი დელაჰამის განმავლობაში მზესუმზირის ზეთზე აყენებენ (უკეთესია ნუშის ზეთი), ამის შემდეგ 15 ნუთს ადულებენ ნელ ცეცხლზე და წურავენ. კარაქზე მომზადებულ ოროვანდის ფესვების მალამოს დამწვრობის შემთხვევაში იყენებენ. ნედლი ოროვანდით ციმბირში საქონლის ჭრილობებსა და ქეცს მკურნალობენ.

ჩინურ მედიცინაში ოროვანდის ფოთლებისა და ფესვებისაგან მომზადებულ პრეპარატებს იყენებენ სიფილისის, შხამიანი გველებისა და მწერების ნაკენთა საწინააღმდეგოდ, აგრეთვე შარდმდენ საშუალებად შეშუპების დროს, გარეგან სახმარად ეგზემის, ფურუნკულების სამკურნალოდ (ფ. ი. იბრაგიმოვი, ვ. ს. იბრაგიმოვა, 1960).

ოსნო, კაღლის მზა - CYNOGLOSSUM OFFICINALE Kusun.



ორწლოვანი, რუხი ბუსუსებით შემოსილი 40-100 სმ სიმაღლის, არასასიამოვნო სუნის მქონე მცენარეა. ღერო ფესვის ყელიდან ერთი, იშვიათად 2-3 ამოდის, რომელიც მთელს სიგრძეზე წვრილ ნალარებზავლებული და ზედა ნაწილში ძლიერ დატოტვილია. 15-20 სმ სიგრძის ნაგრძელებული ლანცეტა ფოთლები მწოლარე ბუსუსებითაა მოფენილი, განსაკუთრებით ქვედა მხრიდან. ფესვთანი ფოთლები ყვავილობის უამს ხმება. ყვავილედი საგველისებრია დაკნინებული ფოთლებით, ან თითქმის უფოთლოდ. ყვავილები ხუთწევრიანია, რომელთა გვირგვინი ძაბრისებრია ჭუჭყიან-მუქწითელი შეფერვით, ზოგჯერ მონითალო-მოლურჯო ელფერისაა. ძალიან იშვიათად თეთრყვავილა ეგზემულარებზე გვხვდება. ნაყოფი 4 კაკულჭისაგან შედგება, რომელთა ფორმა გულისებრია და თავმოკაუჭებული ეკლისებრი წარმონაქმნებითაა შემოსილი, რის მეოხებითაც ტანსაცმელსა და საქონლის მატყლს ედება და ასე ვრცელდება.

თითქმის მთელს საქართველოშია გავრცელებული. ცნობილი რუდერალური სარეველა ბალახია. იზრდება გზებისპირას, მიწდერებში, საძოვრებზე, ეზოებში და სხვა.

ფესვებსა და თესლში ალკალოიდებს შეიცავს, მათი კვალი თვით ბალახშიცაა აღმოჩენილი და ორი

ნლის ხნოვანების ეგზემპლარებში 1,59%-ს აღწევს, ნაყოფებში კი 0,60%-მდე. ერთი ნლის ეგზემპლარების ფოთლებსა და ფესვებში 0,24-0,39%-მდე.

ხალხურ მედიცინაში ოსეროს იყენებენ როგორც დამანყნარებელ საშუალებას კრუნჩხვებისა და ხველის დროს. ფურუნკულზე სველსაფენების დაფენა ამსუბუქებს მდგომარეობას. ასევე მოქმედებს დამწვრობით დაზიანებულ კერებზეც და გველის ნაკბენზეც. ამ მცენარის წვენსა და ფესვებს ინსექტიციდად და ვირთხა-თაგვების წინააღმდეგაც იყენებენ (ი.ვ. ზოზი, 1962).

ოსერო შხამიანია და ამიტომ მისი პრეპარატების გამოყენება მხოლოდ ექიმის გამოწერითა და მეთვალყურეობითაა ნებადართული.

ფესვის ან ფოთლების ნახარშის მოსამზადებლად 5 გრ ნედლეულს 200 მლ წყალს ასხამენ და 5-7 წუთს ადუღებენ. სვამენ ნახევარ ჩაის კოვზ ნახარშს დღეში სამჯერ.

ნაყენის (ტინქტურის) მოსამზადებლად 10,0 გრ ნედლეულს 100 გრ სპირტს ან მაგარ არაყს ასხამენ და დღეში 5-10 წვეთს სამჯერ სვამენ. ახლად გამოწურულ წვენსაც ამ დოზით იღებენ (ა.პ. პოპოვი, 1974).

ნ. ნ. ბელოჩალოვის მიხედვითაც 5 გრ ნედლეულზე ერთი ჩაის ჭიქა წყლით მიღებულ ნახარშს ნახევარ ჩაის კოვზს დღეში სამჯერ სვამენ.

ოში - POPULUS NIGRA L.



ტირიფისებრთა ოჯახში შედის. ოფი 15-30 მ სიმაღლის ხეა ნაცრისფერი ქერქით. ფოთლები მომრგვალო სამკუთხედიან ან რომბული, ბოლოწვეტიანი, კიდეხერხებილა, ზემოდან მუქი მწვანე, ქვემოდან შედარებით ბაცი. მამრობითი მჭადა ყვავილედ მჯდომარეა, მდედრობითი კი კარგად გამოსახული ყუნწით ხასიათდება.

მამრობითი ყვავილი 6-30 მტვრიანითაა, მონითალო ფერის მტვრის პარკებით. მდედრობითი ყვავილი ერთბუტკოიანია 2 ყვითელი დინგით. ყვავის მარტ-აპრილში შეფოთვლამდე, ანემოფილური მცენარეა, ე. ი. ქარის მეშვეობით იმტვერება, თესლი მაის-ივნისში მნიფდება. იგი გრძელი ბენეებითაა აღჭურვილი, რომელთა მეოხებითაც ქარის დახმარებით შორს ფრენს და ასე ვრცელდება ბუნებაში. გარდა თესლით გამრავლებისა ფესვის უხვ ნაბარტყსა და ძირკვის უხვ ამონაყარს იძლევა, საკმაოდ სწრაფმზარდი ხეა.

ბუნებრივად მდინარისპირა ჭალებშია გავრცელებული, კარგად იტანს მოსილვას, ასეთ შემთხვევაში დამატებით ფესვებს ინვითარებს სილით დაფარულ ლეროზე.

ნითელი მოყავისფრო გულიანი და თეთრცილიანი მერქანი მჩატე და რბილია, სხვა ვერხვების მსგავსად ნაკლებგამძლე. ქაღალდის წარმოებისათვის კარგ ნედლეულს წარმოადგენს.

სინათლის მოყვარული და ყინვაგამძლე მცენარეა. მდინარეთა ნაპირებს მთაში ზღვის დონიდან 1600 მ სიმაღლემდე ასდევს ხოლმე. საუკეთესო ზრდით მდინარეთა ნაპირებისა და დაბლობების ალუვიალურ ნიადაგებზე გამოირჩევა.

ოფის ქერქი 8,5 პროცენტამდე ტანინებსა და საღებავ ნივთიერება ქრიზინს შეიცავს, ამის გამო შესაძლოა მისი ტყავის გასათრიმლაგად და შესაღებად გამოყენება.

ოფის ლეროს ქვედა ნაწილში არსებული სქელი დაღარული ქერქი შესაძლოა გამოყენებული იქნას სათევზაო მოწყობილობის ტვიტივებად.

ოფის კვირტებს სიცხის დამწვევი, ანტისეპტიკური და დამანყნარებელი მოქმედების თვისება გააჩნია. კვირტების ექსტრაქტისაგან ამზადებენ მალამოს, რომელიც რევმატიზმის, კანის ქავილის, დამწვრობის, წყლულების, ჭრილობების და ბუასილის სამკურნალოდ გამოიყენება.

ოფის კვირტებსა და ფოთლებზე ფუტკარი ნებოს აგროვებს, რომელსაც შემდგომ დინდგელად ამუშავებს. დინდგელს კი ფართო სამკურნალო დანიშნულებით იყენებენ, განსაკუთრებით ამ ბოლო წლებში მისი ბევრი დადებითი სამკურნალო თვისება იქნა აღმოჩენილი (ი.ა. გუბანოვი და სხვები, 1976).

ე. გ. მინაევას (1970) მიხედვით ხალხური მედიცინა ოფის კვირტების მალამოს მოსამზადებლად ერთ ნაწილ კვირტებზე რვა ნაწილ ლორის ქონს იღებს. ცნობილია აგრეთვე ოფის კვირტების ცისტიტის დროს საღებუნფექციო საშუალებად გამოყენება. მასვე იყენებენ დამწვრობის, ნიკრისის ქარის დროს, აგრეთვე თმის გამაგრებისა და ზრდის დასაჩქარებლად.

ოფის ნახშირს იყენებენ ნერვულ ნიადაგზე ნაწლაკების ტკივილის დროს, გულისძმარვისა და

გულისრევის სამკურნალოდ. კვირტებს ყვავილობის დაწყებამდე ამზადებენ.

ბულგარეთის მედიცინა თვლის, რომ ოფის კვირტებში არსებული ნივთიერებები მნიშვნელოვან-ნილად ზრდიან დიურეზს, მათ განსაკუთრებით ურჩევენ პოლიართრიტის დროს. გარდა ამისა, იყენებენ ამოსახველებელ საშუალებად ბრონქიალური ანთების დროს, შარდის არასაკმაო გამოყოფისას, წინამდებარე ჯირკვლის გადიდების, საშარდე ბუშტის მწვავე და ქრონიკული ანთების, უნებლიე შარდვის, მტკივნეული შარდვის (განსაკუთრებით ორსულობისა და ოპერაციის შემდეგ) სამკურნალოდ. ოფის კვირტები კარგად მოქმედებს ბუასილის, ნიკრისის ქარისა და რევმატიზმის დროს. გამოიყენება ნაყენი: ორ ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ხმელ კვირტებს ასხამენ ერთ (ძლიერი დოზა) ან ორ (უფრო სუსტი დოზა) ჭიქა მდულარე წყალს და 15 წუთის შემდეგ წურავენ (დღე-ღამის დოზა), გარეგნულად იყენებენ მალამოს ჭრილობების, ბუასილის, წითელი ქარისა და რევმატიზმის დროს შესაზღაოდ.

ოქროწყვლა - SOLIDAGO VIRGAUREA L.



ასტრასებრთა ოჯახში შედის. ჩვენი ტყეებისა და ბუჩქნარების მკვიდრი, მრავალწლოვანი, 25-100 სმ სიმაღლის მცენარეა, ქვედა ფოთლები გრძელყუნწიანია, მოყვანილობით ფართო ნიჩაბს ან კვერცხს მოგვაგონებს. ღეროს შუა ნაწილში განლაგებული ფოთლები აგრეთვე კვერცხისებრი ან ლანცეტისებრია. ფოთლის ყუნწს აქეთ-იქედან ფრთები ჩასდევს, რაც ფირფიტის გაგრძელებას წარმოადგენს. ღეროს ზედა ნაწილის ფოთლები მჯდომარე ან ფრიად მოკლეყუნწიანია. ღეროს ყველა ნაწილში განლაგებული ფოთლები კიდებერბკბილია.

ყვავის მტევნისმაგვარ საგველად თავმოყრილი, ყვითელი კალათა ყვავილეებით. იზრდება შედარებით ტენით უზრუნველყოფილ ტყეებსა და ბუჩქნარებში. ყვავილობს საკმაოდ ხანგრძლივად, ივლისიდან სექტემბრამდე. უზენეჭტირანი თაფლის მომცემი მცენარეა. განსაკუთრებული უზენეჭტირანობით მცირე ინტენსივობის წვიმების შემდეგ გამოირჩევა.

ხანგრძლივი ყვავილუნარიანობის გამო სასურველი მცენარეა დეკორატიული მებაღეობისათვის ზომიერად მშრალი და ნესტიანი ადგილების გასამშვენიერებლად. ღერო, ფოთლები და ყვავილები ყვითელი საღებავის მისაღებად გამოიყენება. საქონელი თითქმის არ

ძოვს, მისი მნიშვნელოვანი რაოდენობით მიღების შემთხვევაში საქონელი ინამლება, ცუდად მოქმედებს თირკმლებზე.

ხალხურ მედიცინაში ოქროწყვლას აყვავებული ბალახი გამოიყენება როგორც შემკვერელი კუჭის აშლილობისას, სურავანდის სანინაღმდეგო და შარდმდენი საშუალება ნაღვლის ბუშტის კენჭოვანი დაავადების, სიყვითლისა და ტუბერკულოზის დროს. ყვავილების ნახარშს საშარდე ბუშტის ანთებისა და სიყვითლის სამკურნალოდ ხმარობენ. ნედლ ფოთლებს ჭრილობებზე იდებენ. გერმანიის დემოკრატიულ რესპუბლიკაში ოქროწყვლა ვენების დაავადებათა სამკურნალო საშუალებებში შედის (Wagener, 1966 - ციტირებულია ვ. გ. მინაევას (1970) მიხედვით).

უფრო ადრინდელ პერიოდში ექიმები ფართოდ იყენებდნენ ოქროწყვლას კენჭოვანი დაავადებების მკურნალობაში საუცხოო შარდმდენ საშუალებად. ხალხში კვლავ გამოიყენება კენჭოვანი დაავადებების, ქლექის, სისხლიანი შარდვის, წყალმანკის, ხორხის წყლულის და გარეგანი ქსოვილების დაზიანებისას.

ხელი ბალახისაგან აკეთებენ წყლით გამონაწვლილს: 1-2 მწიკვ (1 მწიკვი დაახლოებით 1 წვრილწვერიანი დანის წვერით აღებული ფხვნილის რაოდენობისა) წვრილად დაჭრილ ბალახს ერთ ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ. ამ წესით მიღებულ ჩაის თითო სუფრის კოვზს სვამენ ყოველ 1 ან 2 საათში ერთხელ ან 4-5 გრ ბალახს 1 ლ თეთრ ღვინოზე აყენებენ, რომელსაც კვლავ კუჭის აშლილობისას იღებენ 20-30 წვეთს თითო ჯერზე დღეში 2-3-ჯერ. დანაყილ ნედლ ბალახს სურავანდიან წყლულებზე იდებენ. სურავანდის დროს მორყეული კბილებით პირდაპირ ღეჭენ ნედლ ბალახს ან პირის ღრუში ივლებენ ნახარშს. ხალხურ ვეტერინარიაში ოქროწყვლა კუჭის აშლილობისას და შარდის შეკავების შემთხვევაში გამოიყენება. საამისოდ 2 მუჭა ბალახს 1 ლ წყალში ნამოადლევენ და ნელი დულილით ხარშავენ ნახევარი წყლის აორთქლებამდე. ასეთი წესით მომზადებულ ნახარშს მცირე დოზებით საქონელს წყალსა და საღაფავში უსხამენ (ე. ნ. ზალესოვა, ო. ვ. პეტროვსკი, 1898).

ოშოშა - GLECHOMA HEDERACEA L.



ტუჩოსანთა ოჯახის 10-50 სმ და უფრო მეტი სიგრძის გართხმულ-ღეროიანი მრავალწლოვანი ბალახია. საყვავილე ღერო კი წამოწეულია. ყვავილობის პერიოდში მხოხავი ღერო ჯერ კიდევ განუვითარებელია და რაკი საყვავილე ღეროები წამოწეულია, მცენარე აღმამდგომის და არა გართხმულის შთაბეჭდილებას ტოვებს. ყვავილის გვირგვინი მოლურჯო-იისფერია ხახაში მუქი წინწკლებით, გრძელყუნა ფოთლები მომრგვალოთირკმლისებრია, კიდევში მსხვილი მრგვალი კბილებით.

იზრდება ტენიან ადგილებზე, ტყისპირებში, ბუჩქნარებსა და ღობეების ძირში, მინდვრებში, დაბლობიდან დაწყებული მთის შუა სართყვამდე აფხაზეთში, იმერეთში, გურიაში, აჭარაში, ქართლში, კახეთში. საშუალო ღირსების თაფლოვანი მცენარეა.

ხალხურ მედიცინაში ოშოშა გამოიყენება ღვიძლის სამკურნალოდ, ამოსახველებლად, ანთების საწინააღმდეგო და ტკივილგამაყუჩებელ საშუალებად, კუჭის დაავადების შემთხვევაში. იყენებენ როგორც წყლით გამოწნულილს, ასევე ღვინოზე ნაყენის სახით, მკურნალობენ ექიმის მეთვალყურეობით (ვ.ე. აგევეი, 1989).

უკრაინული ხალხური მედიცინის რეკომენდაციით 5 გრ გამამხარ ოშოშას ერთ ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ, მთელი ღამე ღუმელის თბილ ფურნაკში დგამენ ან თერმოსში ათავსებენ. იყენებენ მუცლის ტკივილის შემთხვევაში, ბოყინის, ენაზე მოთეთრო ნადების განვითარების, ნაწლავების კატარის, თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის, ღვიძლის გადიდების, ფილტვების კატარისა და ბრონქიტის სამკურნალოდ. გარეგან სახმარად იყენებენ ჭრილობების შესახორცებლად, მუწუკებისა და ეგზემის სამკურნალოდ (მ. ა. და ი. მ. ნოსალები, 1960). ამავე ავტორების მიხედვით ოშოშას ძირითადად სხვა სამკურნალო მცენარეებთან შერევით იყენებენ:

1. ფილტვების ქრონიკული კატარის შემთხვევაში კარგ საშუალებად ითვლება ნარევის მდულარე წყალზე ნაყენი (თბილ ფურნაკში ან თერმოსში ერთი ღამის განმავლობაში მოთავსებით): 2 სუფრის კოვზი ვერხვის კვირტები, 2 სუფრის კოვზი ოშოშა და 1 სუფრის კოვზი დიდგულას ყვავილები 3 ჩაის ჭიქა მდულარე წყლის დასხმით. ერთი დღის განმავლობაში სვამენ მთელ ამ ნაყენს 5 ჯერზე.

2. კარგ ამოსახველებელ საშუალებად ითვლება შემდეგი ნარევი: თანაბარ ნაწილად იღებენ ოშოშას, ხარისჩლიქას და ბირკავას. 3 სუფრის კოვზ ამ ნარევის 3 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ და მთელი ღამე თბილ ღუმელში დგამენ ან თერმოსში ასხამენ. ერთი დღის განმავლობაში სვამენ მთელ ამ ნაყენს 5 ჯერზე.

ცრემლდენის შემთხვევაში მაგარი კონცენტრაციის ოშოშას წყლით გამოწნულილის სველ საფენებს თვალებზე იყენენ. ოშოშას ძმრიანი მაგარი ნაყენით დღეში ორჯერ მუნით (ბღერით) დაზიანებული კანის კერების შეხელებას ახდენენ.

ჩირქოვანი მუწუკების კერებზე ოშოშას ნედლ ფოთლებს კარგად ნაყავენ, მიღებულ ფაფისებურ მასას იდებენ. არსებითად ამავე რეცეპტებს თავის ნაშრომში ა.პ. პოპოვიც (1974).

ბულგარეთის ხალხური მედიცინა ოშოშას ძირითადად ქრონიკული ბრონქიტის სამკურნალოდ, უფრო ხშირად იყენებენ ფარინგიტის, ლარინგიტისა და ბრონქიალური ასთმის შემთხვევაშიც. ფიშერის (1978) მას მსუბუქ შარდმდენ საშუალებად მიიჩნევს.

ფონ ჰუმბოლტი ორგანიზმის ზოგადი გამაგრების გაუმჯობესების კარგ საშუალებად თვლიდა შემდეგ ნარევის: ოშოშა, ფარსმანდუკის ფოთლები, წყლის წინმატი, ზიზილა, ჭინჭარი, ლანცეტფოთოლა მრავალძარღვა, მხალს ცოტა ფქვილსა და ცხიმს უმატებენ (Willforth, 1975).

ბულგარეთის ხალხური მედიცინა ოშოშას ცხელი წყლით გამოწნულილს იყენებს: ერთ ჩაის კოვზ ნედლეულს ერთ ჩაის ჭიქა წყალს ასხამენ. ესაა ერთი დღის დოზა. ჩირქოვანი მუწუკების სამკურნალოდ 2-3 ჩაის კოვზ ნედლეულს ერთ ჩაის ჭიქა ცივ წყალს ასხამენ, 15-20 წუთს ხარშავენ და მის სველ საფენებს მუწუკებზე იდებენ (იორდანოვი და თანაავტორები, 1963).

ნ.ნ. ბელოჩალოვი ბრონქიალური ასთმის დროს ურჩევს ოშოშას სპირტიან ნაყენს (15 გრ ოშოშას ფოთლები 100 მლ სპირტზე) 15 წვეთს დღეში 3-ჯერ.

ოხრაკ უში - PETROSELINUM CRISPUM (Mill.) A.W

ქოლგოსანთა ოჯახის 30-100 სმ სიმაღლის ორწლოვანი, თითისტარისებრი, ზოგჯერ ძლიერ მსხვილი ფესვიანი მცენარეა. ღერო ზედა ნაწილში ერთიმეორის მოპირისპირე ტოტებიანია ან რგოლურადაა დატოტვილი. ცენტრალური ქოლგის ქვემო კვანძიდან გამოსული ტოტები, ჩვეუ-



ლებრივ, ცენტრალურ ქოლგაზე მალღებია. გარემოხაზულობის მიხედვით ფოთლები სამკუთხედიან, მუქი მწვანე, ზემო მხრიდან მბრწყინავი, ფესვთან და ღეროს ქვედა ნაწილის ფოთლები გრძელ-ყუნჩაინა, ორ-სამჯერ ფრთად განკვეთილი, შებრუნებულკვერცხისებრი, ფუძესოლისებრი, სამადგანკვეთილი, ღრმად დაკბილული კენწრული ნაწილებით. დაკბილვა ბლაგვია, მცირე ზომის მოთეთრო წვეტი. ზედა ფოთლები სამკაპია, ლანცეტაბაზური, მთლიანი ან სამად გაყოფილი ნაწილებით. ყვავილები ამოყვითალო-მწვანეა და 10-20 სხვიან რთულ ქოლგებშია შეკრებილი. ქოლგების საერთო საბურველები ერთი ან ორფოთლიანია, კერძო საბურველი კი 6-8 ხაზურა ან ხაზურა-სადგისისებრი ფოთოლაკებისგან შედგება, რომლებიც სიგრძით ქოლგის სხვიის ნახევარს არ აღემატება. ნაყოფი ორთესლიანი თესლურაა, რომელიც 2-ნახევრად იყოფა. თითოეული ნახევარნაყოფი (პერიკარპიუმი) 5 ძაფისებრ ნახსნავიანია.

ობრაბუშის სამშობლო ხმელთაშუა ზღვის ქვეყნებია. ფართოდაა დანერგილი როგორც ბოსტნის კულტურა. სამკურნალოდ უფრო ხშირად ნაყოფები გამოიყენება, მაგრამ არცთუ იშვიათად ფოთლებსა

და ფესვებსაც იყენებენ.

იყენებენ წყალმანკის, კარდიალური შეშუპებების, თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის დაავადებების, მონელის პროცესების მოშლის და საშვილოსნოდან სისხლდენის დროს. ოხრაბუში აძლიერებს შარდის გამოყოფას, საშვილოსნოს, ნაწლავებისა და საშარდე ბუშტის გლუვი კუნთების ტონუსს (ე. ი. მასსი, 1962).

ობრაბუშის თესლი შარდმდენ საშუალებად იხმარებოდა და დღესაც იხმარება ქართულ ხალხურ მედიცინაში.

ობრაბუშის მწვანე მინისზედა ნაწილებს თვალის სნეულებათა მკურნალობისათვის იყენებდნენ. მიაჩნიათ, რომ ოხრაბუშისა და ქინძის წველების ნარევის თვალში ჩანვეთება ღამის პირობებში მხედველობის გაძლიერებას განაპირობებს, ასევე ეფექტურად მიიჩნევენ და ნარევეზე ქალის რძის დამატებას (ნ. ნუნუნაია, 1960). ოხრაბუშის თესლსა და ფესვებს თირკმლების ტკივილის დამამშვიდებელი თვისება გააჩნია (ზ. შენგელია, 1983).

ობრაბუში პოპულარულია ნაღვლის ბუშტისა და თირკმლების კენჭოვანი დაავადებების მკურნალობაში, მენსტრუალური ციკლის დარღვევისა და პროსტატიტის დროს (ს. ი. სოკოლოვი და ზამოტაევი, 1985).

ობრაბუშში არსებული ნივთიერებები კენჭებს შლის თირკმლებსა და საშარდე ბუშტში, იგი პირის ღრუში ცუდ სუნს სმობს, საამისოდ მას ღეჭავენ.

მომხარების წესები: 30 გრ ნედლეულს (მინისზედა ნაწილები) 200 მლ მდულარე წყალს ასხამენ. სვამენ ორ სუფრის კოვზ ნაყენს დღეში სამჯერ. ახალგაზოგურულ წვენს (ნედლი ოხრაბუშიდან) თითო ჩაის კოვზს სვამენ დღეში სამჯერ.

დანაყილ თესლს 0,5-1,5 გრ-ს დღეში 3-4-ჯერ იღებენ ან ნახევარ სუფრის კოვზ დანაყილ თესლს ორ ჭიქა ცივ წყალს ასხამენ და 8 საათის განმავლობაში დგამენ, რომელსაც თითო ჭიქას სვამენ დღეში ოთხჯერ (ა. პ. პოპოვი, 1974).

შარდის შეკავების შემთხვევაში 100 გრ ოხრაბუშის წვრილად დაჭრილ ფესვებს 1 ლ მდულარე წყალს ასხამენ და დღეში რამდენჯერმე სვამენ თითო ჭიქას. გაუმჯობესება 10-12 დღის შემდეგ შეიმჩნევა. ამავე ნახარშს სვამენ ნაღვლის ბუშტის, თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის კენჭოვანი დაავადებებისა და სისხლძარღვების სკლეროზის დროს. ჭორფლის მოსაცილებლად ოხრაბუშის ნახარშს ცოტაოდენ ლიმონის წვენს ურევვენ და დილითა და საღამოთი სახის კანში შეზილავენ (ნ. ნ. ბელ-ოჩალოვი).

წყალმანკის სამკურნალოდ წვრილად დაჭრილ 600 გრ ოხრაბუშს მომინანქრებულ ქვაბში ყრიან და აუდულარ ნატურალურ რძეს ასხამენ იმ რაოდენობით, რომ ოხრაბუშის მასა მთლიანად რძით დაიფაროს. ამის შემდეგ ქვაბს ნელ ცეცხლზე დგამენ და ცეცხლის ალს ან ელექტროქურის ტემპერატურას ისეთიარად არეგულირებენ, რომ რძე გაცხელდეს, მაგრამ არ ადუღდეს და ამ რეჟიმს იცავენ მანამ ვიდრე ქვაბიდან მასში არსებული რძის ნახევარი არ აორთქლდება. გაგრილების შემდეგ ყოველ საათში ერთხელ 1-2 სუფრის კოვზ ნახარშს ასმევენ. მთელი ამ დოზით მომზადებული საშუალება. ამიტომ ბავშვებს მცირე დოზით უნდა მიეცეს მათი ასაკისა და ფიზიკური მდგომარეობის მიხედვით. ხალხურ მკურნალოთა მტკიცებით ეს საშუალება შველის მაშინაც კი, როდესაც მეცნიერული მედიცინის ესკულაპებს მათ ხელთ არსებული მეცნიერულ-სამედიცინო ფარმაკოპიის განძეულის გამოყენებითაც კი არ შეუძლიათ

დადებითი ეფექტის მიღება (პ. მ. კურენოვი, 1955). მართალია ხალხურ მკურნალოთა, ეს მეტისმეტად თვითდაჯერებული განცხადებაა, მაგრამ მან ექიმთა ემოციური გამოხმაურების ნაცვლად მეცნიერული კვლევისა და ამ საშუალების კლინიკური გამოცდის ინტერესი უნდა გამოიწვიოს და არა ნიჰილიზმი. საერთოდ კი აღწერილი საშუალების ექიმის ზედამხედველობის გარეშე გამოყენება გარკვეულ რისკთანაა დაკავშირებული და ამიტომ დაუშვებელია.

ავიცენას (1982) მტკიცებით ოხრახუმი სასარგებლოა ღვიძლისა და ელენთისათვის. მოუხალავი თესლი გულისრევას და პირღებინებას იწვევს. თესლი სასარგებლოა წყალმანკის დროს; წმენდს ღვიძლს და ათბობს მას.

ოხრახუმი შარდმომგვრელი და მენსტრუაციის გამაძლიერებელია, მაგრამ მავნეა ორსულთათვის. იგი წმენდს თირკმლებსა და საშარდე ბუშტს, შლის კენჭებს.

დოდომესის მიერ ოხრახუმი რეკომენდებული იყო ასთმისა და მშრალი ხველის დროს. ვარდისხის მიხედვით თესლი შარდმდენი საშუალებაა. მ. პეკენის ცნობით ოხრახუმის თესლი თავის ტილების მოსასპობი საშუალებაა. ნოტნაგელისა და როსობახის მიხედვით კი ოხრახუმის თესლი საყვარელი ხალხური საშუალებაა შარდდენის გასაძლიერებლად (ნ. ზ. უმიკოვი, 1947.)

ჩეხური ხალხური მედიცინის გამოცდილებით დიდ დოზებში ოხრახუმის მიღება ორსულთათვის არ არის მიზანშეწონილი. ამიტომ ორსულს, ფ. სტარი, (1982). ამავე ავტორთა მიხედვით ოხრახუმი სასარგებლოა როგორც შარდმდენი საშუალება საშარდე ბუშტის, თირკმლების კენჭოვანი დაავადებებისა და პროსტატიტის (წინამდებარე ჯირკვლის გადიდების) შემთხვევაში.

ბულგარული ხალხური მედიცინის გამოცდილებით ოხრახუმი ძირითადად დიურეტიკული და სპაზმოლიტიკური საშუალებაა. გამოყენების იქ არსებული წესები შემდეგნაირია: დანაყილ ნახევარ ჩაის კოვზ ოხრახუმის თესლს ერთ ჭიქა ცივ წყალს ასხამენ და 8 საათის განმავლობაში დგამენ. ესაა ერთი დღე-ღამის დოზა. მეორე წესის მიხედვით 4 ჩაის კოვზ წერილად დაჭრილ ოხრახუმის ფესვებს 250 გრ მდულარე წყალს ასხამენ, რომელსაც 15 წუთის შემდეგ წურავენ. ესაა ორი დღის დოზა (დ. იორდანოვი და თანაავტორები, 1963).

ოხრახუმის თესლსა და ფესვებს ხშირად სხვა მცენარეებთან ნარევის სახით იყენებენ (შვიტა, არყის ფოთლები, მატიტელა, ფმნისეკალის ფესვები) (თანამედროვე ფიტოთერაპია, 1988; დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

ჩვენს ქვეყანაში ოხრახუმის გამოყენების არსებული წესებიდან აღსანიშნავია შემდეგი:

1 ჩაის კოვზ ოხრახუმის დანაყილ თესლს 1 ჭიქა ანადულარ გაგრილებულ წყალს ასხამენ და 8 საათის განმავლობაში დგამენ. ნახევარ ჭიქას სვამენ დღეში 3-4-ჯერ, ჭამამდე 20 წუთით ადრე (როგორც ნალველმდენი, გაზგამომდენი და შარდდამდენი საშუალება).

2 სუფრის კოვზ წერილად დაჭრილ ფესვებს 2 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ და 5 საათის განმავლობაში დგამენ. სვამენ ორ სუფრის კოვზ ნაყენს დღეში ოთხჯერ, ჭამამდე 20 წუთით ადრე (თირკმლების კენჭოვანი დაავადების დროს).

განმეორებით უნდა აღინიშნოს, რომ ოხრახუმის გამოყენება ორსულთათვის ფრიად სახიფათოა (ი. ნურალივი, 1989).

პირშუმხას - ARMORACIA RUSTICANA Gaertn.

ჯვაროსანთა ოჯახის 40-150 სმ სიმაღლის მრავალწლოვანი, ბოსტნეულებში დანერგილი მცენარეა. დიდი ზომის ფესვთანი მარტივი კიდედაპილული ფოთლები როზეტადაა განლაგებული ღეროს ძირში. მსხვილი ხორცოვანი დატოტვილი ფესვის ყელი მრავალკვირტიანია, რომლებიდანაც მრავალი ღერო ვითარდება. ფესვთანი ფოთლები გრძელყუნწიანია 30-60 სმ სიგრძის ფირფიტით. ღეროს ქვედა ნაწილის ფოთლები მოკლეყუნწიანია და ფრთადადნაკეთული, კენწრული ნაწილისა კი მჯდომარეა, წაგრძელებული ლანცეტის ფორმის, რომელთა კიდეები თითქმის დაუკბილავია. საყვავილე ღეროები კენწეროს ფოთლების ილიებიდან ამოდის სათითაოდ და მრავალყვავილიანი აღმამდგომი თეთრყვავილიანი მტკენების სახითაა წარმოდგენილი. ნაყოფი წაგრძელებული ფესური გაბერილი პარკია საკმაოდ გრძელი სანაყოფე ღეროთი, გარედან ბადისებრი საგდულებითაა დაქსელილი. თითოეულ ბუდეში 4 თესლი ზის. ყვავის ივნის-ივლისში. ჩვენს პირობებში თესლს არ ინვითარებს.

სამკურნალოდ გამოიყენება ფესვები. ხალხურ მედიცინაში ნედლი ფესვები და მათგან გამოწურული წვენი სურავანდის ("ცინგა") საწინააღმდეგო და მადისმომგვრელი საშუალებაა. ფესვის გახეხვით მიღებულ ფაფისებრ მასას მდოგვის მსგავსად გარეგან სახმარად იყენებენ კანის გასაღიზიანებლად (ი. ვ. ზოზი, 1962).

პირშუმხას წვენს შარდმდენ საშუალებადაც იყენებენ (ხაიდაროვი, 1988).

ძველი რუსული სამედიცინო წყაროების მიხედვით პირშუმხას წვენის ყელში გამოვლება ყელის



ტკვილის აწყნარებს. მისი დამწვარი ფესვის ფხვნილის მოფრქვევა ძნელად მოსარჩენ ჩირქოვან მუწუკებზე დადებით ეფექტს იძლევა, ასევე სასარგებლოა მისი ყურში ჩანვეთება ყურიდან გამონადენის არსებობის შემთხვევაში; პირშუშხას მინისზედა ნაწილების წვენი ცნობილი იყო როგორც კენჭოვანი დაავადებების საწინააღმდეგო საშუალება. პირშუშხას ხმარობდნენ საქმლის მონელების პროცესების დარღვევის, სურავანდის, წყალმანკის, სასუნთქი ორგანოების, ქრონიკული რევმატიზმის, ძნელად შარდვისა და საშარდე ბუშტის კენჭოვანი დაავადების შემთხვევებში (ნ. ზ. უმიკოვი, 1947).

პირშუშხას გამოყენებას, როგორც გამამაგრებელ საშუალებას, ურჩევენ დაძაბული გონებრივი და ფიზიკური შრომის დროს. მისი წყალზე ნაყენით პირის ღრუს დეზინფიცირებას ახდენენ. იგი ეფექტურია კბილის ტკვილის დასაწყნარებლად.

სურავანდის დროს ერთ ჩაის კოვზ გახეხილ პირშუშხას ფესვის ფაფისებრ მასას ერთ ჭიქა ღვინოს ან ლუდს ასხამენ, რომელსაც თითო ჩაის კოვზს სვამენ დღეში სამჯერ (ა.პ. პოპოვი, 1974).

ჩეხოსლოვაკიური ხალხური მედიცინა გახეხილი პირშუშხას მიღებას ურჩევს ბრონქიტის დროს; იქ, ისე როგორც ჩვენს ქვეყანაში,

პირშუშხა ფართოდ გამოიყენება, როგორც ხორცისა და შაშხელის საწებელი საშუალება. მასვე ხმარობენ კიტრის მწნილში და სხვა (ფ. სტარი, ვ. იირასეკი, 1982).

ბულგარეთში პირშუშხა ძირითადად მადისმომგვრელ და მონელების გამაუმჯობესებელ საშუალებად გამოიყენება, ხალხურ მედიცინაში კი მას იყენებენ შარდმომგვრელ საშუალებად ასციტის დროს, ანთებითი პროცესების შესამსუბუქებლად რევმატიზმისა და ნიკრისის ქარის (პოდაგრა) შემთხვევებში. პირშუშხას შრატზე ნაყენს იყენებენ 1:10 პროპორციით დიაბეტის სამკურნალოდ, თითო სუფრის კოვზი დღეში სამჯერ. დიდი დოზებით პირშუშხას მიღება ინტოქსიკაციას იწვევს.

მობმარების წესები: 1 სუფრის კოვზ გახეხილ პირშუშხას ფესვებს 400 მლ მდულარე წყალს ასხამენ და ერთი საათის განმავლობაში დგამენ. სვამენ ყავის ფინჯნით დღეში ოთხჯერ ჭამის წინ.

მეორე წესის მიხედვით - 400 გრ გახეხილ პირშუშხას 500 გრ თავლს ურევენ და თითო სუფრის კოვზს ჭამის წინ იღებენ (ისაევი და თანაავტორები, 1977).

შანგოჰანა, ფუტკარა - DIGITALIS FERRUGINEA L.



შანგოჰანასებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. ჟანგოჰანა ფუტკარა ანუ როგორც მას ამ ბოლო დროს უწოდებენ სათითურა, 40-150 სმ სიმაღლის მრავალწლოვანი ფესვურიანი მცენარეა. სწორმდგომი ღერო ძირში რამდენადმე მოხრილია და სიგრძეზე დაღარული, შეფოთლილია მორიგეობით განწყობილი მჯდომარე ფოთლებით, რომელიც ღერმა წაგრძელებულ ლანცეტისებრია ბოლოში ბლაგვი წვეტით, კიდეები დაუკუბილავია, სიგრძე 7-15 (40) სმ-ის ფარგლებში მერყეობს. ღეროს სულ ქვედა ნაწილსა და ფესვის ყელთან განლაგებული ფოთლები თანდათანობით ვიწროვდება, მოკლე ყუნწში გადადის. ფოთლები რკალბარღვიანია, რაც უფრო კარგად ფოთლის ქვედა მხრიდან შეიმჩნევა.

მოჟანგისფრო-მოყვითალო თავჩაქინდრული მრავალრიცხოვანი ყვავილები კენწრულ აღმამდგომ მტევანშია შეკრებილი. ყვავილობა გახანგრძლივებულია ივნისიდან აგვისტოს ბოლომდე.

საკმაოდ ხშირად გვხვდება როგორც ფოთლოვანი, ისე წიწვოვანი დაბალ და საშუალო სიხშირის ტყეებში, ტყის ველობებში, ტყისპირებსა და ბუჩქნარებში. გავრცელებულია სამხრეთ ოსეთში, ქართლში, მთიულეთში, გარე კახეთსა და ჯავახეთში.

სამკურნალოდ ფოთლები გამოიყენება, როგორც საგულე საშუალება. წითელ და დიდყვავილა ფუტკარას (სათითურას) მსგავსად აძლიერებს გულის მუშაობას და ამცირებს მისი შეკუმშვის სიხშირეს, აძლიერებს სისხლის ნაკადს ძარღვებში. გასათვალისწინებელია ის ფაქტი, რომ ფუტკარას ფოთლებში არსებულ გლიკოზიდებს აქვთ აკუმულაციის (ორგანიზმში დაგროვების) უნარი და მისი შესვენების გარეშე გამოიყენება შეიძლება გამოიწვიოს მძიმე მოწამელა. ამიტომ ფუტკარას გამოიყენება და სათანადო დოზების შერჩევა მხოლოდ ექიმის რჩევით უნდა მოხდეს.

ფუტკარა სამკურნალოდ გამოიყენება ვეტერინარიაშიაც. ფუტკარი მისი ყვავილებიდან ჭილს აგროვებს.

შეგროვება წარმოებს ივლის-აგვისტო-სექტემბერში. ჩვენში მცირე გავრცელების გამო სამრეწველო მიზნით დამზადება არ წარმოებს, ამიტომ ქობულეთში იგი გაშენებული იქნა კულტურაში ძონი-ფუტკარას სახელით.

✓ ჟოლო - RUBUS IDAEUS L.



ვარდისებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. ნახევრად ბუჩქია 1,5 მ სიმალით. ერთწლიანი ვეგეტაციური ყლორტები ბალახოვანია, ხოლო ორწლიანი გამერქნებული და გენერატიულია (ნაყოფის მომცემი), რომელნიც ნაყოფმსხმოიარობის შემდეგ ხმება. ტოტებზე განლაგებულია ხშირი, მაგრამ შედარებით რბილი ეკლები. კენტფრთართული ფოთოლი 3-5 (იშვიათად 7) ფოთოლაკიანია, ზემოდან შიშველი, ქვემოდან კი მოთეთრო-მორუხო ქეჩისებრი ბუსუსებით მოფენილი. ფოთოლაკები ფორმით კვერცხისებრია, ბოლოში მოკლედ წაწვეტილებული, კიდეები ხერხისებრ წვრილად დაკბილულია.

თეთრი ყვავილები ფოთლების ილღიებში მტევნისებრ და ყლორტების კენწრულ ნაწილში ფარისებრ-საგველანაირ თანაყვავილედებაში შეკრებილი. ნაყოფი წითელი, ძალიან იშვიათად ყვითელია, მომრგვალო ფორმის, მომწიფებული ადვილად სცილდება ყვავილსაჯდომსა და ჯამს, ნაყოფის ძირში ძაბრისებრი შიდა ჩალრმავეებით. ნაყოფი ძალიან გემრიელი და ფრიალ სასიამოვნო სურნელებისაა. ყვავის ივნისიდან, ზოგან ივლისშიც იმის მიხედვით თუ რა სიმაღლეზე იზრდება ზღვის დონიდან. ნაყოფი დაყვავილებიდან 35-40 დღეში მწიფდება

(ივლის-აგვისტოში). მრავლდება თესლითა და ფესვის ნაბარტყით.

იზრდება კალთაშეთხელებულ ტყეებში, ტყისპირებში, ნახანძრალბზე, ნამერწყალ ფერდობებზე. გავრცელებულია მთის შუა და ზედა სარტყლებში ზღვის დონიდან 2500 მეტრამდე სიმაღლეზე. არცთუ იშვიათად ქმნის თავისი გაბატონებით ფორმირებულ არამარტო დიდ ბიოჯგუფებს, არამედ დიდ ფრაგმენტულად გაბნეულ თარგებსაც კი. თავისი ნიტროფილური ბუნების გამო მძლავრად ვითარდება ნახანძრალბსა და ტყეკაფებზე.

ნიადაგის სინესტისადმი მომთხოვნია, მაგრამ დამდგარ წყალს ვერ იტანს, სინათლის მიმართაც მომთხოვნი მცენარეა.

ჟოლოს გამხმარ ნაყოფს გაციების დროს იყენებენ ოფლისმომგვრელ საშუალებად, მისგანვე ამზადებენ სიროფს სხვადასხვა ნაშლების გემოს გასაუმჯობესებლად (ა. დ. ტუროვა, 1974; დ. ნ. გოლოვკო, 1962).

ნაყოფი შეიცავს 10 პროცენტამდე შაქარს, 2 პროცენტამდე ორგანულ მჟავას, C, A, B ვიტამინებს. მისგან ამზადებენ მურაბას, კომპოტს, სიროფს, მარმელადს, ლიქიორს, ლვინოს, გამაგრებულ სასმელებს. შესანიშნავი თაფლოვანი მცენარეა, 1 ჰა ჟოლოს რაყა 100 კგ-მდე თაფლს იძლევა, ფართოდაა კულტივირებული.

გაციების დროს ოფლისმოდენის მიზნით დასაღვეად ამზადებენ ნაყოფის წყლით გამონაწვლილს: 2 სუფრის კოვზ ხმელ ნაყოფს ასხამენ ერთ ჭიქა მდულარე წყალს, 20 წუთის შემდეგ ფილტრავენ და 2-3 ჭიქას სვამენ 1-2 საათის განმავლობაში (ვ. გ. მინაევა, 1970).

ჟოლოს ფოთლებში აღმოჩენილია ნაწლავების და საშვილოსნოს მუსკულატურის მასტიმულირებელი და სპაზმოლიტური მოქმედების ნივთიერებები (Beckett და სხვა, 1954).

ფოთლების ნახარშს ხალხურ მედიცინაში იღებენ ხველის, ყელის ტვივილის, ციებ-ცხელების დროს, ხოლო ვარგვან სახმარად იყენებენ ფერისმჭამელებისა და მუნუეების მოსაცილებლად. ყვავილების ნახარშით კი წითელ ქარსა („როჟა“) და თვალის ანთებას მკურნალობენ. ახლადშეგროვილი ნაყოფის ჭამას ურჩევენ ეგ ზემის მკურნალობისათვის.

ტიბეტის მედიცინაში ფოთლების ან ნაყოფის გამონახარშს ურჩევენ ნევრასთენიის, ნევრიტის დროს და სიცხის დამწვე საშუალებად.

ბულგარეთის მედიცინაში ჟოლოს ფოთლები რეკომენდებულია, როგორც შემკვრელი საშუალება კუჭის აშლილობის დროს. გააჩნიათ სიცხის საწინააღმდეგო თვისებაც კუჭ-ნაწლავის კატარის დროს; მასვე ურჩევენ კუჭში სისხლჩაქცევის, მენორარგიის, სასუნთქი ორგანოების დაავადებისა და კანზე გამონაყარის სამკურნალოდ.

ყველა ამ შემთხვევაში ხმარობენ წყლით გამონაწვლილს: 2 სუფრის კოვზ წვრილად დაჭრილ ფოთლებს ასხამენ ერთ ჭიქა მდულარე წყალს (გაციებულობისას სვამენ ცხელ მდგომარეობაში). მასვე იყენებენ პირსა და ყელში გამოსავლებად ღრძილებისა და ყელის ტკივილის სამკურნალოდ (დ. იორდანოვი და სხვა, 1968).

რეპანი, შაჰკვლაპი - OCINUM BASILICUM L.



ტუჩოსანთა ოჯახის კულტივირებული, ბოსტინის მცენარეა. რეპანის გვარი „ოცინუმ“ ძალიან მდიდარია სახეობებით, რომელთა რიცხვიც 150-მდე აღწევს. მის სამშობლოდ ითვლება სამხრეთ აზია და აფრიკა (ა. ი. არინშტეინი, 1983). ყოფილ საბჭოთა კავშირში სამი სახეობა იყო კულტივირებული (პიტნაფოთოლა, ევგენოლისა და ჩვეულებრივი რეპანი). ევგენოლის რეპანი პიტნაფოთოლა რეპანისა და მომხიბვლელი რეპანის შიბრიდია.

პიტნაფოთოლა რეპანი ეთერზეთს შეიცავს, რომელშიდაც ქაფური სჭარბობს (55-70%). XX საუკუნის ორმოციან წლებამდე იგი ქაფური მისაღებ ძირითად წყაროდ ითვლებოდა.

ევგენოლის ანუ საიუბილეო რეპანის ეთერზეთში ევგენოლი სჭარბობს (75-90%). ჩვეულებრივი რეპანის ყვავილედში ეთერზეთის შემადგენლობაში მეთილხავიკოლი 60%-მდეა (ს. ე. ზემლინსკი, 1958, პ. ს. ჩიკოვი თანაავტორებით, 1976).

ევგენოლი მედიცინაში კბილის მკურნალობის პრაქტიკაში გამოიყენება, როგორც სადეზინფექციო საშუალება (ა. ი. ბანკოვსკი, 1962).

ხალხურ მედიცინაში ჩვეულებრივი რეპანის წვენი და მინისზედა

ნაწილების წყლით გამონაწვლილი ანთების საწინააღმდეგო, შარდმდენ, ჭრილობების შემახორცებელ, ხველების საწინააღმდეგო და მადეზინფიცირებელ საშუალებას წარმოადგენს.

ტაჯიკეთის ხალხური მედიცინა რეპანის წყლით გამონაწვლილს ზედა სასუნთქი გზების ანთებითი პროცესების სამკურნალოდ (ბრონქიტი, ლარინგიტი, ფარინგიტი და სხვა), აგრეთვე ქრონიკული გასტრიტის, ენტეროკოლიტისა და კვების პროდუქტებით მოწამელის დროს იყენებს. რეპანის სურნელება ოთახის ბუზებსა და სხვა მწერებს აფრთხობს (ი. ნურალიევი, 1989).

ბულგარეთის ხალხურ მედიცინაში რეპანის წყალზე ნაყენი რეკომენდებულია საშარდე ბუშტისა და საშარდე გზების ანთებითი დაავადებების, სურდოს, ანგინის, ციებ-ცხელების სამკურნალოდ. რეპანის ძმრით ნახარში, ცოტაოდენი მარილის დამატებით პირში დასაგუბებლად იხმარება კბილის ტკივილის გასაყუჩებლად.

ნედლი ფოთლების წვენს ყურში აწვეთებენ შუაყურის ჩირქოვანი ანთების დროს (იორდანოვი და თანაავტორები, 1970).

ავიცენას (1982) მტკიცებით რეპანის წვენის, ძმრისა და ქაფურის ნარევის წვეთები და განსაკუთრებით ამ წვეთებით დასველებული ტამპონები ცხვირიდან სისხლდენას წყვეტს, მისი წვენი იწვევს ან აწყნარებს ცხვირცემინებას.

ავიცენას (1982) აზრით რეპანის საჭმელად გამოყენებით მხედველობის დაქვეითებაა მოსალოდნელი, მაგრამ მისი წვენის გაშრობით მიღებული ფხვნილი მხედველობას ამაგრებს. წვენი სასარგებლოა სისხლიანი ნახველის დროს და სარძევე ჯირკვლებში რძის რაოდენობის მოსამატებლად. იხმარება გაზების გამომდევნ საშუალებად, სასარგებლოა ბუასილის მკურნალობაში დასალევეად და მალამოს სახით.

თერაპიული ეფექტურობის მიუხედავად, რეპანის გამოყენება ყოველთვის სასარგებლო არაა. მისი გამოყენება დაუშვებელია გულის იშემიური დაავადებებისას, მიოკარდიის ინფარქტის, შაქრიანი დიაბეტის, თრომბოფლებიტის, თრომბოზის, შიპერტონიული დაავადების შემთხვევაში.

იმის გამო, რომ რეპანი წყლის წყურვილის გრძნობას აძლიერებს, ფიზიოლოგიურად არასასურველია მისი გამაგრილებელ სასმელებში ხმარება.

საზამთრო - CITRULUS LANATUS Pang.

ცნობილი ბალჩეული კულტურაა, საზამთროს რამოდენიმე სახეობის თესვა-მოყვანას მისდევენ, რომლებიც ერთმანეთისაგან განსხვავებული გემოვნებით გამოირჩევიან. საზამთროს წვენი B₁, B₂, PP



ვიტამინებს, კაროტინს, ფრუქტოზას, ქლორკალიუმს, ფოსფორს, რკინას და სხვა სასარგებლო ნივთიერებებს შეიცავს.

ხალხურ მედიცინაში მის რბილობს (შიგთავსს), ქერქსა და თესლს იყენებენ როგორც შარდმდენ საშუალებას შეშუპებების დროს, რომელიც დაკავშირებულია თირკმლების ან გულსისხლძარღვთა დაავადებებთან, აგრეთვე ღვიძლის, თირკმლებისა და ნაღვლის ბუშტის დაავადებებისას. მასვე იყენებენ სიცხის დაშვებულ საშუალებად. საზამთრო მდიდარია სხვადასხვა შაქრებით, განსაკუთრებით ფრუქტოზით, რომელიც სასარგებლოა დიაბეტის ავადმყოფებისათვის. ამ უკანასკნელის შემთხვევაში ავადმყოფმა ერთი დღის განმავლობაში 3-5 კგ საზამთრო

უნდა ჭამოს (კ. ხაიდაროვი, 1988). საზამთროს ქერქის უჯრედანა მოწველებელი სისტემის მუშაობას აუმჯობესებს და ქოლესტერინის გამოდევნას უწყობს ხელს.

ქართულ ხალხურ მედიცინაში საზამთროს ხშირად იყენებენ, როგორც შარდმდენ საშუალებას სიყვილის დროს. ასევე შარდმდენად იყენებენ უკრაინაში და მთელ კავკასიაში. გარდა ამისა საზამთროს მწვანე ქერქი ნედლ და ხმელ მდგომარეობაში ბავშვებში კოლიტის დროს ნაწლავების მდგომარეობას აუმჯობესებს. ამ მიზნით მას ხშირად იყენებდა კოლიტით დაავადებული ბავშვების მკურნალობაში მედიცინის მეცნიერებათა დოქტორი ნ. ზ. უმიკოვი (1947).

მედიცინის მეცნიერებათა დოქტორის ი. ნურალიევის (1989) მიხედვით ხალხურ მედიცინაში საზამთროს იყენებენ, როგორც შარდმდენ, ანტიტოქსიკურ, საერთოდ გამამაგრებელ საშუალებას და შეკრულობის სამკურნალოდ. მასვე უნიშნავენ ტუბერკულოზის, მუცლის ტიფის, სიყვილის, დიზენტერიის, ტოქსიკოინფექციის, გულის, თირკმლების, ღვიძლის დაავადებებისას.

დანაყილ თესლს (1:10) იყენებენ ნაღვლის ბუშტის, თირკმლების და საშარდე ბუშტის კენჭოვანი დაავადებების, აგრეთვე ჰელმინტოზების (ასაკარიდებისა და ენტერობიოზის) დროს. თესლის ემულსიას ხმარობენ ჭორფლის, ფერისმჭამელების მოსაცილებლად. ნაღვლის ბუშტსა და საშარდე ბუშტში კენჭების არსებობისას ფართოდ გამოიყენება საზამთროს ქერქი. საამისოდ ქერქს 1,5 X 1,5 სმ ზომის ნაწილაკებად ჭრიან და ჩრდილში ან ღუმელის ფურნაკში აშრობენ. ხმარების წინ აქუცმაცებენ და წყალს ასხამენ 1:1 თანაფარდობით, ნელ ცეცხლზე 30 წუთის განმავლობაში ხარშავენ. სვამენ 1-2 ჭიქის რაოდენობით დღეში 3-5-ჯერ ჭამის წინ.

თანამედროვე მედიცინაში საზამთროს იყენებენ გულსისხლძარღვთა სისტემის და თირკმლების კენჭოვანი დაავადებების, ცისტიტის, პიელონეფრიტის, ნაღვლის ბუშტის, კენჭოვანი დაავადებების, ქრონიკული კოლიტის, ანემიის შემთხვევებში. საზამთროს ხშირი მოხმარება ათეროსკლეროზის პროფილაქტიკას ემსახურება.

საჭიროა ფრთხილად მოქცევა, რადგან საზამთრო ორგანიზმში აგროვებს ნიტრატებს და შესაძლოა მონამელის მიზეზი გახდეს, რაც გამოიხატება გულისრევაში, პირღებინებაში, კუჭის ტკივილსა და კუჭის აშლაში. ამ მხრივ განსაკუთრებული სიფრთხილის გამოჩენაა საჭირო ბავშვების მიმართ.

სალბი - SALVIA OFFICINALIS, S.NEMOROSA L.



სალბის ბოტანიკური გვარის სალვიას რამოდენიმე სახეობაა გავრცელებული საქართველოში. მათგან სამკურნალოდაა გამოყენებული ხარისვარდა, შალამანდილი, დაჯირა და სალვია ნემოროზა.

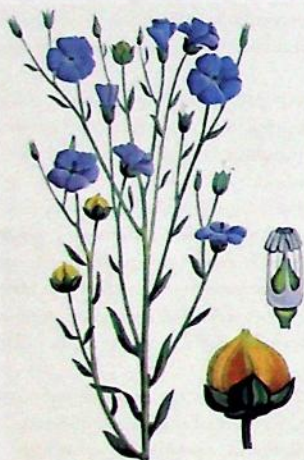
სამკურნალო მცენარეებისადმი მიძღვნილ ლიტერატურაში სამკურნალო დანიშნულებით გამოყენებას ძირითადად სამკურნალო სალბს („სალვია ოფიცინალის“) მიაწერენ. საქართველოში კი ამ მიზნით გამოიყენება ზემოთ ჩამოთვლილი სახეობები.

ყველა იმ შემთხვევაში, როდესაც სამკურნალო სალბი გამოიყენება, ჩვენში მის პერსპექტიულ შემცლელად სალვია ნემოროზა -ს იყენებენ ხალხურ მედიცინაში. თუ რამდენად მიზანშეწონილია, ეს მეცნიერულ მედიცინას, რამდენადაც ჩვენთვისაა ცნობილი, ჯერ კიდევ არ დაუსაბუთებია. ხალხში კი იგი პოპულარულ სამკურნალო მცენარედ ითვლება. ამიტომ აქ სწორედ მის აღწერას ვიძლევი. იგი ტუჩოსანთა ოჯახის 30-80 სმ სიმაღლის, ზოგჯერ უფრო მაღალი, მრავალწლოვანი, ოთხნახნაგ-

ოვანლეროიანი მცენარეა. ღეროზე ერთიმეორის მოპირისპირედ განლაგებული მოგრძოდლანცეტა, კიდევში უთანაბროკბილებიანი ფოთლები მოკლე ბუსუსებითაა მოფენილი. ყვავილების გვირგვინი სოსანი ფერისაა, ზოგჯერ ვარდისფერი და იშვიათად თეთრიც კი, ყვავილების ძირში არსებული ფოთლები კვერცხისებრ-მომრგვალოა და თავნაწვეტებული, ხშირად შეფერილი და ნაპირებნამნამებიანი. ყვავის მის-აგვისტოში მშრალ ადგილებში, ველებზე, გზისპირებში, კალთაშეთხელეებულ მუხნარებში და მიწდრვების განაპირას. გვხვდება სამაჩაბლოში, ქართლში, გარდაბანში, თრიალეთში, ქვემო ქართლში, ჯავახეთსა და მესხეთში.

ისე როგორც სამკურნალო სალბი სალვია ნემოროზაც სამკურნალოდ გამოიყენება ხალხურ მედიცინაში წყლით გამოწვნილი სახით სასუნთქი გზების სამკურნალოდ (ბრონქიტი), აგრეთვე შარდგამომყოფი გზების (პიელიტი, ცისტიტი), ნაღვლის ბუშტისა და ღვიძლის, გასტრიტისა და ენტეროკოლიტის დროს. გარეგან სახმარად მას პირის ღრუში ივლებენ სტომატიტის, ანგინის, ლარინგიტისა და კბილის ტკივილის დროს. როგორც უკვე აღინიშნა სალვია ნემოროზას სამკურნალოდ გამოყენების შესაძლებლობა მეცნიერულად ჯერ კიდევ დაუსაბუთებელია.

სელო - LINUM USITATISSIMUM L.



სელისებრთა ოჯახის ერთნლოვანი 30-120 სმ სიმაღლის კულტურაში ფართოდ დანერგილი ტექნიკური დანიშნულების ბალახია, ცოტად თუ ბევრად დატოტვილი მთავარდება ფესვით. ღერო სუსტი და ცილინდრული ფორმისაა სანთლისებრი ნაფიფქით, რომელიც ძირითადად კენწრულ ნაწილშია დატოტვილი. 2-4,5 სმ სიგრძის მჯდომარე ფოთლები წაგრძელებულ-ლანცეტისებრია მოკლე წვევებით და ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული. ყვავილები ერთეულადაა განლაგებული და გაბნეული საკმაოდ გრძელი საყვავილე ღეროების ბოლოებში. თანაყვავილები ლანცეტისებრია. კვერცხისებრი ან კვერცხისებრ-ლანცეტა ჯამის ფოთლები ხუთია და წვევით ბოლოვდება. ყვავილის გვირგვინი ხუთფურცლიანია, რომელთა ფორმა უკუკვერცხისებრია და ძირში მოკლე ფრჩხილისებრია შევიწროებული, ზედა ნაწილის კიდები მრავალკბილაა. ყვავილები ცისფერ-ლურჯია, იშვიათად თეთრიცაა და ვარდისფერი ან მოვარდისფრო. ნაყოფი თითქმის ბურთისებრ მრგვალი კოლოფია და წვევით ბოლოვდება. კოლოფში ძირითადად 10 თესლია. 3,5-6 მმ სიგრძის თესლი შერტყელებული არათანაბარგვერდებიანი, გლუვი და მბრწყინავკანია, მუქყავისფერი-ბაცი ყვითელ ფერებს შორის გარდამავალი ტონებით. წყალ-

თან კონტაქტირებისას თესლის კანი ლორწოს წარმოქმნის. თესლი ივლის-აგვისტოში მწიფდება.

კულტურული სელი საქართველოში ფართოდ იყო გავრცელებული. განსაკუთრებით განთქმული იყო კოლხური სელი, რომელიც დიდი რაოდენობით გაჰქონდათ საზღვარგარეთაც, სამწუხაროდ კოლხური სელის გენოფონდი ამჟამად მოსპობილია. სელის კულტივირებას ფართო მასშტაბით მისდევნენ რუსეთსა და ჩრდილოეთის სხვა ქვეყნებში.

სელის თესლის წყალზე ნაყენს ლორწოს შიგშემომგარსველი, ანთების საწინააღმდეგო და სუსტად გამხსნელი თვისება გააჩნია. იყენებენ სასუნთქი გზების ლორწოვანი გარსისა და კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის ანთების შემთხვევებში, აგრეთვე ოყნის სახით კოლიტების დროს. სელის თესლსა და მის ახალ ზეთს მსუბუქად გამხსნელ საშუალებად იყენებენ. გარეგან სახმარად თესლის ნახარშს იყენებენ სველ-საფენებისა და კომპრესების სახით. სელის ზეთს დამწვრობის სამკურნალოდაც იყენებენ (ო.ს. რადბილი, 1962; ვ. ირასეკი, ფ. სტარი, 1982).

სელის ლორწოს მოსამზადებლად დანაყოფ თესლს წყალს ამატებენ და ანჯღრევენ. სელის თესლის ნახარშს სვამენ ბრონქიტის დროს ამოსახველებელ საშუალებად და კუჭის ქრონიკული კატარის სამკურნალოდ. კირის რძესთან (კირის წყალხსნარი) შერეული სელის ზეთი სველსაფენების სახით დამწვრობის სამკურნალოდ გამოიყენება, თესლის ნახარშს პირის ღრუში ივლებენ წყლულებისა და ნაკანრების სამკურნალოდ, სელის ბალახი შხამიანია და ამიტომ მისი შიგნით მისაღებად გამოყენება დაუშვებელია. სელის თესლის ნახარშის მოსამზადებლად ერთ ნაწილ თესლს 30 ნაწილ მდულარე წყალს ასხამენ ან 3 ცალ თესლს 90 მლ მდულარე წყალს ასხამენ, ან კიდევ 2 ჩაის კოვზ თესლს 1 ჭიქა მდულარე წყალზე. ანჯღრევენ 15 წუთის განმავლობაში და მჭიდროდ ნაქსოვი ნაჭრით წურავენ (ა. პ. პოპოვი, 1974).

სელის თესლის ნახარშს იყენებენ აგრეთვე ცისტიტისა და საშპარდე ბუშტის კენჭოვანი დაავადების

დროს. ტაჯიკეთის ხალხური მედიცინა სელის ზეთს იყენებს ტუბერკულოზის, ქრონიკული ქოლეცისტიტის, ქრონიკული კოლიტებისა და ბუასილის სამკურნალოდ. სელის ზეთისა და დანაყილი თესლის ფაფას იყენებენ ჭრილობების, დამწვრობების, სისხლჩაქცევების და დახეთქილი კანის სამკურნალოდ. სელის გაცხელებულ თესლს ტომსიკებში ჩაყრილს კომპრესის სახით ღამის განმავლობაში იდებენ მტკივნეულ სახსრებზე პოლიართრიტის და ართრიტის, აგრეთვე რადიკულიტის სამკურნალოდ (ი. ნურალიევი, 1989). ამავე ავტორის მიხედვით უშუალოდ მოხმარების წინ სელის თესლისაგან ამზადებენ ლორწოს შემდეგნაირად: 1 ნაწილ დაუნაყავ (მთელ) თესლს 2 ნაწილ მდულარე წყალს ასხამენ და 15 წუთს ანჯღრევენ, რომლის შემდეგაც წურავენ. სვამენ 2-3 სუფრის კოვზ ლორწოს დღეში 3-4-ჯერ ჭამამდე 20-30 წუთით ადრე. ლორწოს გემოს გასაუმჯობესებლად შესაძლოა 0,5-1,0 სუფრის კოვზი ხილის წვენი ან ვაჟინის („სინოპის“) დამატება. ლორწო მალეფუჭებადია, ამიტომ იგი ყოველდღე უნდა მომზადდეს. ლორწოს, როგორც გამხსნელ საშუალებას 0,5 ჭიქას სვამენ დღეში 2-ჯერ. ამავე მიზნით სელის ზეთს 1-2 სუფრის კოვზს სვამენ ძილის წინ, ქრონიკული ყაბზობის დროს.

სელიჭა - LINARIA VULGARIS Mill.



შავნამალასებრთა ოჯახში შედის. სწორმდგომდროიანი, 90 სმ-მდე სიმაღლის, მრავალწლიანი მცენარეა. ხაზურ-ლანცეტა ან ხაზურა, მახვილწვერიანი, შიშველი, 2-7 სმ სიგრძის მჯდომარე ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განწყობილი. ორტუჩა, დეზიანი, ქვედა ტუჩზე კაშკაშა ნარინჯისფერამონაზურცვიანი (ზოგჯერ ამონაზურცვი კაშკაშა ყვითელია), ყვითელი ყვავილები, აღმამდგომ კენწრულ მჭიდრო მტევანშია შეკრებილი. ყვავილობს ივნისიდან სექტემბრამდე. ოვალური კოლოფა ნაყოფი ჯამზე ორჯერ უფრო გრძელია. შავი თესლები ბადროსებრია სიფრიფანა არშიით.

იზრდება მთის შუა სარტყლამდე მთის ტყიან ზონაში, როგორც სარეველა და რუდერალური მცენარე მდელოებსა და მინდვრებზე, ტყისპირებში, გზებისა და ბილიკების პირას საქართველოს ყველა რაიონში. მართალია ვრცელი არეალით ხასიათდება, მაგრამ სელიჭას მარაგი არცთუ დიდია.

სელიჭას ღერო და ფოთლები ალკალოიდ პეგანინს შეიცავს, გარდა ამისა, მოიპოვება ფოანიდური გლიკოზიდების (ლინაონი და სხვა) ფიტოსტერინი, ასკორბინის მჟავა, კაროტინი, ორგანული მჟავები.

სელიჭას ექსტრაქტის ექსპერიმენტულმა შესწავლამ ცხოველებში გამოავლინა მისი გამხსნელი თვისება. ექსტრაქტის გამოყენებამ ნაწლავთა ატონიით, მეტეორიზმითა და ხანგრძლივი შეკრულობით შეპყრობილ ავადმყოფებში დადებითი შედეგები გამოიღო (ს. ე. ზემლინსკი, 1962).

სელიჭას ფოთლებიდან მიღებულმა ალკალოიდმა პეგანინმა 0,01 გ ღოზით დღეში სამჯერ, 30 დღის განმავლობაში განაპირობა იმ ავადმყოფთა საერთო მდგომარეობის გაუმჯობესება, რომელთაც მუსკულატურის პროგრესული დისტროფია ჰქონდათ, გაიზარდა მუსკულატურის ძალა, კიდურების სახსრებში გაიზარდა აქტიურ მოძრაობათა მოცულობა.

მიოპათიით დაავადებულთა პეგანინით მკურნალობისას 3 კვირის შემდეგ აღინიშნა ძალის მომატება კიდურების მუსკულაში, გაიზარდა მოძრაობის უნარი და სხვა (ა. დ. ტუროვა, 1974).

ხალხურ მედიცინაში სელიჭას საფალარათო და შარდმდენ საშუალებად იყენებენ. ერთ მუჭა აყვავებულ სელიჭას 1 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ, დგამენ რამოდენიმე წუთს, წურავენ, გემოვნებით უმატებენ შაქარს და თითო სუფრის კოვზს იღებენ ყოველ 1 ან 2 საათში. სელიჭას თესლის ნახარშს ამზადებენ თანაფარდობით: 15-30 გრ 1 ლ მდულარე წყალზე და თითო ჩაის კოვზს იღებენ დღეში რამოდენიმეჯერ, როგორც საფალარათო და ნაღვლისდენის გამაძლიერებელ საშუალებას.

40,0 გრ სელიჭას 1 ლ მდულარე წყალზე დაყენებულ ჩაის ლეილის სამკურნალოდ ხმარობენ. სელიჭას იღებენ აგრეთვე ბუასილის დროს მალამოს სახით: 1 ნაწილი სელიჭას ყვავილები, 1 ნაწილი მუხის ქერქი, 1 ნაწილი წყლის წინაქა (ნალიკა). ყოველივე ამას ერთმანეთში ურევენ, 12 საათის განმავლობაში აყენებენ გამდნარ ლორის ქონზე (ე. ი. გამდნარ ქონში ურევენ, დროდადრო ურევენ, შემდეგ აცხელებენ და წურავენ. მალამოთი უღენთავენ დოლბანდის ნაჭერს და იგი სწორ ნაწლავში შეჰყავთ 4-5 საათით. აღინიშნება ტკივილების გაყუჩება და ანთებითი მოვლენების შემცირება, სისხლისდენის შეჩერება (მ.ა. და ი.მ. ნოსალები, 1960). სელიჭას ნახარშის მოსამზადებლად იღებენ 20,0 გრ ბალახს, რომელსაც 0,5 მმ სიგრძის ნაწილებად აქუცმაცებენ, ასხამენ ოთახის ტემპერატურის 1 ლ წყალს, ადუღებენ 30

ნუთს, მაშინვე წურავენ რომელსაც შარდმდენ და ნალველის დენის გამაძლიერებელ საშუალებად იყენებენ (ა. დ. ტუროვა, 1974).

ვ. გ. მინავეაც (1970) ხაზს უსვამს სელიჭას ბუასილის საწინააღმდეგო ეფექტს და აღნიშნავს, რომ ამ მიზნით გამოიყენება მალამო, რომელსაც შემდეგნაირად ამზადებენ: 2 ნაწილ ბალახს 5 ნაწილ ღორის ქონში აცხელებენ, წურავენ და ამ მალამოს იცხებენ ბუასილურ გამონაზარდებზე (სწორი ნაწილის კიდზე გარეთ გამოსულ მსხვილ მეჭექისებერ გამონაზარდებზე). ამავე მალამოთი სარგებლობენ ეგზემის მკურნალობაში, აგრეთვე სირსველის წინააღმდეგაც.

სელიჭას მოსახლეობა ოთახის მწერების მოსასპობადაც იყენებს, ე. ი. მას ინსექტიციდური თვისებაც გააჩნია, ამ მიზნით ნედლ ბალახს იყენებენ. იგი ცხენებისათვის საწამლაღი ბალახია.

მ. ა. და ი. მ. ნოსალების (1960) მიერ ბევრი საინტერესო მასალაა მოტანილი სელიჭას ხალხურ მედიცინაში ფართოდ გამოყენების თაობაზე. სელიჭას ჩაის (40,0 გრ 1 ლ მდულარე წყალზე) სვამენ მუცლის შეტეხილობის და ღვიძლის დაავადებათა დროს. სიყვითლის დროს ნეგოსთან შერევით, ორივე 15-15 გრ 10 გრ სიმინდის „ულვამის“ დამატებით. ყველა ამ ნარევეს 40,0 გრამს იღებენ 1 ლ წყალზე. ამავე ნარევეს წყლით გამოწვლილობის სახით იღებენ თირკმლების სამკურნალოდ (ჩაი მთელი ღამე იდგმება თბილ ლუმელში და დილით იწურება).

წყლიანი ნაყენის გამოწვლილი შემდეგი ნარევისაა: 1 ნაწილი სელიჭა, 1 ნაწილი ღილილოს ფურცლები, 1 ნაწილი კორდისკილა. ამ ნარევეს ასხამენ მდულარე წყალს და 8 საათს დგამენ. ამ ხსნარში დასველებულ ნაჭერს ანთებიან თვალებზე იფენენ. შველის სიყვითლის დროს თვალებში არსებულ დაჩირქებებს და საერთოდ მხედველობას აუმჯობესებს. ამ პროცედურების კეთებას ავტორი მთელი თვეების განმავლობაში ურჩევს სრული სისუფთავის დაცვით ამავე სითხის თვალში ჩანვეთებითაც. დადებითი შედეგი მხოლოდ ხანგრძლივი პროცედურების შემდეგ შეიმჩნევა.

სპიპ, სპი - HUMULUS LUPULUS L.



კანაფისებრთა ოჯახში შედის. სვია (ფშავეში, ხევსურეთში სვე, აჭარაში შრალაი, გურიაში ფშალო) მრავალწლიანი ორსახლიანი მხვიარა მცენარეა, ე. ი. მდებრობითი და მამრობითი მცენარეები ცალკე-ცალკე იზრდება. ღერო წახნაგოვანი და ხაოიანია. ფოთლები მოპირდაპირედ ან მორიგეობითაა (ღეროს ზედა ნაწილის ტოტებზე) განლაგებული, 3-5 ნაკვითიანი, ღეროს ზედა ნაწილში ზოგჯერ მარტივფორფიტინი, მომრგვალო ან კვერცხისებრი, ძირში გულისნაირი, ნაპირებში ხერხკბილა. ფოთოლი ზემოდან მუქი მწვანეა, ქვემოდან ბაცი, ორივე მხრიდან საკმაოდ ხაოიანი. მდებრობითი ყვავილები შეკრებილია დამახასიათებელი ღია მწვანე ფერის გირჩისებერ ყვავილედ.

მამრობითი ყვავილელი მოყვითალო ფერის საგველასნაირ ყვავილედება შეკრებილი. ყვავის ივნის-ივლისში.

იზრდება ტყეებში, ბუჩქნარებსა და ტენიან ხევებში, უფრო ხშირად კი ტყის ნაკადულებისა და მდინარეების ნაპირებზე.

სვიის ფოთლების დიდი რაოდენობით შეჭმის შემთხვევაში მსხვილფეხა რქოსან საქონელს ძლიერი ფალარათი ემართება, დროებით ცოხნის უნარი უწყდება და ნერწყვის დენა უძლიერდება. ყველა ეს სიმპტომი ჩვეულებრივ, რამოდენიმე დღეში გაივლის ხოლმე. სვიის მიზეზით საქონლის დაცემა არ ხდება.

ზემო რაჭაში ადრე სვიის გირჩისებერ ნაყოფებს დოლბანდის პარკში მოთავსებულს ქვევრში 3-4 დღეებზე ღვინის დულილის დროს, დადულების შემდეგ იღებდნენ და ავადებდნენ. ასეთი ტექნოლოგიით დაყენებული ღვინო მეტად სასიამოვნოა და შუშუნაა გაზებით სიმდიდრის გამო.

სვია კარგი ზრდით აზოტით მდიდარ ნიადაგებზე გამოირჩევა, ამიტომ მას აზოტით მდიდარი ნიადაგების ინდიკატორად თვლიან.

სვიის ნაყოფს შემოდგომით მომწიფებისთანავე აგროვებენ, ქარგამჭოლ დაჩრდილულ ადგილზე ამრობენ და ინახავენ.

ხალხმა კარგად იცის, რომ სვია ფართოდ გამოიყენება ლუდის და საფუარის წარმოებაში. ახალი ყლორტებისაგან კი გემრიელი სალათა მზადდება.

ცნობილია, რომ გასასუქებლად დამწვევული დაუკოდავი ღორები პერიოდულად საქსობრივი აქტისადმი დიდ მიდრეკილებას ამჟღავნებენ, ამ პერიოდში საქმელს კარგად აღარ ჭამენ, რაც გასუქებაზე უარყოფითად მოქმედებს. ხალხურმა სიბრძნემ ასეთი შემთხვევისათვის შესანიშნავი საშუალება

იცის. ღორებს სვიის ნაყოფის მაგარ გამოწვლილს ასმევენ, რის შედეგადაც ისინი წყნარდებიან და საკვებს ისევ მადიანად იღებენ.

ცნობილი გერმანული საგულე საშუალების ვალოკარდინის ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი კომპონენტი სვიის ეთერზეთია, რომელიც რეკომენდებულია გულსისხლთაძარღვთა ნევროზის, სტენოკარდიის და ნაწლავების სპაზმის დროს.

ხალხური მედიცინა სვიის ნაყოფს იყენებს თირკმლების ანთების, წყალმანკის, საშარდე ბუშტის გალიზიანების დროს სხვა სამკურნალო მცენარეებთან შერევით. თვით მარტო სვიას კი კუჭის კატარის, ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის დაავადების, ნერვების აშლით გამოწვეული უძილობის სამკურნალოდ იყენებენ. მის კომპრესებს ადებენ მუწუკებზე და წყლულებზე, როგორც დამაწყნარებელ საშუალებას.

დასაღვეად იყენებენ ნაყენს: 20 გრ სვიის ნაყოფი 1 ლ მდულარე წყალზე, ან ფხვნილს ჩაის კოვზით დღეში სამჯერ. მ. ა. და ი. მ. ნოსალების (1960) მიხედვით სიყვითლის დროს: გაზაფხულსა და ზაფხულში ამზადებენ ნარევს - 1 ჭიქა ადუღებული ცხელი რძე, 1 ჭიქა ცხელი წყალი და მასში ასხამენ სვიის ჩველი ყლორტების ან ტოტებისაგან გამონურულ 2 სუფრის კოვზ წვენს. ამ ნარევს ნაწილ-ნაწილ სვამენ ერთი დღის განმავლობაში. ზამთარში ასევე იქცევიან, მაგრამ სვიის წვენის ნაცვლად 2 სუფრის კოვზ წინასწარ ძალიან წვრილად დაქუცმაცებულ სვიის ნაყოფს იღებენ და მთელი ღამე თბილი წყლისა და რძის ნარევში ალბობენ თბილ ადგილზე დადგმით, რომელსაც თბილ მდგომარეობაში სვამენ ერთი დღის განმავლობაში.

ნერვიულობის გამო უძილობადაჩემებულ, აგრეთვე სხვა დაავადებებით გამოწვეული უძილობის დროს დღეში ორჯერ, სადილობისა და ძილის წინ აძლევენ ერთ ნატყვს შაქარზე ან 1 ჩაის კოვზ წყალში განზავებით 5-7 წვეთ ნაყენს. ნაყენი შემდეგნაირად მზადდება: სვიის ნაყოფის ერთ წონით ნაწილზე იღებენ ოთხ წონით ნაწილ სპირტს. ამავე ნაყენს, იმავე დოზით იღებენ გასტრიტისა და პარაზიტიკების სანინაალმდეგოდ.

თმის ცვენის სანინაალმდეგოდ თავს სვიის ნაყოფის ნახარშით იბანენ. ბულგარეთის მედიცინაში სვიის ნაყოფი რეკომენდებულია მადის მოსაგვრელად და როგორც არომატული - მწარე საშუალება კუჭისათვის. ისინი შარდდენასაც აძლიერებენ, გამოიყენება აგრეთვე დამაწყნარებლად სქესობრივი ალგზნებულობის, ხშირი პოლუციის (თესლის უნებლიე გამოყოფა მამაკაცებში, ჩვეულებრივ ძილის დროს), კლიმაქტერიის დროს არსებული ტკივილების, უძილობის და ალგზნებული მდგომარეობის დროს. ნაყოფის გამონაწვლილი კარგად მოქმედებს ძნელადშეხორცებად ჭრილობებზე.

იღებენ ნაყოფის ნაყენს: ერთ ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ნაყოფს ასხამენ ერთ ჭიქა მდულარე წყალს (ერთი დღის დოზა). სვამენ ყლუპ-ყლუპობით, უკეთესია საღამოთი მიღება.

ბულგარეთის ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება სიყვითლის, თირკმლებში ქვიშისა და კენჭის, საშარდე ბუშტის ანთების, ავადმყოფური მენსტრუაციის, თავის ტკივილისა და უძილობის, ძლიერი სქესობრივი ალგზნებულობის დროს და სხვა (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

სწოთა - GLYCINE HISPIDA (Moench) Maxim.



სოია მოსახლეობაში, განსაკუთრებით დასავლეთ საქართველოში კარგად ცნობილი ერთწლიანი მცენარეა, რომელიც პარკოსანთა ოჯახს ეკუთვნის. ფოთოლი სამი ფოთოლაკისაგან შედგება. ყვავილედი 1-5 ყვავილია. პარკებში თესლების რაოდენობა 3-7 ცალია. ველურად შორეულ აღმოსავლეთში იზრდება და იქვე ფართოდაა კულტივირებული. დასავლეთ საქართველოშიც საკმაოდ ფართოდაა კულტივირებული. მთელი მცენარე ქარცი და თეთრი ბუსუსებითაა შემოსილი.

სოია ბევრ სასარგებლო ნივთიერებას შეიცავს. თესლები მდიდარია ცილებით - 34,9%, ზეთით - 18,6%, პემიციელულობით - 6,3%, უჯრედანით - 4,5%, სახამებლით - 3,5%, დიდი რაოდენობითაა ამინომჟავები - 12,6, ვიტამინებიდან შეიცავს კაროტინს - 0,07, „E“ - 17,3-114, „B₁“ - 0,9, „B₂“ - 0,22, „B₆“ - 0,85, ხოლის - 270, ბოტინს - 60 და ფოლაცინს - 6 მგ%.

საკმაოდ მდიდარია მაკროელემენტებითაც (კალიუმი, კალციუმი, კაჟი, მაგნიუმი, გოგირდი, ფოსფორი, ქლორი). მიკროელემენტებიდან შეიცავს ალუმინიუმს, რკინას, იოდს, კობალტს, მარგანცს,

სპილენძს, მოლიბდენს, ნიკელს, სტრონციუმს, ფტორს, ქრომსა და თუთიას.

სოია მალალი კვებითი ღირსებებით გამოირჩევა. სოიას თესლისაგან იღებენ ზეთს, ამზადებენ მცე-

ნარეულ რძეს, ყველს, ხაჭოს, ნაღებს, ფქვილს, რძის ფხვნილს, აცხობენ პურს დიაბეტიკებისათვის.

უახლესი გამოკვლევებით დადგენილი ინფარქტის დროს სოიას სამკურნალო თვისებები. მისი პარკების გამოყენებით სისხლში ლიპიდების შემცველობა მცირდება იმდენად, რომ სისხლძარღვებში აღარ ხდება სისხლის შედედება, სოიათი მკურნალობენ ათეროსკლეროზსაც და ხმარობენ, როგორც არტერიოსკლეროზსაწინააღმდეგო საშუალებას (ი. მაცკუ, ი. კრეჩა, 1972).

ხალხურ მედიცინაში სოია გამოიყენება, როგორც გამხსნელი და ნაწლავებიდან გაზგამომდევნი საშუალება, განსაკუთრებით მოხუცებისათვის. უნიშნავენ სოიას ფქვილისაგან მომზადებულ შეჭამანდს (ფიფინას ანუ თხელ ფაფას), ან მოხარშულ პარკებს 150-200 გრ-ის რაოდენობით. პამირის მოსახლეობა კუჭის განმნდის მიზნით თევში 1-2-ჯერ იღებს სოიის შეჭამანდს. მის თხელ ფაფას (სუფთა ნაჭერზე ან დოლბანდზე გასმულს) იღებენ ჭრილობებზე, ჭორფლიან და სისხლჩაქცევების კერებზე, ცომს კი ძირმაგარებზე აფენენ, მათი მომნიფების დასაჩქარებლად.

სოიას სისხლშედეგების საწინააღმდეგო მოქმედება ეფექტურია ინფარქტისა და თრომბოზის პროფილაქტიკისათვის.

ინდივიდებში, ვინც შეჩვეული არაა სოიას მიღებას, შესაძლოა აღინიშნოს მუცლის შეებრვა და ტკივილები, აგრეთვე კუჭის აშლა. ამ მოვლენებისაგან თავის არიდება შესაძლოა კამისა და ნიახურის თესლის გამოანაწილის (ჩაის) მიღებით (ი. ნურალიევი, 1989).

სოიას თესლისაგან რძის მიღება საოჯახო პირობებში თავისუფლად შეიძლება. საამისოდ ერთ ნაწილ სოიას ფქვილს შვიდ ნაწილ წყალში ადუღებენ, ცოტა მარილსა და შაქარს ამატებენ, შემდეგ ნურავენ, ასე მიიღება სოიას რძე, რომელიც გემოთი და შემცველობით ძროხის რძეს შავს. სოიას რძის დამზადება სხვა რეცეპტების გამოყენებითაც შეიძლება. სოიას თესლს ხორცსაკეპ მანქანაში ატარებენ. ერთ ნაწილ ამ მასას 10 ნაწილ თბილ წყალს ასხამენ, აცხელებენ ნელ ცეცხლზე ნახევარი საათის განმავლობაში. ამის შემდეგ რძეს ნურავენ და ყოველ ლიტრზე თითო გრამ მარილს ამატებენ (ვ. ი. არტამონოვი, 1987).

✓ სოსნოვსკის ფიჭვი, კავკასიური ფიჭვი - PINUS SOSNOVSKYI NAKAI.



ფიჭვისებრთა ოჯახში შედის. საქართველოში გავრცელებული ფიჭვიებიდან ყველაზე ვრცელი არეალით კავკასიური ფიჭვი გამოირჩევა, რომლის სიმაღლე 35 მეტრამდე აღწევს. ვარჯი ახალგაზრდობაში კონუსური, ხოლო ხანში შესვლისას მომრგვალო ფორმისაა. ახასიათებს ღრმადმიმავალი მთავარღერძა ფესვი უზვი გვერდითი განტოტებებით. ყვითელ-მოყავისფრო, ზოგჯერ მონითალო ელფერის ქერქი ღეროს ძირა ნაწილში ღრმანალარებიანია. ნაცრისფერ-მომწვანო 4-7 სმ სიგრძის წიწვები წვეილ-წვეილადაა განლაგებული ტოტებზე.

გიჩრის ქერქებზე აპოფიზისები ძლიერ ამოზრცულია და მათი კოპები კაუჭა წვეტით ბოლოვდება. განსაკუთრებით დიდი ამოზრცულობითა და გიჩრის უფთისაკენ გადახრით ქვედა ქერქლების აპოფიზისები გამოირჩევა, რაც უფრო ხშირად გიჩრის კარგად განათებულ მხარეს შეიმჩნევა. მდებრობითი მონითალო ყვავილები მეტწილად ვარჯის ზედა ნაწილშია განლაგებული, მამრობითი ყვითელი ყვავილები კი ვარჯისშუა და ნაწილობრივ ქვედა ნაწილშიც, ამრიგად ფიჭვი ერთსახლიანი მცენარეა სქესგაყოფილი ყვავილებით. 3-7 სმ სიგრძის მონაცრისფრო ან მოყვითალო მურა გიჩრებს ჰორიზონტალური ან ზემოაშვერილი მდგომარეობა უკავია. თესლის მომწიფება ორ წლამდე გრძელდება, სრულ სიმწიფეს იგი აყვავებიდან მეორე წლის სექტემბერ-ოქტომბერში აღწევს. ქმნის როგორც წმინდა, ასევე სხვა ტყის ჯიშებთან შერეულ კორომებს. სიმშრალის საკმაოდ ამტანი და გამძლე ჯიშია, იზრდება როგორც თხელ და საშუალო სიღრმის ნიადაგებზე, ასევე პრიმიტიულ (ძალიან თხელ) ნიადაგებსა და ბევრგან შიშველ ქანებზეც კი. იგი ნორმალური განვითარებისა და ზრდისათვის კარგ განათებას საჭიროებს. გვხვდება ზღვის დონიდან 800-900-დან 2000 მეტრამდე და ზოგან ბევრად უფრო მაღლაც, ე. ი. ფართო ეკოლოგიური დიაპაზონის მცენარეა და მისი გავრცელების საზღვრები რამოდენიმე ვერტიკალურ სარტყელს მოიცავს.

ფიჭვის ხის ყველა ნაწილი ძალიან ფართოდ გამოიყენება სახალხო მეურნეობის თითქმის ყველა დარგში, განსაკუთრებით კი მშენებლობასა და ქიმიურ მრეწველობაში. გარდა ამისა, ფიჭვს მუხისა და არყის გვერდით საესებით დამსახურებული ადგილი უკავია მწვანე აფთიაქში.

ჩვენი ქვეყნის სამკურნალო მცენარეებით მოვაჭრე ყველა აფთიაქში შეხვდებით მიმზიდველად

შეფუთულ, გასაყიდად გამოტანილ ფიჭვის კვირტებს. მათ ადრე გაზაფხულზე აგროვებენ, იმ მომენტში, როდესაც ზრდას იწყებენ, მაგრამ ჯერ კიდევ არ გაშლილან.

ფიჭვის კვირტებისა და წიწვებისაგან სკიპიდარს, კუპრსა და კანიფოლს ამზადებენ.

ფიჭვის გირჩების გამონახარშს სადეზინფექციო და შარდმდენ საშუალებად იყენებენ. ხალხში მას ბრონქების ქრონიკული ანთების, წყალმანკის, რევმატიზმის და კანზე გამონაყარების საწინააღმდეგოდ იყენებენ.

ფიჭვის წიწვები დიდი რაოდენობით შეიცავს C ვიტამინს (300 მგ პროცენტამდე), ამიტომ კარგი მასალაა წიწვის კონცენტრატების მოსამზადებლად საოჯახო პირობებში. C ვიტამინის კონცენტრატის მომზადების ერთ-ერთი ხერხი ასეთია: გასუფთავებულ-გარეცხილ ოთხ ჩაის ჭიქა წიწვს, ორ ჩაის ჭიქა ცივ წყალს ასხამენ, რომელსაც წინასწარ შეამჟავებენ რვა პროცენტიანი მარილმჟავას მიმატებით, დგამენ სამი დღის განმავლობაში, ამის შემდეგ ნაყენს წურავენ ბამბით ან რომელიმე სუფთა ქსოვილით. ნაყენს მომწარო ცხარე გემო აქვს, ამიტომ გემოს გასაუმჯობესებლად მას შეიძლება შეაქარი დაუმატოთ ან რომელიმე ხილის წვენი. იღებენ თითო ჭიქას დღეში.

ფიჭვის ფისისაგან გამოხდილი სკიპიდარი ფართოდაა გამოყენებული სამედიცინო პრაქტიკაში. მას იყენებენ როგორც გარეგან საშუალებას ზედა სასუნთქი გზების დაავადების დროს (1 ნაწილი სკიპიდარი და 5 ნაწილი ღორის ქონი) კანში მსუბუქი წვის შეგრძნების დაწყებამდე. კარგ შედეგებს იძლევა სკიპიდარით ინჰალაციის გაკეთება ბრონქიტის დროს. მასვე იყენებენ შესაზელად იშიახის, ნევრალგიისა და სახსრების ტკივილის დროს.

კვირტების ნახარშით ინჰალაციას აკეთებენ ანგინის და სასუნთქი გზების კატარის სამკურნალოდ.

ბულგარეთში ფიჭვის ეთერზეთი მიაჩნიათ ანთებისა და პარაზიტიკური ჭიების საწინააღმდეგო საშუალებად. ფიჭვის კვირტები ნაცადი საშუალებაა ზედა სასუნთქი გზების დაავადებისა და ბრონქიტის დროს. დადებით გავლენას იჩენს ნიკრისის ქარისა და რევმატიზმის მკურნალობაში, აგრეთვე კანის დაავადებების, თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის კენჭოვანი დაავადებისას.

დასაღვეად ბულგარეთში ყველაზე ხშირად ფიჭვის კვირტების მიქსტურას იყენებენ: 50 გრ კვირტს ასხამენ ორ ჭიქა მდულარე წყალს და თბილ ადგილზე დგამენ 2 საათის განმავლობაში, განურვის შემდეგ ურევენ 500 გრ შაქარს და ხარშავენ სიროფს (ვაჟინს), ან შაქრის მაგიერ 50 გრ თაფლს ურევენ. სიროფი განსაკუთრებით კარგი ფორმაა ნამლისა ბავშვებისათვის. აძლევენ 5-6 სუფრის კოვზს დღეში. გარდა ამისა, ფიჭვის კვირტებს სხვანაირადაც იყენებენ: 50 გრ კვირტებს 0,5 ლ რძეში ნელი დუღილით ხარშავენ 20 წუთის განმავლობაში, სვამენ ყლუპ-ყლუპობით (მოზრდილთათვის ერთი, ხოლო ბავშვებისათვის ორი დღის დოზა). რევმატიზმისა და კანის დაავადებების დროს აბაზანებისათვის 500 გრ ფიჭვის კვირტს 5 ლ წყალში ნელი დუღილით ნახევარ საათს ხარშავენ და ამ ნახარშს ურევენ იმ რაოდენობის წყალში, რომლითაც აბაზანა უნდა მიიღონ.

სტაფილო - DAUCUS CAROTA L.



ქოლგოსანთა ოჯახის ორწლოვანი 30 (100) სმ სიმაღლის ბოსტნეული ბალახა მცენარეა. პირველ წელიწადს როზეტად განლაგებულ ფოთლებსა და გასქელებულ საჭმელ ძირს იკეთებს, მეორე წელიწადს კი ღეროსა და ყვავილებს იწვითარებს. ღერო უხეში ბენჯითაა მოფენილი, მთელს სიგრძეზე ვიწრო ლარები ჩასდევს. ფოთლები მრავალგზის ფრთისებრდანაკეთულია, გარშემოწერილობით სამკუთხედი, გულისებრი ან წაგრძელებულია (20 სმ სიგრძით). ღეროს ძირა ნაწილის ფოთლები გრძელყუნწიანია, ზედა კი მჯდომარე. თანაყვავილეთი 10-50 სხვიანი რთული ქოლგაა. სხივები მქისებუსუსიანია, ყვავილობის ფაზაში გადაშლილი, ნაყოფობისას კი შეკუმშული და ერთმანეთთან მიჯრილია. ქოლგის საბურველის ფოთოლაკები სამადგაყოფილი ან ფრთადანანაწევრებულია, ისინი მრავალირიცხოვანია, ხაზური ან სადგისისებრი ან ვიწრო კვერცხისებრია. ყვავილები თეთრი, მონითალო ან იშვიათად მოყვითალო ფერისაა. ყვავილის გვირგვინის ფურცლები თავში ამოჭრილია (ჩაღრმავებულ ჩანაჭრიანი). ქოლგის ცენტრში მუქ-წითელი ყვავილია. წვრილი ელიფსური ორთესლიანი ნაყოფები 3-4 მმ სიგრძისაა. თითოეულ თესლს (მერიკარპიუმს) 5 ძირითადი ძაფისებრი ნიბო აქვს ორ-ორ

მწკრივად განწყობილი თავმოხრილი ჯაგრისებრი წარმონაქმნებით და 4 მეორადი ნიბო, რომელნიც სადგისისებრი ეკლებითაა მოფენილი. ყვავის ივნის - ივლისში თავის სიცოცხლის მეორე წელს.

სტაფილოს ჰიპო და ავიტამინოზის დროს იყენებენ. ხელს უწყობს ეპიელიზაციას, ააქტიურებს უჯრედში დაუანგვა-ალდენის პროცესებს, არეგულირებს ნახშირწყლების ცვლას. გარდა ამისა იგი კუჭში ფაქიზად გამხსნელი საშუალებაა. თესლებისგან პრეპარატ დაუკარინს ამზადებენ, რომელსაც სპაზმოლიტური ზემოქმედება აქვს, სისხლძარღვებს აფართოებს. გამოიყენება ათეროსკლეროზის, სტენოკარდიულ მოვლენებიანი კორონარული უკმარისობის დროს. ველური სტაფილო (ფერისცვალა) ხალხურ მედიცინაში ჭისდაამდენ და გამხსნელ საშუალებად გამოიყენება (ა. ი. ლესკოვი, 1962).

ადრინდელ ქართულ ხალხურ მედიცინაში ძირითადად სტაფილოს თესლი გამოიყენებოდა სიქაჩლის სამკურნალოდ.

ხალხური მკურნალები სტაფილოს უნიშნავენ სიყვითლის, ღვიძლის დაავადებების (მწვავე და ქრონიკული ჰეპატიტი) და ე. წ. ქათმის სიბრმავის დროს. განსაკუთრებით პოპულარულია სტაფილო გულწვისა (გულირუჯვის) და ქრონიკული შეკრულობის (ყაბზობის) დროს. ჰიპერ და ჰიპოაციდური გასტრიტისა და კუჭის წყლულის სამკურნალოდ 0,5 ჭიქა სტაფილოს წვენი უნიშნავენ დღეში 3-ჯერ დასალევად 15-20 წუთით ადრე ჭამადღე. როგორც კუჭში გამხსნელი საშუალება ავადმყოფს ჭამის წინ 160-300 გრ სტაფილოს წვენი ეძლევა. სტაფილოს წვენისა და კვერცხის გულის ნარევი (1:1) ან თაფლთან ერთად სახის კანზე ნასასმელ ნიღაბად გამოიყენება, მშრალი კანის შემთხვევაში, აგრეთვე დაშარული კანის დასარბილებელ-გასალამაზებლად და ფერისმჭამელების ამოსაყვანად. სტაფილოს, განსაკუთრებით კი ფერისცვალას (გარეული სტაფილო) თესლი გამოიყენება მეტეორიზმისა და ყაბზობის, აგრეთვე თირკმლების კენჭოვანი დაავადების დრო. ფოთლების დანაყილი მასა, ან მათგან გამოწურული წვენი ნეიროდერმატიტის, ეგზემისა და დიათეზის სამკურნალოდ გამოიყენება (ი. ნურალიევი, 1989).

უკრაინულ ხალხურ მედიცინაში სამკურნალოდ მხოლოდ ფერისცვალას (გარეული სტაფილო) თესლს აგროვებენ, რომლის ფხენილსაც 1 გრ-ის რაოდენობით მცირედი წყლის მიყოლებით დღეში სამჯერ სვამენ იმ შემთხვევაში, როდესაც კუჭი საჭმელს კარგად ვერ იწელებს, აგრეთვე ნაწლავებში გაზების დაგროვების დროს. მაგრამ თესლის უმთავრესი სამკურნალო დანიშნულება თირკმლების კენჭოვანი დაავადების განკურნებაა.

თესლს წყალზე ნაყენის სახითაც იყენებენ - 1 სუფრის კოვზი თესლი 1 ჭიქა მდულარე წყალზე, მთელი ღამე ლუმელის თბილ ფურნაკში დგამენ ან თერმოსში ასხამენ, დილით კი ცხელს სვამენ 1 ჭიქას. საერთოდ დღეში სამ ჭიქას სვამენ. დიეტას იცავენ ისე როგორც ნეფრიტის შემთხვევაში (მ. ა. და ი. მ. ნოსალები, 1960; ა. პ. პოპოვი, 1974).

კოსმეტიკური თვალსაზრისით სტაფილოს წვენით დილას და საღამოს სახის კანს იზევენ, ამით კანი ხალისიანი შესახედი ხდება, ლაქები ქრება, კანი უფრო გამოცოცხლებულ ელფერს იღებს (ნ. ნ. ბელოჩალოვი). დადგენილია, რომ ფერისცვალას (ველური სტაფილო) თესლის ნახარშის 100 გრ-ის რაოდენობით დღეში სამჯერ მიღებით ავადმყოფებს თანდათანობით უქრებათ დიურეზის მოშლის ნიშნები, უუმჯობესდებათ საერთო მდგომარეობა, დაბლა იწვევს ტემპერატურა და ავადმყოფის სხვა სიმპტომების გაუმჯობესება ხდება (დ. გ. ჰესი და თანაავტორები, 1976).

თირკმლების კენჭოვანი დაავადების სამკურნალოდ მედიცინის მეცნიერებათა დოქტორი იუსუფ ნურალიევი (1989) შემდეგი რეცეპტის გამოყენების რეკომენდაციას იძლევა: 5 სუფრის კოვზ (50-60 გრ) ფერისცვალას (ველური სტაფილო) თესლს 1 ლ მდულარე წყალს ასხამენ, ჭურჭელს მჭიდროდ ნაქსოვი სუფთა ნაჭრით ხურავენ და 10-12 საათის განმავლობაში თბილ ადგილზე დგამენ. სვამენ თითო ჭიქას დღეში სამჯერ.

ბულგარეთის ხალხურ მედიცინაში სტაფილო წვრილი მრგვალი ჭიების დამყრელ ეფექტურ საშუალებად მიაჩნიათ (იორდანოვი და თანაავტორები, 1968).

სტაფილო ფრიად ძვირფასი საკვებია, იგი დიდი რაოდენობით შეიცავს ვიტამინ A-ს (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968; კ. ხაიდაროვი, 1988).

ჯერ კიდევ პლატონი შუა საუკუნეებში სტაფილოს მოხმარებას ურჩევდა მეძუძურ ქალებს რძის სეკრეციის გასაძლიერებლად. რძის სეკრეციის გაძლიერების ფაქტს ქართული ხალხური თანამედროვე მედიცინაც ადასტურებს (ნ. ზ. უმიკოვი, 1947).

ტარხუნა - ARTEMISIA DRACUNCULUS L.

ტარხუნა ფართოდ ცნობილი ბოსტნეული კულტურაა. იგი მდიდარია ეთერზეთებით (0,1-0,4%); გარდა ამისა შეიცავს ვიტამინ C-ს (200 მგ%), კაროტინს (150 მკგ) და სხვა. ხმელ ტარხუნას იყენებენ კიტრის, პომიდურის, კომბოსტოს, სოკოების დამწნილებისას, მისგანვე ამზადებენ ნაირგვარ უაღკოპოლო სასმელებს.

ხალხურ მედიცინაში ტარხუნას იყენებენ როგორც საჭმლის მომწინებელი სისტემის მუშაობის გა-



მაუმჯობესებელ, სურავანდის სანიანალმდეგო საშუალებას, აგრეთვე წყალმანკის დროს. ტაჯიკეთის ხალხურ მედიცინაში ტარხუნას იყენებენ ქოლეცისტიტისა და თირკმლების კენჭოვანი დაავადებების სამკურნალოდ (ი. ნურალიევი, 1989).

IX საუკუნის ცნობილი ექიმი აბუ მანური მიუთითებდა, რომ ტარხუნის ძმარზე წაყენი აწყნარებს კბილის ტკივილს. თავლთან ერთად ტარხუნას სიცხის დამწვევი თვისება გააჩნია. ტარხუნის წყლით გამოწვლილის ყელში გამოვლებით ზედა სასუნთქი გზები ლორწოვანი ნადებისაგან იწმინდება და სუნთქვის პროცესი მსუბუქდება.

თანამედროვე მედიცინაში ტარხუნას იყენებენ როგორც მადის მომგვრელსა და საჭმლის მონელების გამაუმჯობესებელ საშუალებას.

ტარხუნის 1-2 სუფრის კოვზი ექსტრაქტის ჭამის წინ 15-20 წუთით ადრე მიღება ხელს უწყობს კუჭის წვენი მჟავიანობის ნორმალიზებას (ლ. ი. სკლიარევსკი, 1970).

ტილჭირი - ACONITUM NASUTUM FISCH.



ბაიასებრთა ოჯახის მრავალწლოვანი, მომრგვალო ტუბერებიანი ბალახია. მისი საკმაოდ ლურჯი ან მუქი იისფერი ყვავილები აღმადგომ კენწრულ ყვავილებად და შეკრებილია. ყვავილსაფარი 5 ფოთლისაგან შედგება, რომელთაგან სულ ზედა მუზარადისებურადაა ჩამოფარებული და ირიბად ძირს დახრილი ან ჰორიზონტალურ მდგომარეობაში მყოფი კარგად გამოსახული ნისკარტითა დაბოლოებული.

ტილჭირი საერთოდ შეუბუსავი მცენარეა, მაგრამ ზოგ ეგზემპლარს ყვავილედის მოკლე ბენვით შებუსავა ემჩნევა. ნაყოფი 3 ფოთლურისაგან შედგება, რომელიც უფრო ხშირად შიშველია, ზოგ ეგზემპლარს ფოთლურების ურთიერთმერწყმის გამომსახველი ნაყერის შებუსავა ემჩნევა.

ტილჭირის სიმაღლე 50-120 სმ-ის ფარგლებში მერყეობს; ღეროს ზედა ნაწილი ხშირად დატოტვილია. საკმაოდ გრძელყუნწიანი, 5 სეგმენტად თათისებრ დაყოფილი ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული, სეგმენტები განიერლანცეტისებრია და შორიშორს ღრმად და დაკბილული.

ყვავილობს ივლის-აგვისტოში, გავრცელებულია საქართველოში თითქმის ყველგან. უმთავრესად გვხვდება სუბალპური სარტყლის ტენიან წიწვოვან ტყეებსა და შამბნარებში. ტყეში უმთავრესად ნაკადულების პირას იზრდება.

მუქი ლურჯი, მუზარადისებრი, მსხვილი ყვავილებითა და ორიგინალური ფორმის ფოთლებით ტილჭირი ლამაზი შესახედაობისაა და კარგია დაჩრდილული ადგილების გასამშვენიერებლად (შ. ა. ხიდაშელი, 1973).

აღსანიშნავია ამ მცენარის ძლიერი შხამიანობა. შხამკალიდებს ყველაზე მეტად ტუბერები შეიცავს. ალკალოიდ აკონიტინის შემცველობა მათში 1,8 %-მდე აღწევს.

მთლიანად მცენარე ძლიერი შხამიანობით ყვავილობის ფაზაში გამოირჩევა. მომწამვლელი თვისებით ფრიად საშიშია როგორც ცხოველების, ასევე ადამიანებისათვისაც. ამ მცენარით მოწამვლის უშუალო შედეგია მთელი ორგანიზმის დაჩქარებული დამბლა, რომელიც გარდაუვალი სიკვდილით მთავრდება. შხამიანია როგორც ნედლი, ასევე გამზმარიც, მისი 300-400 გრ ნედლი ფესვის სასიკვდილო დოზაა ცხენისათვის. საქონელი ეცემა მცენარის მიღებიდან 14 საათის განმავლობაში.

სპეციალური ცდებით დადგენილია, რომ 14-16 გრ ტილჭირი საკმარისია თხის მოსაკლავად. ამ ბალახით მოწამვლილი საქონლის ხორციც მოშხამული და საჭმელად უფარგისია. ტილჭირს საქონელი საერთოდ არ ეტანება, მაგრამ თუ ტყეში სხვა ბალახი ნაკლებადაა, მოსალოდნელია საქონელმა პირი წაატანოს მას. ძლიერ მცირე დოზით მიღებული ბალახი საქონლის დაცემას არ იწვევს, მაგრამ ხანგრძლივ აავადებს მოწმენლებელი სისტემის მოშლით (შ. ხიდაშელი, 1973).

უკიდურესი შხამიანობა ძლიერ ზღუდავს ტილჭირის სამკურნალოდ გამოყენებას. მიუხედავად ამისა ტილჭირის სხვადასხვა სახეობები დიდი სიფრთხილით გამოყენებას მაინც პოულობს მედიცინაში.

მსოფლიოში ტილჭირის სამასამდე სახეობაა ცნობილი და მათი უმეტესობა ტოქსიკური თვისებისაა.

ტილჭირი ფართოდ გამოიყენება ჰომეოპათიაში სისხლდენის და ლორწოვანი გარსების კატარალური დაავადებების დროს.

რუსულ ხალხურ მედიცინაში იგი ცნობილია როგორც გარეგანსახმარი ტკივილგამაყუჩებელი საშუალება. ფრიად ეფექტურად მიიჩნევენ რევმატული ტკივილების საწინააღმდეგოდ. ტუბერების სპირტზე ნაყენით იზღვენ რევმატული ტკივილებით შეპყრობილ სახსრებსა და კუნთებს. რამოდენიმე შეზელის შემდეგ მტკივნეული იარები ჩნდება. ასეთ შემთხვევაში ნაყენის ხმარებას წყვეტენ, მორჩენამდე. შემდეგ კვლავ იმეორებენ შეზელის პროცედურებს. მეორედაც მოსალოდნელია მტკივნეული იარების განვითარება. ამ დროსაც აუცილებლად წყვეტენ ნაყენის გამოყენებას, მათ სრულ მორჩენამდე. შემდგომში გაგრძელებული შეზელის პროცედურებით უკვე მოსალოდნელი აღარაა იარების გაჩენა (პ. მ. კურნოვი, 1955)

ტიბეტურ მედიცინაში ზოგი სახეობის ტილჭირის ფხვნილის სხვა ბალახებთან შერევით ციმბირის წყულუსა და ფილტვების ანთებას მკურნალობენ. ჩინეთში ტილჭირი პოპულარულია როგორც კიბოსა და სხვა დაავადებების საწინააღმდეგო საშუალებათა შემადგენელი ნაწილი (ვ. გ. მინაევა, 1970).

ბულგარეთის მედიცინაში ტილჭირის ტუბერების სპირტზე ნაყენი გამოიყენება როგორც ტკივილგამაყუჩებელი საშუალება მწვავე ტკივილების დროს (სამწვერა ნერვის ნევრალგია, რევმატული ტკივილები კუნთებსა და სახსრებში, გაციებით გამოწვეული დაავადებები). აქ იგი ეფექტურადმოქმედ, მაგრამ საშიშ საშუალებად მიაჩნიათ მაღალი ტოქსიკურობის გამო. ბულგარელ მედიკოსთა რეკომენდაციით ტილჭირის სპირტზე ნაყენის თერაპიული დოზებია 0,02-0,03 მგ 2-3-ჯერ დღეში. გამოიყენება აუცილებლად ექიმის მეთვალყურეობით.

ბულგარეთის ხალხურ მედიცინაში ტილჭირის ფოთლებისა და ტუბერების წყლით გამონაწვლილი გამოიყენება სველი საფენების სახით რევმატიზმის, იზიაზის და ავთვისებიანი სიმსივნის დროს (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968)

ტილჭირის ფხვნილი და ნახარში წარმატებით გამოიყენება სასოფლო-სამეურნეო კულტურების მავნე მწერების წინააღმდეგ.

ტუხტი - ALTHAEA OFFICINALIS L.



ბალახებრთა ოჯახის 60-200 სმ სიმაღლის მრავალწლოვანი ბალახია, მსხვილი ხორცოვანი, მცირედ დატოტვილი ფესვით, რომლისგანაც მრავალი ღერო იზრდება, ღეროები ძირში გამგრქნებულია და სუსტად დატოტვილი. 5-15 სმ სიგრძის ყუნწიანი, ნაპირებში ხერხკიბლა, ხვერდისებრ ბენვით მოფენილი ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული. მათგან ქვედა სუსტად გამოხატული ხუთნაკვითიანია, ზედა კი თითქმის სამნაკვითიანი. გარშემოწერილობის მიხედვით ფოთლები გულსებრია ან კვერცხისებრი.

ყვავილები ჩხრობადაა შეკრებილი ფოთლების ილიეებში ძალიან მოკლე საყვავილე ღეროებზე, რომლებიც ღია ან აშკარად ვარდისფერია, ზოგი ეგზემპლარი თითქმის თეთრყვავილებიანია ხუთი გვირგვინის ფურცლით, რომლებიც ფორმით უკუკვერცხისებრია, წვერში ტალღისებრი ჩადაბლებით, ძირში კი ფრჩხილისებრადაა შევიწროებული. ნაყოფი ბრტყელი და ბადროსებრია, რომელიც 15-25 მოყვითალო-რუხი თანაყოფისაგან შედგება. მთლიანად ნაყოფი ხაჭაპურისებრი ფორმისაა. გლუვი თესლები თირკმლისებრი და ყავისფერია. ყვავის ივნის-სექტემბრის განმავლობაში, ზოგჯერ ოქტომბერშიც.

იზრდება მდინარეთა სანაპიროებზე, მდელოებზე, უფრო ხშირად მლაშო ნიადაგებზე, ბუჩქნარებში, ნაჩხატებში, გზებისა და ტყისპირას.

სამკურნალოდ ყვავილებს, ფოთლებსა და ფესვებს იყენებენ. ზაფხულში ყვავილებსა და ფოთლებს, ხოლო შემოდგომაზე ფესვებს აგროვენ. მის პრეპარატებს ანთებისა და ხველების საწინააღმდეგო თვისებები გააჩნია. იყენებენ სასუნთქი გზების კატარალური მდგომარეობისას, აგრეთვე კუჭის აპლილობის, მწვავე გასტრიტისა და ენტეროკოლიტის (ნაწლავების ანთება) სამკურნალოდ (ი. ა. ალექსინა, 1962; კ. ხაიდაროვი, 1988).

ტუხტის პრეპარატებს თხევადი ექსტრაქტების სახით სვამენ (ექსტრაქციას ცივი წყლით ახდენენ), ან იღებენ ვაჟინის სახით (ფ. სტარი, ვ. იორასკი, 1982).

ხალხი უფრო ხშირად ყვავილს იყენებს, ფესვებს უმეტესად კუჭ-ნაწლავის მძიმე დაავადებების შემთხვევაში ხმარობენ, როგორც ტკივილგამაყუჩებელ საშუალებას. ყვავილები და ფოთლები ერ-

თიშორის შემცვლელად ვარგისია, რადგან თანაბარი მოქმედებით ხასიათდება.

20 გრ ყვავილს ან ფოთოლს 1 ლ მდულარე წყალს ასხამენ და მთელი ღამე თბილი ლუმელის ფურნა-კში დგამენ ან თერმოსში ასხამენ. ასეთნაირად მიღებულ წყენს დღეში ოთხ ჭიქას (ჩაის ჭიქა) სვამენ. ფესვების ნახარშის მისაღებად 10 გრ წვრილად დაჭრილ წედლეულს 1 ლ წყალს ასხამენ და წელი დუღილით 5-7 წუთს ხარშავენ, რომელსაც დღეში ორ ჭიქას სვამენ, წყენის გამოყენების შემთხვევაში ტუხტის ფოთლებსა და ყვავილებს ურევენ ბალბის ყვავილებსა და სელის თესლს, თითოეულს 5,0 გრ-ის რაოდენობით. იმ შემთხვევაში, როდესაც ფესვები მცირე რაოდენობით გააჩნიათ და უნდათ მისი მოქმედების გაზრდა, უმატებენ 5,0 გრ ლაშქარას ფესვებს და 5,0 გრ ბალბის ფესვებს. ამ საშუალებებს სისხლიანი ფალარათიანობის, ნაწლავების კატარისა და საშარდე ბუშტის ანთების შემთხვევებში იყენებენ, აგრეთვე თეთრად შლის შემთხვევაში მუხის ქერქის დამატებით (30 გრ მუხის ქერქი 1 ლ სითხეზე). ტუხტის წყალზე წაყენს ან ფესვის ნახარშს თვალების ანთების დროს გამოსარეცხად იყენებენ, აგრეთვე პიროში ივლებენ ყელის ტკივილის დროს (მ. ა. და ი. მ. ნოსალები, 1960; ვ. გ. მინაევა, 1970).

ა. პ. პოპოვი (1974) ტუხტის ცივ წყალზე წაყენის მოსამზადებლად შემდეგ რჩევას იძლევა: ხუთ ნაწილ წვრილად დაჭრილ ტუხტის ფესვებს დაასხამენ ას ნაწილ ცივ წყალს, ნახევარი საათის განმავლობაში აჩერებენ და ამის შემდეგ წურავენ.

ცხელი წყლით გამოწვლილის მოსამზადებლად ერთ ჩაის კოვზ წვრილად დაჭრილ ფესვებს ერთ ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ და 10-15 წუთს დგამენ. მოზრდილებს თითო სუფრის კოვზ წაყენს აძლევენ ყოველ ორ საათში ერთხელ, ბავშვებს კი ჩაის კოვზს დღეში 4-5-ჯერ.

ავიცენას (1982) მტკიცებით ტუხტისა და ბატის ქონის ნარევით შემზადებული მალამო, სახსრების ტკივილს აწყნარებს და სასარგებლოა რადიკულიტის დროსაც, მისი სველსაფენები სასარგებლოა ქუთუთოების ანთებითი პროცესების ჩასაქრობად.

ტუხტის თესვები აწყნარებს ხელებს და ნახველის ამოღებას აადვილებს. მისი ფესვების ნახარში საშარდე ბუშტში წვის პროცესებს აწყნარებს, ასევე სასარგებლოა ნაწლავების წვისა და ანალური ხვრელის არეში არსებული სიმსივნეების დროს. ფოთოლს კუჭის აშლილობისას იყენებენ. თესლის ნახარში მშობიარობის შემდგომი გამოწყოფებისაგან განმნდას ახდენს. ძნელად შარდვის შემთხვევაში და საშარდე ბუშტში კენჭების არსებობისას შველის ფესვის და განსაკუთრებით ტუხტის თესლის ნახარში, რომელსაც ღვინოსთან ერთად ამზადებენ.

✓ ტყის კამა - PEUCEDANUM CAUCASICUM (M. B.) C Koch.



ქოლგოსანთა ოჯახის წარმომადგენელია. ტყის კამა 30-120 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი მცენარეა. მისი წვრილად დაღარული, გულ-გულით ამოვსებული ღერო განივჭრილში მრგვალშემოწერილობისაა და შუა და ზედა ნაწილში დატოტვილი. ღეროს ქვედა ნაწილში განლაგებული ფოთლები ფრთისებრ ორ-სამჯერაა დაყოფილი; ბოლო სეგმენტი ფართო სოლისებრ-რომბული ან კვერცხისებრ-რომბულია. ფოთლის ყველა სეგმენტის კიდე მსხვილადაა დაკბილული; ღეროს კენწრული ნაწილის ფოთლები ძლიერ დაკნინებულია, სამადაა გაყოფილი ან მარტივი და ლანცეტა ფორმისაა. კენწროსა და ფოთლების ილიებიდან ამოსული ტოტების ბოლოებზე განლაგებული თანაბრო სიგრძის ქოლგები მრავალრიცხოვანია, 6-10 (16) სხივით. ქოლგას საერთო საბურველის ფოთლები არა აქვს, კერძო საბურველი 2-3 ჯაგრისებრი ფოთლისაგან შედგება და ქოლგას აღემატება.

თითისტარისებურად გამსხვილებული ფესვი ოდნავ მოყვითალო-თეთრია; ფესვის ყელი გამხმარი ფოთლების ყუნწების მუქნაბლისფერ ქეჩისებრ ბოჭკოებშია გახვეული.

ყვავის ივნის-აგვისტოში მოყვითალო ყვავილებით. გავრცელებულია ბარში. მთაში ზღვის დონიდან 1400 მ სიმაღლემდე გვხვდება. ხშირია მუხნარებში. კარგად ვითარდება საშუალო და დაბალი სიხშირის ტყის კორომებში. შედარებით მცირე რაოდენობით იზრდება ფიჭვნარებში, ფიჭვნარ-ნაძვნარებში და სოჭნარ-ნაძვნარებში, ბუჩქნარებში და პატარა ყალთალებში.

ნორჩი ღერო და ფესვი იჭმება მოხარშული, რაც საგრძნობლად აუმჯობესებს საჭმლის მონელებას. საქონელი ხალისით ძოვს განსაკუთრებით ჩვილ ღეროსა და ფოთლებს.

ფესვები შეიცავს ფურიკუმარინ პეუცედანიინს, რის გამოც მცენარეს დაერქვა სახელწოდება - *Peucedanum morisonii* Bess., რომელიც დასავლეთ ციმბირში, ყაზახისტანსა და ალტაიშია გავრცელებული. ამ ბოლო დროს მედიცინაში გამოიყენება, როგორც სიმსივნის საწინააღმდეგო პრეპარატი

თიოფოსფამიდის მოქმედების გამაძლიერებელი საშუალება. ამიტომ ამ პრეპარატთან ერთად პეუცე-დანინი ავთვისებიანი სიმსივნის მკურნალობაში გამოიყენება (ვ. გ. მინაევა, 1970).

ამ მიმართებით ჩვენს ტყეებში გავრცელებული ტყის კამა ჯერ კიდევ შეუსწავლელია და ელოდება გულდასმით ფარმაკოლოგიურ გამოკვლევებსა და მრავალმხრივ კლინიკურ ცდებს.

ხალხში ტყის კამის ფესვებს იყენებდნენ საჭმლის მომწელებელი სისტემის მუშაობის გასაუმჯობესებლად, შარდმდენ და ეპილეფსიის საწინააღმდეგო საშუალებად, მასვე ხმარობდნენ ძვლებში ე. წ. მტვრევის შეგრძნების საწინააღმდეგოდ.

ტყის ჩიტისთვალა - ASPERULA ODORATA L.



ენდროსებრთა ოჯახის წარმომადგენელი, მრავალწლიანი 10-60 სმ სიმაღლის, სწორმდგომი ოთხწახნაგოვანწლოვანი მცენარეა. თხელი, თავწვეტიანი, ლანცეტა ფორმის, კიდებაროიანი მუქი მწვანე ფოთლები ღეროზე რგოლურადაა განლაგებული, რომელთა რიცხვი თითოეულ რგოლში 6-8-ს არ აღემატება.

თეთრი ყვავილები (გახმობისას შავდება) თავმოყრილია კენწრულ, მეჩხერ ნახევარქოლგა თანყვავილედად. ნაყოფი მოკლე კაუჭაბენჯიან გარსშია მოთავსებული. გვხვდება უმთავრესად დაჩრდილულ ადგილებში, ფოთლოვანსა და წიწვოვან ტყეებში, განსაკუთრებით ხშირია ნიფლნარებსა და ნაძვნარ-სოჭნარებში.

ჩიტისთვალას მინისზედა ნაწილები შეიცავს კუმარინს, გლიკოზიდ ასპერულოზიდს, ციტრონსა და ასპერტანის მჟავებს, პიროკატეხინის ჯგუფის მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფლაონოიდებს, ფისებს, ასკორბინის მჟავას, ეთერზეთს. ჩიტისთვალას პრეპარატები შეისწავლება, როგორც ჰიპოტენზიური საშუალება. ხალხურ მედიცინაში ჩიტისთვალა გამოიყენება, როგორც საგულე საშუალება (დამანყნარებელი და სპაზმების საწინააღმდეგო), აგრეთვე ღვიძლის, ნაღვლის ბუშტის, შარდის ბუშტის კენჭოვან-ქვიშიანი დაავადებების დროს, ად-

იდებს დიურეზს (ი. ა. გუბანოვი, ი. ლ. კრილოვა, ვ. ლ. ტიხონოვა, 1976).

გერმანიის ხალხური მედიცინა მას იყენებს დამანყნარებლად, უძილობის, მუცლის ტკივილის, ნერვებაშლილობის და მენტრუაციული ანომალიების დროს. გამოიყენება აგრეთვე ოფლისა და შარდმდენ საშუალებად. იყენებენ წყლით გამონაწვლილს: 2 ჩაის კოვზი (დაახლოებით 1,8 გრ) წვრილად დაჭრილი ბალახი 1 ჭიქა ცივ წყალზე. დგამენ 8-10 საათით, სვამენ ერთი დღის განმავლობაში. საჭიროა სიფრთხილე, დიდი დოზით მიღება იწვევს პირღებინებას, თავის ტკივილს, თავბრუსხვევას (A. Bessler, 1963).

უკრაინის ხალხური მედიცინა ჩიტისთვალას სხვა სამკურნალო ბალახებთან შერევით, როგორც მსუბუქად გამხსნელი საშუალება, ხმარობს ორგანიზმში ნივთიერებათა ცვლის გასაუმჯობესებლად, განსაკუთრებით კი ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის დაავადებების დროს, ხოლო როგორც შარდდენის გამაძლიერებელი, საუკეთესო საშუალებას წარმოადგენს შარდის ბუშტისაგან ქვებისა და ქვიშის გამოდენისათვის.

თვით მარტო ჩიტისთვალას უკრაინაში იყენებენ დოზით: 10-15 გრ 1 ლ მდულარე წყალზე (მთელი დამე თბილ ღუმელში დგამენ); სვამენ ნახევარ-ნახევარ ჭიქას დღეში 3-4-ჯერ (მ. ა. ნოსალი, ი. მ. ნოსალი, 1960).

ბულგარეთის ხალხურ მედიცინაში ჩიტისთვალას ნედლ ბალახს უფრო ეფექტურ მომქმედად მიიჩნევენ ხმელთან შედარებით. რეკომენდებულია ნაწლავების ჭვალის, უძილობის, შეტევიითი ისტერიის, დისმენორეის, ღვიძლის დაავადებებისა და სიყვითლის დროს. მოქმედებს აგრეთვე შარდმდენ და ოფლისმომგვრელად წყალმანკის დროს და საშარდე ბუშტში ქვებისა და ქვიშის დაგროვების საწინააღმდეგოდ. იღებენ ცივი წყლით გამონაწვლილს: 2 ჩაის კოვზი წვრილად დაჭრილი ბალახი ერთ ჭიქა ცივ წყალზე, დგამენ 8 საათით და ერთი დღის განმავლობაში სვამენ რამოდენიმეჯერ (დ. იორდანოვი და სხვები, 1968). ჩიტისთვალას ზეთი ლიქიორისა და ლუდის წარმოებაში გამოიყენება (ა. გროსპეიმი), ხოლო ფესვები ხარისხოვან წითელ ფერად ღებავს ქსოვილს, კარგი თაფლოვანი მცენარეა (ი. ა. გუბანოვი, ი. ლ. კრილოვა, ვ. ლ. ტიხონოვა, 1976).

უწაბი - ZIZIPHUS JUJUBA Mill.



ხეჭრელისებრთა ოჯახში შედის. დატოტილი 3 მეტრამდე სიმაღლის ბუჩქი ან 6-8 მ სიმაღლის ხეა დაკუთხულ-დაბრეცილი ყლორტებით, რომლებზეც 3 სმ-მდე სიგრძის გრძლად წანვეტილი ეკლებია განლაგებული. ქერქი ღეროზე მუქი მოშაოა, ყლორტებზე კი მოყავისფრო.

განიერი ლანცეტა ან კვერცხისებრი, ზემოდან მბრწყინავი ქვემოდან ბაცი, 20-50 მმ სიგრძის, 15-20 მმ სიგანის, კიდენერილხერხისებრდაკბილული, არათანაბარგვერდებიანი, მეტად მოკლე ყუნწიანი ფოთლები, წვრილ ყლორტებზე ორმწკრივად განლაგებული და ასეთი თავისებურების გამო კენტფრთართულ ფოთოლს მოგვაგონებს. ხუთწვერიანი პატარა ყვითელი ყვავილები სამ-სამ ყვავილიან მჭიდრო თანაყვავილედად შეჯგუფული ფოთლების უბებშია განლაგებული. მრგვალი ან მოგრძო ოვალური ფორმის, მბრწყინავიანი, 15-20 მმ სიგრძის, მუქმონთალო ან მოყავისფრო, ხორციანი ნაყოფიც ფოთლების უბებშია განლაგებული.

საქართველოს პირობებში უწაბი ბუნებრივად, ი. აბაშიძის ვარაუდით, მდ. ხრამის ხეობაში უნდა იყოს გავრცელებული, მაგრამ ეს ვარაუდი ფაქტებით ჯერ კიდევ არ დადასტურებულა. შუა აზიის და ამიერკავკასიის მთებში იგი ზღვის დონიდან 1500 მეტრამდე სიმაღლეზე აღრიცხული. ფრიად გვალვავამძლე მცენარეა, ამავ დროს 30⁰ ყინვასაც იტანს.

ნაყოფი 40 პროცენტამდე ნახშირწყლებს, 5 პროცენტზე მეტ პროტეინს, 1,5 პროცენტზე მეტ ქარვისა და ვაშლის მჟავებს, 2,5 პროცენტამდე პექტინოვან ნივთიერებას, 2 პროცენტზე მეტ ფისებს, 1,2 პროცენტ მთრიმლაგ ნივთიერებას შეიცავს. ფრიად მდიდარია C ვიტამინით (880 მგ პროცენტამდე). იჭმება როგორც უმი, ასევე დამჭკნარი, გამომშრალი და დაკონსერვებული.

გამოყენებულია საკონდიტრო წარმოებაში და გამაგრილებელი წყლების დასამზადებლად. ნაყოფი უხსოვარი დროიდან გამოიყენება, როგორც რბილი ამოსახველებელი, მატონიზებელი, საფალარათო და შარდმდენი საშუალება. ამჟამად მეცნიერულ მედიცინასაც მოეპოვება კლინიკური ცდებით დადასტურებული მონაცემები იმის შესახებ, რომ უწაბის ნაყოფს ჰიპოტენზიური და შარდმდენი თვისება გააჩნია. ცალკეული ექიმ-მკვლევარები წარმატებით მკურნალობენ ჰიპერტონიით შეპყრობილ ავადმყოფებს. ხშირ შემთხვევებში სისხლის წნევა მნიშვნელოვნად და მყარად შეუმცირდა ბევრ ავადმყოფს უწაბის ნაყოფით ჩატარებული სპეციფიური მკურნალობის შედეგად.

უწაბის ფოთლები 10-20 მგ პროცენტამდე C ვიტამინს შეიცავს და მანესთეზირებელი თვისებებიც გააჩნია. ფოთლის კარგად დალეჭვის შემთხვევაში ადამიანი დროებით კარგავს მწარე და ტკბილი გემოს შეგრძნების უნარს. ქერქი ტყავის გასათრიმლად და შესაღებად, ხოლო მკვრივი, მონთალო გულიანი მერქანი წვრილი სახარატო ნაკეთობისათვის გამოიყენება (ი. აბაშიძე, 1962; ი. ა. გუბანოვი, ი. ლ. კრილოვა, ვ. ლ. ტიხონოვა, 1976).

ურთხელი, უთხოვარი - TAXUS BACCATA L.



ურთხელისებრთა ოჯახის 20-25 (32) მ სიმაღლის ორსახლიანი ხეა 1,5 მეტრამდე დიამეტრითა და მონთალო-მოყავისფრო თხელი ქერქით. ზემოდან მუქმწვანე, ქვემოდან ბაცი, ბრტყელი, ხაზურა და მიწველი წიწვები 2-3,5 სმ სიგრძისა და 2-2,5 მმ სიგანისაა. მისი სქეს-გაყოფილი ყვავილები ცალკ-ცალკე გაბნეულია ვარჯში. თესლი შემოხვეულია წითელი ხორცოვანი, საჭმელად ვარგისი თანათესლით, რომელიც სექტემბერ-ოქტომბერში მწიფდება და ტკბილი წვენიც ივსება.

საქართველოში ურთხელი საკმაოდ ფართო არეალითაა წარმოდგენილი, მაგრამ რაოდენობრივად მეტად მცირეა შემორჩა, საუკუნეების განმავლობაში დაუზოგავი გაძლიერებული ექსპლუატაციის გამო. ამჟამად ყველაზე დიდი რაოდენობით იგი მხოლოდ ბანარის სახელმწიფო ნაკრძალში შემორჩა 100 ჰექტარ ფართობზე მდ. ალაზნის ზემონელში, პანკისის ხეობაში.

ზღვის დონიდან გვხვდება 1500 მ სიმაღლემდე, მაგრამ ოპტიმალური ზრდა მას 1200 მ სიმაღლის ფარგლებში ახასიათებს.

მიუხედავად საკმაოდ ვრცელი არეალისა, ამჟამად გადაშენების

ზღვარზე მდგომი მცენარეა და ენერგიულ დაცვას საჭიროებს. საუცხოოა გამწვანებისათვის.

საჭმელად ვარგისია როგორც რბილი თანათესლი, ასევე თესლის გულიც, რომელიც 30-38 (11-12)% ზეთს შეიცავს.

ქერქისაგან ხდიან ნებოს. ყლორტები და წიწვები ნამლავს ცხენს, ჯორსა და სახედარს. მსხვილფეხა რქოსანი საქონლისათვის ყლორტები და წიწვები ნაკლებტოქსიკურია. მათ ადრე დასავლეთის ქვეყნებში საკვებად აძლევდნენ მწველ საქონელს წველადობის გაზრდის მიზნით. წიწვებს იყენებდნენ გულის სამკურნალოდ და წყლისადმი შიშის დასაოკებლად (ი. ს. მედვედვი, 1919).

უცუნა ლამაზი - COLCHICUM SPECIOSUM STEV.



შროშანისებრთა ოჯახს ეკუთვნის. უცუნა ფრიად უცნაური მცენარეა, ნაყოფი გაზაფხულზე გამოჩნდება ხოლმე მწვანე ფოთლებთან ერთად, ყვავის შემოდგომით. იგი ლამაზად მოყვავილე ტუბერბოლქვიანი მცენარეა. ტუბერბოლქვი წაგრძელებული და ცალ მხარეს ამოზრდილია, მის მოპირისპირე მხარეს კი შებრტყელებულია, სიგრძით 7, სიგანით კი 3 სმ-ია, დაფარულია მუქმოყავისფრო ვაგინებით, რომელნიც წვერისაკენ მილადაა წაგრძელებული.

მოკლე ღეროზე 3-4 შიშველი, ხორცოვანი, მბრწყინავი, წაგრძელებულ-ლანცეტა ფოთლები სიგრძით 25-40 სმ, სიგანით კი 2-4 სმ-ია. ერთი ტუბერბოლქვიდან 1-3 მოვარდისფრო ყვავილი ამოდის. ყვავილსაფარის მილი სამწიბოიანია, 20-25 სმ სიგრძის, რომელიც მინის პირიდან 8-10 სმ-ით ამოდის მაღლა. ყვავილსაფარის გვირგვინის ფურცლისებრი ნაწილები ბლაგველიფსურია, შიგნითა მხარეს ბუსუსებით. ბუტკო სამნასკვიანია, რომელიც ყვავილსაფარის მილის მინისქვეშა ნაწილშია ჩამალული.

წაგრძელებულ-კვერცხისებრი წვეტით დაბოლოებული სამად გაყოფილი ნაყოფი კოლოფაა. თესლი მუქი-მოყავისფროა, თითქმის

მრგვალი, ხორცოვანი თანათესლით.

ყვავის ავგისტო-სექტემბერში, როგორც უკვე ითქვა, ყვავილობისას მცენარეს ღერო და ფოთოლი არა აქვს. უცნაურია, მაგრამ ეს ასეა. განაყოფიერებული ნასკვი მინისქვეშ იზამთრებს. მეორე წელს კოლოფა ნაყოფი ფოთლებთან ერთად მინის ზედაპირზე ამოდის. თესლი ივნისში მწიფდება და უცუნას მინისზედა ნაწილები ხმება. ამ დროს ხდება ახალი დედა ტუბერბოლქვის განვითარება და ძველი დედა ტუბერბოლქვის კვდომა (ვ. ი. კიჩენკო, 1962).

აქ განხილული უცუნა და მასთან ახლო მდგომი *C. autumnale* L. საკმაოდ ფართო ეკოლოგიური დიაპაზონის მცენარეებია, გავრცელებულია, ზღვის დონიდან 150-3000 მ სიმაღლის ფარგლებში. გვხვდება წაბლნარ, წიფლნარ და წიფლნარ-რცხილნარ ტყეებსა და ალპურ საძოვრებზეც, ხშირად სუბალპურ ტყეებში. სინათლის მომთხოვნია და ტენით უზრუნველყოფილ, მაგრამ დრენირებულ ნიადაგებზე იზრდება, ვერ უძლებს დამდგარი წყლით დაჭაობებას. ტუბერბოლქვების მოსავალი ტყეში 20-40 ც/ჰა-ს აღწევს, სუბალპებში კი 25 ც/ჰა-ს არ აღემატება.

უცუნამ ჯერ კიდევ ფიტოქიმიის განთიადზე მიიქცია მკვლევართა ყურადღება. პელტემ და კავენ-უსმა უცუნას ტუბერბოლქვიდან 1820 წელს სხვა ნივთიერებებთან ერთად გამოჰყვეს ყვითელი ამორფული ნივთიერება ალკალოიდის თვისებით და შეცდომით იმ დროს უკვე ცნობილ ალკალოიდად ვერატრინად მიიჩნიეს. 13 წლის შემდეგ გერმანელმა მეცნიერმა ჰეიგერმა გაიმეორა უცუნას გამოკვლევა, გამოჰყო მისგან ალკალოიდისმაგვარი ნივთიერება და დაამტკიცა, რომ იგი ვერატრინი არაა. ამის დადგენა არც თუ ძნელი იყო, ვინაიდან ვერატრინის გააჩნია თვისება, რომ შეუკავებელი ცხვირცემინება გამოიწვიოს, ეს თვისება სრულიადაც არ გააჩნდა უცუნასაგან გამოყოფილ ნივთიერებას. ჰეიგერმა ამ ახალ ნივთიერებას კოლხიცინი უწოდა.

მაგრამ მხოლოდ 1856 წელს იქნა მიღებული უცუნას ნამდვილი ალკალოიდი, რომელსაც ძველი სახელწოდება შეუნარჩუნეს. გამოიკვია, რომ ჰეიგერმა თავის დროს მიიღო არა ალკალოიდი, არამედ მისი დაშლის ერთ-ერთი პროდუქტი-კოლხიცინი.

კოლხიცინი მეტად შხამიანი გამოდგა. სამედიცინო პრაქტიკაში მისი გამოყენება 1853 წლიდან დაიწყო რევმატიზმისა და ნიკრისის ქარის სამკურნალოდ. 1866 წელს ავსტრიელმა ექიმმა შკოდამ ერთ-ერთ თავის ლექციაზე განაცხადა, „სახსრის რევმატიზმის წინააღმდეგ ჩვენ არ ვიცით უკეთესი საშუალება, ვიდრე კოლხიცინია“. ბევრი ევროპული ქვეყნის ფარმაცოპეაში კოლხიცინი დღესაც შემორჩენილია. ამჟამად იგი თითქმის მსოფლიოს ყველა ქვეყნის ფარმაცოპეაში შედის, როგორც ნიკრისის ქარ-

ისა და სხვა დაავადების სამკურნალო.

გარდა სამედიცინო დანიშნულებისა, კოლხიციის სხვა გამოყენებაც აქვს, რაც მის მეტად საინტერესო იმ თვისებაზეა დამყარებული, რომ გაყოფის პროცესში მყოფ მცენარეულ უჯრედთან კონტაქტის შემთხვევაში იწვევს პოლიპლოიდის მოვლენას, რაც პირველად რუსმა მეცნიერმა ი. ი. გერასიმოვმა 1890 წელს აღმოაჩინა. პოლიპლოიდურ უჯრედებში იზრდება უმნიშვნელოვანესი მეკვიდრული აპარატის - ქრომოსომა რიცხვი.

1937 წელს ამერიკელმა მეცნიერებმა ეივსტმა, ბლესლიმ და აივერმა აღმოაჩინეს, რომ კოლხიციინით დამუშავებული თესლისაგან პოლიპლოიდური მცენარე ვითარდება. ამით სელექციონერებმა მიიღეს მეტად მარტივი და მყარი მეთოდი მცენარეთა პოლიპლოიდური ფორმების მისაღებად. უცუნა ფრიად ეფექტურია მავნე მწერების წინააღმდეგ.

1948 წელს ჩეხოსლოვაკიელმა ქიმიკოსმა შანტავიმ დაიწყო უცუნას სისტემატური და ღრმა ქიმიური გამოკვლევა და შედარებით მოკლე დროში მისგან 20-მდე ალკალოიდი გამოიყო. ერთ-ერთ ამ ალკალოიდთაგანს შანტავის ნივთიერება ეწოდა, რომელმაც გამოყენება ჰპოვა კანის კიბოს თერაპიაში (ვ. მ. სალო, 1975).

სამედიცინო პრაქტიკაში უცუნას ტუბეროლქვი და თესლი გამოიყენება. ვ. ი. ფროლოვა (1962) აღნიშნავს, რომ უცუნას ალკალოიდებიდან მედიცინაში კოლხიციინი ნიკრისის ქარის, ხოლო კოლხამინი (ამინი) ქრონიკული ლეიკოზებისა და კანის კიბოს სამკურნალოდ გამოიყენება.

კანის კიბოს სამკურნალოდ ომაინის (კოლხამინის) მალამოს უსვამენ კანის დაზიანებულ ნაწილს. ომაინის მალამოს, განსაკუთრებით მასზე გიალურონიდაზის დამატებისას დიდი უნარი აქვს შეაღწიოს ღრმად გარსში და ორგანიზმის კანის საფარველში, ამასთან კიბოიან უჯრედებში შერჩევითი ზემოქმედების თვისება აქვს და საღ უჯრედებს თითქმის არ შლის. მკურნალობის ბოლოს შეიმჩნევა ეპიტელიზაცია კარგი კოსმეტიკური ეფექტით. საუკეთესო გავლენით ხასიათდება კიბოს დასაწყის სტადიაში და ისიც იმ შემთხვევაში, თუ მანამ სხვა საშუალებებით არ არის ნამკურნალები. დოზების გადაჭარბებას შეიძლება თან მოჰყვეს ადგილობრივი და საერთო ინტოქსიკაციის მოვლენა. უცუნას გამოყენება მხოლოდ და მხოლოდ ექიმის მტკიცე ზედამხედველობის ქვეშ შეიძლება.

ზარსმანდუკი - ACHILLEA MILLEFOLIUM L.



ასტრასებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. ფარსმანდუკი აჭარაში ცნობილია ყვავისკუდას, ყვავკუდას, ჩიქქის ბალახის, რაჭაში და იმერეთში კრავისკუდას, ქორიკუდას სახელით. მცენარე სწორმდგომღეროიანია 120 სმ-მდე სიმაღლითა და ჰორიზონტალური ფესვურით. ღეროზე მორიგეობით განლაგებული ფოთლები, გარშემოწერილობის მიხედვით ლანცეტა ან ხაზურია, ორ-სამჯერ ფრთადკვეთილი, მრავალრიცხოვანი სეგმენტებით (არანაკლებ 20 წყვილისა). ღეროს ქვედა ნაწილში განლაგებული ფოთლები ყუნწიანია, 10-15 სმ სიგრძით, კენწეროს მიმართულებით ფოთოლთა სიდიდე თანდათანობით მცირდება.

ყვავილები ფოთლების იდლებიდან ამოსული ტოტების ბოლოებზე ფარისებრ ყვავილედებადაა შეკრებილი. ყვავილების კალათის საბურველის ფოთოლაკები მწვანე ან ყავისფერია სიფრიფანა არშით შემოვლებული. ენისებრი, კალათის ნაპირას განლაგებული ყვავილები თეთრია, იშვიათად ვარდისფერი.

ყვავის ივნისიდან დაწყებული ოქტომბრამდე, ნაყოფი მომწიფებას სექტემბრიდან იწყებს, მრავლდება თესლითა და ვეგეტაციურად.

მინისზედა ნაწილების მოსავალი ჰაერმშრალ მდგომარეობაში 1 ჰექტარზე 9-400 კგ-ს შეადგენს.

ფართოდ გავრცელებული მცენარეა მთელს ტყის ზონაში. იზრდება დაბლობებიდან დაწყებული სუბალპური სარტყლის ჩათვლით, მშრალ ველებზე, გამეჩხრილ ბუჩქნარებსა და ფიჭვნარებში თითქმის მთელ საქართველოში.

ბალახის კენწერული ნაწილის და ტოტების დაბოლოებების ეთერზეთშემცველობა 0,8 პროცენტამდე აღწევს, აქვეა ალკალოიდები (ახილეინი, ბეტონიცინი, სტრაქიდრინი), კაროტინი, ასკორბინის მუავა, მთრიმლაკი ნივთიერებები, ორგანული მუავები, ფისები, ქოლინი (ი. ა. გუბანოვი, ი. ლ. კრილოვა, ვ. ლ. ტიხონოვა, 1976).

ფარსმანდუკი, როგორც სამკურნალო მცენარე, ხალხში უკვე რამოდენიმე საუკუნეა ცნობილი. მას იყენებენ მადისმომგვრელ, ჭრილობის შემხორცებელ და სისხლდენის შემაჩერებელ საშუალებად ბუას-

ილისა და კუჭ-ნაწლავის დაავადების დროს.

ფარსმანდუკის სისხლის შემადგებელი თვისება ექსპერიმენტულადაც იქნა დამტკიცებული, ამასთან ისიც იქნა შემჩნეული, რომ მცენარე ტკივილგამაყუჩებლადაც მოქმედებს. კარგად მოქმედებს მისი გამონახარში ქრონიკული გასტრიტისა და კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის დროს (10-20 გრ ბალახს ერთ ჭიქა წყალში 5-10 წუთს ხარშავენ, იღებენ $1/2$ - $1/1$ ჭიქას დღეში სამჯერ, ჭამამდე 15-20 წუთით ადრე 25-30 დღის განმავლობაში). სვამენ აგრეთვე ექსტრაქტსაც (30-40 წვეთი 3-4-ჯერ დღეში) და ჩაის სახითაც.

ლატვიის ხალხურ მედიცინაში ფარსმანდუკის ჩაი ყოველდღიური დიეტის აუცილებელ შემადგენელ ნაწილად მიიჩნიათ და მას დღევრძელობის საწინდრად თვლიან (ვ.გ. მინაევა, 1970).

ა.დ. ტუროვას (1974) მიხედვით მედიცინაში ფარსმანდუკს ადგილობრივი სისხლდენის შესაჩერებლად ხმარობენ (ცხვირიდან, კბილებიდან, ჭრილობიდან და სხვა). მის 0,50-0,75 პროცენტ სტერილურ ნაყენს იყენებენ ფილტვებისა და საშვილოსნოდან სისხლდენის დროს, ფიბრომისა და ანთებითი პროცესების, აგრეთვე ბუასილური სისხლდენის, კუჭ-ნაწლავის კოლიტის, წყლულის, შარდგამომყოფი გზების ანთებითი დაავადებების შემთხვევებში. ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება გულის არითმიის დროს წვენის სახით 20-30 წვეთი ერთ მიღებაზე ტეგანის 20-25 წვეთთან და ღვინოსთან ერთად.

საშარდე ბუშტის ანთებისას იყენებენ გამონახარშს შემდეგი ბალახნარევისა: 2 სუფრის კოვზი ფარსმანდუკი, 1 კოვზი კოთხოჯის ფესვურა, ერთი კოვზი არყის კვირტები, 2 კოვზი დათვის კენკრის ფოთლები; ყველა ამას კარგად აურევენ ერთმანეთში და ამ ნარევიდან იღებენ 2 სუფრის კოვზს, ასხამენ $2\frac{1}{2}$ ჭიქა წყალს, ადუღებენ 5-7 წუთს, გადმოდგამენ და ასე ტოვებენ თავდახურულ ჭურჭელში 30 წუთს, წურავენ და მთელ გამონახარშს ერთ დღეში სვამენ 4 ნაწილად.

ხმარობენ ფარსმანდუკის ფხვილსაც - 0,3 გრ 2-3-ჯერ დღეში ჭამის შემდეგ. წყლით გამოწვლილს შემდეგნაირადაც აკეთებენ: 20 გრ 0,5 მმ სიგრძით დაჭრილ ფარსმანდუკის ბალახს ასხამენ ოთახის ტემპერატურის 1 ლ წყალს, ადუღებენ 15 წუთს ნელ ცეცხლზე თავდახურულ ჭურჭელში (სჯობს ემალირებული ან მინის ჭურჭელი), თავდახურულსავე ჭურჭელში ანელებენ 45 წუთის განმავლობაში და წურავენ. იღებენ 1 სუფრის კოვზს დღეში 3-4-ჯერ ჭამის შემდეგ.

მ. ალტუნინას, ბ.ს. ნიკოლსკაიას და ბ.კ. როსტოცკის (1962) მიხედვითაც ფარსმანდუკი მედიცინაში კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის სხვადასხვა დაავადების დროს გამოიყენება, კერძოდ, გასტრიტისა და წყლულის დროს. ხმარობენ მადისმომგვრელად და სისხლის შემადგებლად (ბუასილის, ნაწლავებში სისხლდენის და საშვილოსნოდან სისხლდენის შემთხვევებში), აგრეთვე გარეგანი სისხლდენისასაც (ცხვირიდან, ჭრილობიდან და კბილებიდან), ექსპერიმენტულად დადგენილია, რომ სისხლშემდეგბელი მოქმედების მექანიზმს საფუძვლად უდევს თრომბოციტების რიცხვების მომატება სისხლში და სისხლდენის შეჩერების დროის შემცირება. გარდა ამისა, ფარსმანდუკი ხელს უწყობს საშვილოსნოს მუსკულატურის კუმშვის გაძლიერებას, რაც მის ეფექტურობას განაპირობებს საშვილოსნოდან სისხლდენის დროს.

მ.ა. და ი.მ. ნოსალეებს (1960) აღწერილი აქვთ უკრაინის ხალხურ მედიცინაში ფარსმანდუკის გამოყენების რეცეპტები.

1. ძლიერი გულისცემის დროს ყოველდღე სვამენ ორ-ორ სირჩა სუსტ ღვინოს, რომელშიაც შერეულია ფარსმანდუკის 24 წვეთი და ტეგანის 24 წვეთი ორივე სირჩაზე (ე. ი. თითო სირჩაზე ფარსმანდუკისა და ტეგანის 11-12 წვეთი მოდის).

2. როგორც ხალხში ამბობენ, მუნუკების, ძირმაგარების და გამონახარების მკურნალობა სისხლის განმენდის გზით უნდა ჩატარდეს. საამისოდ შემდეგ ნარევეს ხმარობენ: თითო სუფრის კოვზი სალბი, აბზინდა და როზმარინი: ორ-ორი კოვზი ფარსმანდუკი, ღვიის ნაყოფი, ლანცეტა, მრავალძარღვა, ჯინჭარი, კრაზანა და ასისთავა, 3 კოვზი შვიტა. კარგად არევის შემდეგ ამ ნარევიდან 4 სუფრის კოვზს იღებენ (თავდადგმით სავსეს), ასხამენ 1 ლ მდულარე წყალს და მთელი ღამე თბილ ღუმელში დგამენ. მთელ ამ გამოწვლილს ერთი დღის განმავლობაში სვამენ 8 ნაწილად.

3. საშარდე ბუშტის ანთებისას რეკომენდებულია შემდეგი ნარევის ნახარში: 2 სუფრის კოვზი ფარსმანდუკი, 1 კოვზი მარმუჭი, 2 კოვზი დათვის კენკრის ფოთლები. ამ ნარევიდან იღებენ 2 სუფრის კოვზს, ასხამენ 2,5 ჭიქა ცივ წყალს და 5-7 წუთი ადუღებენ. ცეცხლიდან გადმოდგმიდან ნახევარი საათის შემდეგ წურავენ, მთელ ამ გამონახარშს ერთი დღის განმავლობაში სვამენ 4 ნაწილად.

4. კუჭის ძლიერი ტკივილების დასაწყნარებლად (სპაზმები) იღებენ შემდეგი ნარევის ჩაის: თითო სუფრის კოვზი სააფთიაქო გვირილას ყვავილებსა და ფარსმანდუკს 1 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ, ამასთან კუჭის არეში თბილ სათბურასაც იღებენ.

5. ფარსმანდუკის ყვავილების ჩაის (ყოველ დღე სამ-სამი ჭიქა) სვამენ სისხლიანი პირღებინების და საშვილოსნოდან სისხლდენის დროს.

6. მუცლის ბერვის დროს ძალიან კარგ საშუალებაადა მიჩნეული შემდეგი ბალახნარევის გამოწვა-

ხარში: 2 კოვზი კვლიავის თესლი, 1 კოვზი კამის თესლი, 2 კოვზი ფარსმანდუკის ფოთლები, 3 კოვზი წერილად დაჭრილი შერიის ჩალა (ბზე), 1 კოვზი კოთხოჯის ფესვურა და 1 ჩაის კოვზი მსხვილად გახეხილი კატაბალახას ფესვები. 3 სუფრის კოვზ ამ ნარევეს (თავდადგმით სავსე) ასხამენ 3 ჭიქა ცივი წყალს, ადუღებენ 15 წუთს, ყოველდღე სვამენ სამ-სამ ჭიქას.

ფარსმანდუკი არანაკლები პოპულარობით სარგებლობს ბულგარეთის მედიცინაში. გამოიყენება უმადობის, კუჭის არეში ჭვავლების, დისპეპსიის, მომატებული მჟავიანობის და კუჭის აშლილობის დროს. გარეგან სახმარად აბაზანების სახით იყენებენ ბუასილის, პირში გამოვლებისათვის სტომატიტი და ღრძილების ანთებისას.

დასალევად იყენებენ ცხელ ნაყენს: 2 ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ნედლეულს 1 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ. ერთი საათის შემდეგ წურავენ და ერთი დღის განმავლობაში სვამენ რამოდენიმე ნაწილად. გარეგან სახმარად იყენებენ ცხელ ნაყენს 2 სუფრის კოვზ ნედლეულზე 0,5 ლ მდულარე წყლის დასხმით.

ბულგარეთის ხალხური მედიცინა ფარსმანდუკის ფოთლებისა და ყვავილების ნახარშს იყენებს, როგორც მადისმომგვრელ საშუალებას ანემიის და საერთოდ უმადობის დროს, აგრეთვე ბუასილის, სიყვიტლის, კანზე არსებული გამონაყარის, რევმატიზმის, მალარიის, კუჭისა და ნაწლავების დაავადებების, კუჭის აშლილობის, ბრონქების ანთების, მენსტრუაციის დასარეგულირებლად, ლეიქოსისა და ნაღვლის სადინარების, თავის ტკივილის სამკურნალოდ და პარაზიტიკების წინააღმდეგ.

ფარსმანდუკი ამავე დროს პოპულარული კოსმეტიკური საშუალებაცაა, მისი ნახარშით იბანენ სახეს ფერისმკაშელების მოსაცილებლად და კანისადმი ღრუბლისებრი სტრუქტურის მისაცემად (ტ. იურკოვა, 1973; მ. ა. და ი. მ. ნოსალეტი, 1960).

ფითრი - VISCUM ALBUM L.



ფითრისებრთა ოჯახში შემავალი მცენარეა. ფითრი მარადმწვანე, ნახევრადპარაზიტიკი პატარა ბუჩქია. იგი მოსახლეობს უმრავლესობისათვის კარგადაა ცნობილი. ვის არ უნახავს მსხლის ტოტებზე შეკუპებული ამ ღია-მწვანე მცენარის გაფარჩხული ბუჩქები. იგი თავის სანოვრებს მკვებავი მცენარის ტოტების მერქანში უშვებს და იქიდან წყალსა და მასში გახსნილ საკვებ ნივთიერებებს ართმევს მკვებავ მცენარეს, ხოლო ორგანულ ნივთიერებებს თვითონვე იმუშავებს, ე. ი. ნახევრად პარაზიტულ ცხოვრებას ეწევა. ძირითადად იგი მსხლის ტოტებზე სახლდება, მაგრამ არცთუ ისე იშვიათად გვხვდება ვაშლზე, მუხაზე, ვერხვებზე. წინვოვანებიდან ძალიან ხშირად სოჭზე სახლდება. თბილისის სატყეო კვლევითი ინსტიტუტის გორის საცდელ-საჩვენებელი სატყეო მურნეობის ხოვლეს სატყეო უბანში სოჭის კორომებში ძალიან ხშირად შეხვდებით ფითრს სოჭის როგორც გადაბერებულ, ისე შუახნოვან და ახალგაზრდა ხეებზეც კი. იშვიათად, მაგრამ მაინც აღინიშნება ფითრის კუნელზე, ლეიაზე, ფიჭვზე, კაკალზე, რცხილასა და სხვა მერქნიან მცენარეებზე დასახლების შემთხვევები.

ფითრისათვის დიქოტომიური (ორკაპი) დატოტვაა დამახასიათებელი. წაგრძელებულ-ლანცეტისებრი, მოგრძო ან ელიფსური, ფუძესთან შევიწროებული, ბოლომობლაგებული, კიდემთლიანი, 5-7 სმ სიგრძის, რკალძარღვიანი, სქელი ტყავისებრი ფოთლები ტოტების დაბოლოებებზე ერთიმეორის მოპირისპირედაა განლაგებული.

მცენარე ორბინიანია, ძალიან იშვიათად ერთბინიანიც.

ყვავილი ცალსქესიანია, მოყვითალო-მწვანე, არცთუ მაინცა და მაინც მიმზიდველი. სამ-სამი (იშვიათად 5-6) ყვავილი ტოტების ბოლოებში და ტოტების გაორკაპების ადგილებშია შეჯგუფული. მამრობითი 3-4 მტკრიანაა, მდედრობითი კი 3-4 ბუტკოიანი ქვედა ნასკვით.

თეთრი ან ოდნავ მოყვითალო 1 სმ სიმაღლის, მრგვალი, 1-2 თესლიანი ნებოვან გარსში გახვეული ცრუ კენკრა ნაყოფი საუცხოო საკვებაა ფრინველებისათვის და სწორედ ისინი უწყობენ ხელს ფითრის გავრცელებას. ფრინველის კუჭში გავალი ფითრის თესლი გალვივების უნარს არა თუ არ კარგავს, არამედ უკეთაც ღვივდება. ამიტომ ფრინველის განავალთან ერთად ხის ტოტზე ხვდება, ღვივდება და დასაბამს აძლევს ფითრის ბუჩქის განვითარებას. ნისკარტზე მიკრული ნებოვანი ნაყოფის მოცლას ფრინველი ცდილობს ნისკარტის ტოტზე გასმით, ამ შემთხვევაშიც ფითრის თესლი ტოტს ეკერის, ღვივდება და ფითრის განახლებას ხელი ეწყობა.

ყვავის მარტ-აპრილში, ნაყოფი სექტემბერ-ოქტომბერში მწიფდება. გავრცელებულია როგორც

დასავლეთ, ისე აღმოსავლეთ საქართველოს ბევრ რაიონში. მისი ნაყოფით განსაკუთრებით აქტიურად იკვებებიან შოშიები და ჩხართები, ამიტომ სხვა სახის ფრინველებთან შედარებით ისინი ყველაზე მეტად უწყობენ ხელს ფითრის გავრცელებას.

ფითრს გარკვეულწილად ზარალი მოაქვს მებაღეობისა და ტყის მეურნეობისათვის ხეების დასუსტებისა და წვერბილობის გამოწვევით, მაგრამ კაცობრიობისათვის იგი სარგებელია. იგი უძველესი დროიდან გამოიყენება სამკურნალოდ. წინათ ფითრის ყლორტებს იყენებდნენ ეპილეფსიის, წერვებაშლილობით გამოწვეული ისტიერიული მდგომარეობის და თავბრუსხვევის დროს. ახლაც ხალხურ მედიცინაში ხმარობენ, როგორც სისხლდენის შემაჩერებელ, შემკვრელ, პირსასაქმებელ და პარაზიტიკების საწინააღმდეგო საშუალებას. მეცნიერულ მედიცინაში იგი ძირითადად გამოიყენება როგორც ჰიპოტენზიური (სისხლის წნევის დაბლა დამწევი) საშუალება. შედარებით იშვიათად კი ათეროსკლეროზის დროს. ფითრის წვენიტ საცდელი მკურნალობის შემთხვევებია აღწერილი სხვადასხვა სიმსივნეების წინააღმდეგ (ი. ა. გუბანოვი, ი. ლ. კრილოვა, ვ. ლ. ტიხონოვა, 1976).

ფითრის ფოთლებიდან მიღებული პრეპარატი ერთ-ერთი კომპონენტია ფართოდ ცნობილ კომპლექსურ პრეპარატ აკოფიტისა, ამ პრეპარატის ყადრი კარგად იცინა რადიკულიტით შეპყრობილმა ავადმყოფებმა.

ახლად დაკრეფილი ჩვილი ფოთლებიდან მიღებულ გამონაწვლილს დასავლეთ ევროპაში ატრიტის წინააღმდეგ იყენებენ. ნაყოფისაგან წინათ ნებოს ხარშავდნენ. ფოთლებსა და ყლორტებს წარმატებით იყენებენ საქონლის საკვებად, მათში საკმაო რაოდენობითაა პროტეინი და ცხიმი. განსაკუთრებული ხალისით ჭამს ფითრს თხა, მსხვილფეხა საქონელი თავიდან ხალისით არ ეტანება, მაგრამ როცა შეეჩვევა, შემდეგ უკვე კარგად ჭამს.

ა. დ. ტუროვას (1974) ცნობით ფითრი შეიცავს ვისკოტოქსინს 0,05-0,1 პროცენტის რაოდენობით, ნაყოფში მოიპოვება კაუჩუკი და ინოზიტი 1,2 პროცენტამდე. მისივე მიხედვით ფითრის ჰიპოტენზიურ თვისებაზე ერთიმეორის საწინააღმდეგო მონაცემებია ლიტერატურაში. ასე მაგალითად, კ. მ. რუტკევიჩმა ვერ აღმოაჩინა ფითრის ჰიპოტენზიური გავლენა ჰიპერტონიით დაავადებულებზე კლინიკური ცდებით. ამის საწინააღმდეგოდ გ. ს. ნასარიძემ აღნიშნა დადებითი ჰიპოტენზიური ეფექტი, რაც თავისუფალ-ტენიის ტრავმირების ნიადაგზე მომატებული არტერიული წნევის მყარი დაწვეთი გამოიხატა. ანალოგიური შედეგები იქნა მიღებული კლიმაქტერული ჰიპერტონიით შეპყრობილთა მიმართაც (ი. გ. ბრეგაძე და ი. ს. ტყემელაშვილი), ს. ა. ტომინიც აღნიშნავს ფითრის ჰიპოტენზიურ თვისებას (ციტირებულია ა. დ. ტუროვას (1974) მიხედვით).

დ. ტუროვა იმასაც აღნიშნავს, რომ ე. ა. ფედოროვის ცდებში 40 ავადმყოფს ფითრის ექსტრაქტი ეძლეოდა 30 წვით დღეში სამჯერ, 20 დღის განმავლობაში. ავადმყოფთა 50 პროცენტს მდგომარეობა გაუმჯობესდა. ავადმყოფთა ნაწილი არტერიული წნევა სინდროსის სვეტის 20-30 მმ-ით შეუმცირდა. 40 ავადმყოფიდან ორს აღნიშნა გვერდითი მოვლენები: თავბრუსხვევა, მადის გაუარესება. ზოგი ავადმყოფისათვის ჰიპერტონიული დაავადების მესამე სტადიაში ფითრი ეფექტს არ იძლევა.

რეკომენდებულია ფითრის თხევადი ექსტრაქტი 15-20 წვით დღეში სამჯერ.

პ. ნ. კობალჩინის (1962) მიხედვით, ფითრის ჩვილი ფოთლებისაგან დამზადებული თხევადი ექსტრაქტი გამოიყენება ჰიპოტენზიურ საშუალებად, აგრეთვე ფილტვებიდან და ცხვირიდან სისხლდენის და ნაწლავთა ატონიის დროს. ჰიპერტონიული დაავადების I და II სტადიაზე პრეპარატი იწვევს საერთო მდგომარეობის გაუმჯობესებას, ქრება თავის ტკივილი, უმჯობესდება ძილი, მცირდება გაღიზიანებულობა და იზრდება შრომის უნარი. აღნიშნება მაქსიმალური და მინიმალური არტერიული წნევის დაბლა დაწევა. ექსპერიმენტულად დადგინდა, რომ ფითრი არტერიულ წნევას დაბლა სწევს, აძლიერებს გულის მუშაობას, აგანირებს ძარღვებს, ამცირებს ცენტრალური ნერვული სისტემის ადგენილებას.

უკრაინის ხალხურ მედიცინაში ფითრს პირველ რიგში იყენებენ როგორც სისხლმემადეებელ და შემკვრელ, აგრეთვე ტკივილგამაყუჩებელ და ჭიის გამომდევნ საშუალებად. მას იყენებენ ძალიან უხვსისხლიანი მენსტრუაციის და საშვილოსნოდან ყოველგვარი სისხლდენის დროს, აგრეთვე სისხლდენისას კუჭსა და ნაწლავებში. სვამენ გამონახარშს: 35-40 გრ ფოთოლი ყლორტების დაბოლოებითურთ 1 ლ წყალზე, აბაზანისათვის კი 60 გრ 1 ლ წყალზე.

ფითრს იყენებენ ირიგაციისა და აბაზანისათვის ბუასილის მკურნალობაში. ირიგაციისათვის იყენებენ სამკურნალო მცენარეების შემდეგი ნარევის ნახარშს: ფითრი, ფარსმანდუკი, წყლის ნინაკა (ნალიკა), მუხის ქერქი, ჯინჭარი და თეთრყვავილა ჯინჭრის დედის ყვავილები. თითოეულ მათგანს იღებენ ათ-ათ გრამს, ფითრს კი 15 გრამს. ხარშავენ 20 წუთს წყლით დაღვლილით. ამავე ნახარშით იკეთებენ სველ საფენებს წყლულებისა და ძნელად შეხორცებადი ჭრილობებისათვის.

მრგვალი ჭიების დასაყრელად იყენებენ ნარევის: ფითრის ფოთლების ფხვნილი - 0,5 გრ, ფითრის ნაყოფი (გამხმარი და ფხვნილად ქცეული) - 0,5 გრ და კატაბალასას ფესვების ფხვნილი 1,0 გრ. ამ ნარევის ყოველდღე იღებენ 3 დღის განმავლობაში, ამასთანავე რეკომენდებულია გახეხილი ახალი სტაფი-

ლოს მიღება.

ფითრის ჩაის სვამენ ცუდ გუნებაზე ყოფნისას (განსაკუთრებით მოზუცები), დაუძლურებისა და თავებრუხვევის დროს (მ.ა. ნოსალი, ი.მ. ნოსალი, 1960).

ფუნთუშა მუჭავი - *SEDUM ACRE* L.



სქელფოთლიანთა ოჯახის წარმომადგენელია. ფუნთუშას კახეთში, რაჭაში და იმერეთში კატიძუძუს ეძახიან, აჭარაში კაკნისაკენეტელა, კაკნისაკნატურას. მრავალწლოვანი, 4-15 სმ სიმაღლის მცენარეა, თასმისებრი დატოტვილი ფესურით. საყვავილე ყლორტები ზეაღმართულია, უნაყოფო ტოტები კი მიწაზეა გართხმული კრამიტისებურად განწყობილი სუკულენტური ფოთლებით.

ზურგის მხარეს ამობურცული, ძირში გასქელებული, 2-5 მ სიგრძის, შიშველი, კვერცხისებრი, ხორცოვანი ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განწყობილი, თითოეულ ყვავილედში სულ 3-5 ყვავილია, რომელიც ყლორტების კენწეროებზეა თავმოყრილი. ყვავილის ჯამის ფოთოლაკები ხუთია, ნაცრისფერმწვანე ან მოყვითალო. ყვავილის გვირგვინი ჯამზე 2-3-ჯერ უფრო გრძელია, 5 ოქროსფერ-ყვითელი, ლანცეტა ან ხაზურ-ლანცეტა წვეტიანი გვირგვინის ფურცლებით. ყვავის მაისიდან ივლისის ჩათვლით, ზოგჯერ აგვისტომდე.

იზრდება მთელი ტყიანი ზონის ქვედა სარტყელიდან დაწყებული სუბალპების ჩათვლით, ზოგან ალპურ სარტყელშიც კი აღწევს. მისი უმთავრესი ადგილსამყოფელია კლდეები და ქვიანი ადგილები, მშრალი ხირხატინადაგვიანი ფერდობები. გვხვდება აფხაზეთში, აჭარაში, სამეგრელოში, მთიულეთსა და

თუშ-ფშავ-ხევსურეთში. კარგი თაფლოვანი და დეკორატიული მცენარეა.

ხალხურ მედიცინაში გარეგან სახმარად გამოიყენება დამწვრობისა და წყლულების სამკურნალოდ, მის ნაყენს სვამენ ეპილეფსიის, მალარიის დროს, აგრეთვე როგორც გამხსნელ და პირსასაქმებელ საშუალებას. ექსპერიმენტებში იწვევს სისხლის წნევის მომატებას (ი.ა. ალექსინა, ფ.ლ. ბურმისტროვი, პ.მ. ლომკარევი, 1962).

ნედლ, დანაყილ ფუნთუშას კიბოს წყლულოვან კერებზე იდებენ, რომელიც ასეთ კერებს ასუფთავებს, საქონლის ქონში არეული მისი წვენი კარგი საშუალებაა თავის კანზე არსებული გამონაყარების, ჩირქოვანი მუწუკების მოსარჩენად. ეპილეფსიის სამკურნალოდ, ფხვნილად ქცეულ გამხმარ ფოთლებს ხმარობენ შაქართან შერევით დღეში ორჯერ (დღლით და საღამოთი) თითო მიღებაზე 15 გრ-ის რაოდენობით. მკურნალობა გრძელდება არანაკლებ სამი თვისა (ე. ნ. ზალესოვა, ო. ვ. პეტროვსკი, 1898).

ცნობილ ბერძენ ბუნების მკვლევარსა და მკურნალს, მედიცინის მამად ნოდებულ ჰიპოკრატეს ეს მცენარე სიმსივნეების სამკურნალო საშუალებად მიაჩნდა. ზოგი ექიმი ფუნთუშას ნაყენს (2-3 სუფრის კოვზი ბალახი ერთ ჭიკა მდულარე წყალზე) ურჩევს ჰიპერტონიის სანინალმდევად (ტომილინი, 1959), მიღების წესია სუფრის კოვზით დღეში სამჯერ, ჭამიდან ნახევარი საათის შემდეგ.

ბალიცკი, ვორონცოვა და კარპუხინა (1966) ადასტურებენ იმ ფაქტს, რომ ნედლი, დანაყილი ფუნთუშა ბალახი ხალხში კანის კობოს სამკურნალოდ გამოიყენებოდა (ვ. გ. მინაევა, 1970).

ბულგარეთის მედიცინის მონაცემების მიხედვით, დამტკიცებულია ფუნთუშას ტკივილგამაყუჩებელი მოქმედება ბუასილის და ანალური ხვრელის ლორწოვანი გარსის გაღიზიანების დროს. იგი დიურეზულ გავლენას ახდენს, რაც ამართლებს მის გამოყენებას სისხლის მაღალი წნევის გამო.

ბულგარეთის ხალხური მედიცინა მის დაღვეას ურჩევს ეპილეფსიის, სურავანდის, ათეროსკლეროზის სამკურნალოდ. გარეგან სახმარად რეკომენდებულია ნედლი, დანაყილი, ფაფისებრი მასის ახალქმნილებაზე (კანის სიმსივნეებზე) დაფენა (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

ფშატი - *ELAEAGNUS ANGUSTIFOLIA* L.

ფშატისებრთა ოჯახში შედის. ვერცხლისფერ-მოთეთრო ჩვილყლორტებიანი და ფოთლებიანი ბუჩქი ან დაბალი ხეა 3-7 (10) მ სიმაღლით. ორივე ან მარტო ქვედა მხრიდან ვერცხლისფერ თეთრი, ლანცეტა ფორმის, 3-7 სმ სიგრძისა და 0,4-1,5 სმ სიგანის ფოთლები ტოტებზე მორიგეობითაა განლაგებული. ჩვილი ყლორტები მთლიანად მოვერცხლისფერო ქერქლებითაა დაფარული. ტოტებსა და ყლორტებზე ქერქი მონიალო ან მუქი მურა ფერისაა.



ორსქესიანი, მამრსუნიანი ყვავილები 1-3 ცალიან ჯგუფებად ფოთლების უბებშია განლაგებული. მცირე რაოდენობით ინვითარებს მამრობით ყვავილებსაც.

0,7-1,4 სმ სიგრძის და 0,5-1 სმ სიშსხოს მრგვალი ან ოვალური მშრალხორცოვანი ნაყოფი ერთთესლიანი კურკიანაა.

ყვავის მაის-ივნისში, ნაყოფები სექტემბერ-ოქტომბერში მნიფდება, უხვად ნაყოფმსხმოიარობს ყოველწლიურად.

ფშატი ჩვეულებრივ ჭალის მცენარეა და ნესტიან ადგილებში იზრდება, მაგრამ იმავე დროს დიდ სიმშრალესაც იტანს ხანგრძლივი გვალვების დროს. ადვილად მრავლდება თესლით, ფესვის ნაბარტყით, კალმებითა და ძირკვის ამონაყარით.

უმეტესწილად ჭალებში იზრდება, გვხვდება მშრალ, ხრიოვ ფერდობებზეც, კარგად იტანს წყლით დრობით დატბორვას, იტანს ნიადაგის დამლაშებას, მისი ფესვები მარილებს არ ითვისებს, ამიტომ მიწის ზედა ნაწილებში მარილების დაგროვება არ აღინიშნება.

ნაყოფის მშრალი ხორცოვანი რბილობი, ველურ ფორმებში მთელი ნაყოფის წონის 52 პროცენტს შეადგენს, რომელიც 40 პროცენტზე მეტ

შაქრებს შეიცავს. გარდა ამისა, მასში ნაპოვნია კალიუმისა და ფოსფორის მარილები, აგრეთვე 10 პროცენტზე მეტი ცილები.

ნაყოფს ჭამენ როგორც უმად, ასევე მისი ფქვილით ამდიდრებენ პურის ფქვილს. ნაყოფის ფხვნილს შემკვრელი თვისება გააჩნია და კუჭის აშლილობის დროს გამოიყენება.

ფშატის გუმფისის გამოყენება შესაძლოა საქსოვ ნარმოებაში, ნებოს მოსამზადებლად, ლაქ-საღებავების დასამზადებლად. ფოთლებსა და ქერქს ტყავის გასათრიმლადა და მის შავფერად ან ყავისფრად შესაღებად ხმარობენ.

ფშატის ფესვებზე არსებულ კოჭრებში მცხოვრები ბაქტერიები ახდენენ ატმოსფეროს თავისუფალი აზოტის ფიქსირებას, ამიტომ ფშატი ნიადაგს აზოტით ამდიდრებს. იგი შესანიშნავი თავლოვანი მცენარეა და რაც მთავარია ეფექტურად წმენდს ჰაერს მავნე მინარევე გაზებისაგან, რის გამოც ფრიად სასურველი მცენარეა ქალაქების გასამწვანებლად.

ს. ვ. სიდნევა (1962) ხაზს უსვამს იმ მდგომარეობას, რომ ფშატის ნაყოფისაგან მიღებულია მთრიმლავი კოლოიდური ნივთიერებების კონცენტრატი - ფშატინი, რომელიც შემკვრელად გამოიყენება ენტეროკოლიტის დროს. პრეპარატის მიღების შემდეგ უმჯობესდება ავადმყოფთა მომწელებელი ორგანოების ფუნქცია და საერთო მდგომარეობა. იგივე იხმარება პირში გამოსავლებად პირის ღრუს ნაირგვარი დაავადებების დროს. ექსპერიმენტულად დადასტურებულია, რომ ფშატი ცხოველთა ნაწლავების მოტორული ფუნქციის დამუხრუჭებას იწვევს. იგი ადგილობრივ გამაღიზიანებელ გავლენას არ ახდენს.

ქართული მუხა - QUERCUS IBERICA STEV.



წიფლისებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. საქართველოში ყველა სახეობის მუხებს შორის უდიდესი არეალით ქართული მუხა გამოირჩევა. იგი 18-25 მ სიმაღლის ხეა. კავკასიისათვის ქართული მუხა ენდემურ მცენარეს წარმოადგენს, ე. ი. მის ფარგლებს გარეთ სხვაგან არსად არ გვხვდება. უკუკვერცხისებრი, ტყავისებრი ზედა მხრიდან პრილა, მოკლექუნწიანი, 80-160 (200) მ სიგრძისა და 40-60 (100) მმ სიგანის ფოთლები ტოტებზე მორიგეობითაა განწყობილი (ი. აბაშიძე, 1962). ფოთლის ფუძე ბიბილოების სახითაა წარმოდგენილი ან სოლისებრ შევინროებულია. ფოთლის კიდეები წვრილადაა დანაკვთული, იშვიათად კი მსხვილადაა დაკბილული 6-12 წყვილის რაოდენობით.

ქართული მუხის ყავისფერი 25 (35) მმ სიგრძის და 15 მმ სიშსხოს რკო 15 მმ სიგრძის და 15 მმ დიამეტრის მოკლექუნწიან ფილაშია (ბუღეში) ჩამჯდარი.

ყლორტების ქერქი მოყავისფროა მოთეთრო ჯირკვლებით. ღეროს ქერქი საკმაოდ სქელი და მუქია, ღრმად დაღარულ-დამსკდარი. მუხის მერქანი უძვირფასეს საშენ მასალას იძლევა, გარდა ამისა, მის მერქანს

ფართოდ იყენებენ სახალხო მეურნეობის ნაირგვარ დარგებში. კარგად იტანს როგორც ნიადაგის, ასევე ჰაერის სიმშრალეს, ტყეებს ზღვის დონიდან 500-1200-1400 მ სიმაღლეზე ქმნის. დიდ კორომებად

გვხვდება მესხეთში, თრიალეთში, ზემო და ქვემო ქართლში, ქიზიყში, კახეთში, ფშავ-ხევსურეთში, მთიულეთში, შუა ოსეთში, იმერეთში, რაჭა-ლეჩხუმში, გურიაში, სამეგრელოში, სვანეთსა და აფხაზეთში (ი. აბაშიძე, 1962).

ცნობილია, რომ ხალხში მუხა კულტი-ხედ ითვლება. ასე იყო ჩვენშიც, ქართული მუხა კულტი-ხედ ითვლებოდა.

ყველამ იცის, რომ მუხის რკო შესანიშნავი საკვებია ღორის, მსხვილფეხა საქონლის, დათვის და სხვა ცხოველებისათვის, მაგრამ ყველამ არ იცის, რომ რკო ადამიანისათვის სანამღავე ნივთიერება ქვერცეტიანი შეიცავს, რომელიც ცხოველთათვის სრულიად უვნებელია, რკოს მოხალვით ქვერცეტიანი იძლება და მოხალულ რკოსაგან მეტად ყუათიან რკოს ყავას ამზადებენ. რკო 40 პროცენტ სახამებელს, 5 პროცენტამდე ცხიმს, შაქარს და ბევრ ცილოვან ნივთიერებებს შეიცავს.

მუხის ყველა ორგანოში უხვადაა მთრიმლაკი ნივთიერებები, მაგრამ ყველაზე დიდი რაოდენობით იგი ქერქშია (20 პროცენტამდე). ამის გამო მუხის ქერქს უძველესი დროიდან იყენებდნენ ტყავის გამოსაქნელად, საამისოდ დიდ ჭურჭელში დებდნენ ტყავებს, ისე რომ ტყავებს შორის აყრიდნენ დაქუცმაცებულ მუხის ქერქს და ასე ინახავდნენ მანამდე, ვიდრე ტყავები მოყავისფრო-ყვითელ ან მოყავისფრო-წითელ ფერს მარ მიიღებდნენ. გამოქნის პროცესში ტყავში არსებული ფორების გზით მის მთელ ქსოვილებში შედის მთრიმლაკი ნივთიერებები, ნაწილი ამ ნივთიერებებისა, ქიმიურ რეაქციაში შედის ტყავის ქსოვილებთან.

ამჟამადაც ტყავის წარმოება მცენარეული მთრიმლაკი ნივთიერებების ერთ-ერთი ძირითადი მომხმარებელთაგანია, მიუხედავად მინერალური მთრიმლაკი ნივთიერებების (მაგალითად: ქრომიანი კვარცი და სხვა) ფართო მასშტაბით დანერგვისა, მცენარეული მთრიმლაკი ნივთიერებების მოხმარების რაოდენობა მთელი მსოფლიოს მასშტაბით ყოველწლიურად, 3 მილიარდ ტონას აღემატება.

მუხის გამომარი ქერქის მონახარშს 1:10 იყენებენ, როგორც გარეგან საშუალებას პირის ღრუსა და ხახის ანთებადი პროცესების ჩასაქრობად. ამავე ნახარშს ურჩევენ თავის დასაბანად ქერტლის სანინა-აღმდეგად, უფრო მაგარი კონცენტრაციის 1:5 გამონახარშს დამწვრობის სამკურნალოდ იყენებენ.

მუხის ფოთლები გამოყოფენ ჯერ კიდევ შეუსწავლელ რალაც ნივთიერებებს, რომელნიც დადებითად მოქმედებენ ჰიპერტონიით (სისხლის მაღალი წნევით) შეპყრობილ ადამიანებზე.

ჰიპერტონიით დაავადებულებზე მუხის ტყის აეროქიმიური ფაქტორის დადებითად გავლენის საინტერესო გამოკვლევები განხორციელდა ვორზელის კარდიოლოგიურ სანატორიუმ „უკრაინაში“, ამ სანატორიუმში კონსტრუირებული და აგებული იქნა ხელსაწყო აეროფიტი ოთახებში ტყის ჰაერის იმიტირებისათვის. საქმე იმაშია, რომ მუხის ფოთლები გამოყოფენ ჯერ კიდევ უცნობი ბუნების აქროლად ნივთიერებებს, რომელნიც კეთილისმყოფლად მოქმედებენ ჰიპერტონიით შეპყრობილ ავადმყოფებზე.

სანატორიუმის საცდელ პალატებში აეროფიტის მეშვეობით გაჯერებული ჰაერი მუხის ფოთლებისაგან გამოყოფილი აქროლადი ნივთიერებებით იფლნითებოდა. ცდების შედეგად აღინიშნა ასეთი პროცედურების აშკარა ძილისმომგვრელი და დამანყნარებელი გავლენა (ვ. მ. სალო, 1975). „მუხის“ ჰაერის მინორციული 15-20 წუთის შემდეგ ავადმყოფები, როგორც წესი, დამშვიდებულ ძილს ედულოდნენ, იძინებდნენ ის პირნიც კი, რომელნიც აქამდე უძილობით იტანჯებოდნენ. ძილის დროს ავადმყოფთა 50 პროცენტს უმცირდებოდა მაქსიმალური და მინიმალური არტერიული წნევა, უიშვიათდებოდათ სუნთქვის სიხშირე და უუმჯობესდებოდათ სხვა მრავალი ფიზიოლოგიური მაჩვენებელი.

ყოველივე ეს იძლევა იმის საშუალებას, რომ ჰიპერტონიკებს მუხნარ ტყეში დასვენება ვურჩიოთ.

მუხის ქერქი სისხლის შემადგებლადაც მოქმედებს, აგრეთვე აქრობს ანთებას და პარაზიტიჭიების წინააღმდეგ იხმარება, დიდი დოზით კი პირღებინებას იწვევს.

მიგნით მისაღებად მცირე დოზებით უნიშნავენ კუჭისა და ნაწლავების კატარის, აგრეთვე კუჭის აშლილობისა და დიზენტერიის დროს. განსაკუთრებით რეკომენდებულია გარეგან სახმარად კანის დაავადებების, მოყინვით გამოწვეული შემუშების, კანის დახეთქილობის, ფეხების ოფლიანობის, სისხლმდენი ბუასილის, ქალებში თეთრად შლის და პირის ღრუში ცუდი სუნის სამკურნალოდ (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968). დასაღვეად მუხის ნაყენი მიიღება, რომელიც შემდეგნაირად მზადდება: 1 ჩაის კოვზ წვრილად დაჭრილ მუხის ქერქს ასხამენ 2 ჩაის ჭიქა ცივ წყალს და 8 საათის განმავლობაში დგამენ (დღე-ღამის დოზა, ბავშვებს არ უნიშნავენ). გარეგანი ხმარებისათვის 500 გრ წვრილად დაჭრილ მუხის ქერქს 3-4 ლ წყალს ასხამენ და ნახევარი საათის განმავლობაში ნელი დუღილით ხარშავენ. აბაზანებისათვის ამ ნახარშს ურევენ დანარჩენ წყალს აბაზანაში, კომპრესისათვის კი მას ანზავებენ მის თანაბარ ნაწილ წყალში.

ბულგარეთის ხალხური მედიცინა მუხის ქერქის წყლით, განსაკუთრებით კი წითელი ღვინით გამონახარშის რეკომენდაციას იძლევა, რომელსაც საჭმლის მონელების გასაუმჯობესებლად ურჩევენ. მასვე იყენებენ კუჭის აშლილობის, დიზენტერიის, უხვი მენსტრუაციის და საშარდ ბუშტის ანთების სანინააღმდეგოდ. ფართოდ იყენებენ ღრძილის გასამაგრებლად და სხვა.

მ. ა. და ი. მ. ნოსალების (1960) მიხედვით ფეხის ოფლიანობის საწინააღმდეგოდ ხალხი უებარ სამულებად მიიჩნევს მუხის ქერქის ნახარშის აბაზანებს (50-100 გრ 1 ლ წყალზე). რაქიტისა და სიყვითლის დროს სარგებლობენ შემდეგი სამკურნალო ნარევი: ოც-ოცი გრამის რაოდენობით მუხის ქერქი, თავშავა, კოთხოჯი, ფარსმანდუკის ყვავილები, ორმოც-ორმოცი გრამის რაოდენობით ფიჭვის წვრილი ტოტები წინვებით, ორკილა, სამფერი ია, თითო კილოგრამი პურის ქატო, ჭვავის გაღვივებული მარცვალი და შავი მოცხარის ფოთლები. ყოველივეს ერთად ათავსებენ ქსოვილის პარკში და ხარშავენ წყალში ჩაშვებით 30 წუთის განმავლობაში ნელი დულილით. წურავენ და აზავებენ წყლის აბაზანებისათვის, პარკის შიგთავსს კი ყრიან.

თეთრად შლის საწინააღმდეგოდ ქალებში გამოიყენება შემდეგი ნარევი: ოც-ოცი გრამი მუხის ქერქი, ფითრის ახალგაზრდა წვრილი ტოტები, თეთრი ჭინჭრის-დედის ყვავილები, სააფთიაქო გვირილის ყვავილები, ვარდის ყვავილის გვირგვინის ფურცლები, ფარსმანდუკი.

ნაწლოების საწინააღმდეგოდ ამზადებენ მალამოს შემდეგნაირად: მუხის წვრილი ფესვები (2 ნაწილი), ოფის (შავი ვერხვი) კვირტები (1 ნაწილი), ძროხის ქონი (7 ნაწილი), მთელი ღამის განმავლობაში ათავსებენ თბილ ღუმელში, დილით კი ნელ ცეცხლზე ადუღებენ ნახევარი საათის განმავლობაში, წურავენ და ასხამენ მინის სუფთა თავგანიერ ჭურჭელში. მიაჩნიათ, რომ ასეთი მალამო აწყნარებს ტკივილებს, ხელს უწყობს ჭრილობების გაგრილებასა და სწრაფ შეხორცებას (ქსოვილთა რეგენერაციას).

ხალხში მუხის ქერქის ნახარში დაახლოებით 40 გრ 1 ლ წყალზე - გამოიყენება კუჭიდან სისხლდენის, უზვსისხლიანი მენსტრუაციის, სისხლიანი შარდვის და კუჭის აშლილობის დროს.

ქართული ყოჩივარდა - CYCLAMEN VERNUM SWEET.



ფურისულასებრთა ოჯახში შედის. მრავალწლიანი ტუბერისმაგვარი განიერფესვიანი მცენარეა. იგი ადრე გაზაფხულზე, ცისთვალასა, თეთრყვავილასა და სხვა ადრე მოყვავილე, ტყის კალთის ქვეშ მოზარდ ყვავილებთან ერთად წითელი (მოვარდისფრო) ღამაში ყვავილებით ამკობს ჩვენს ტყეებსა და ბუჩქნარებს. ზემოდან და ქვემოდან შებრტყელებული, მომრგვალო ფესვურის სიმსხო 2-4 სმ-ის ფარგლებში მერყეობს, ფესვები ფუნჯისებრია და ტუბერის ქვედა მხარეს ვითარდება.

ფოთლები გულის მოყვანილობისაა, ზოგჯერ მოგრძო კვერცხისებრ გულისნაირი, კიდემთლიანი, ზემოდან თეთრ-მომწვანო ლაქებით. საერთოდ ყვავილების ყუნწები სწორმდგომია, მაგრამ ყვავილობამდე და ყვავილობის ყამს თავდახრილი, დაყვავილების შემდეგ კი სპირალურად ეხვევა და

თესლი მიწაში ჩააქვს.

ყოჩივარდას ჩვენში გავრცელებული ყველა სახეობა შხამიანია და ყველა ცხოველს წამლავს, გარდა ღორისა. ა. გროსპეიმის მიხედვით, გამხმარი ტუბერი ტოქსიკურობას კარგავს და მისი საკვებად გამოყენება შეიძლება.

მრავალრიცხოვანი წითელი ყვავილებით და თეთრლაქებიანი ფოთლებით ყოჩივარდა ღამაში მცენარეა. იგი ფართოდ იწერება დეკორატიულ მებაღეობაში; სელექციონერებმა გამოიყვანეს მისი საბალო ფორმებიც.

ყოჩივარდა ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება ღვიძლის და გინეკოლოგიური დაავადებისას, ნევრალგიის, ფრონტიტის და ჰაიმორიტის საწინააღმდეგოდ (ვ. ვ. ბერეჟინსკაია, ე. ი. შასსი, 1962). ნედლი ფესვურის წყალზე ნაყენს ყურში ინვეთებენ ქრონიკული გამონადენის დროს. სისტემატიური თავის ტკივილების დროს ცხვირის ნესტოებში ფესვურის თბილ წვენს ინვეთებენ (ლ. ხ. როლოკი, 1908).

ყოჩივარდას ფესვურის პრეპარატებს ბულგარეთის მედიცინა იყენებს მენსტრუაციის დარღვევის და მასთან დაკავშირებულ ნერვებაღზნებულობის დროს. რეკომენდებულია აგრეთვე ნევრალგიის, საჭმლის მონელების მოშლის, გაზების დაგროვებით გამოწვეული ჭვავების და რევმატული ტკივილების შემთხვევებში.

ხმარობენ ფესვურის წყალზე ნაყენს ცხელ მდგომარეობაში (1 სუფრის კოვზი წვრილად დაჭრილი ფესვურა 2 ჭიქა წყალზე, ორი დღის დოზა), ან სპირტიან ნაყენს (1 გრ ნედლეული 10 გრ 70%-იან სპირტზე), 30-40 წვეთი დღეში 2-3-ჯერ.

ბაგზი - HIPPOPHAE RHAMNOIDES L.



ბუჩქის სქესის განსაზღვრა.

ნაყოფი მრგვალია ან მოკლე ელიფსოიდური, ნარინჯისფერი ან მონითალო, წვნიანი კურკიანაა, 0,8-1 სმ სიგრძის. კურკა გლუვია, რომელსაც მთელ სიგრძეზე ლარი გასდევს. 1000 ცალი თესლის წონა 12-13,2 გრამია. ყვავის აპრილ-მაისში, ფოთლების გაშლამდე ან ერთდროულად. მისთვის დამახასიათებელია ყოველწლიური უხვი მსხმოიარობა. ნაყოფი აგვისტო-ოქტომბრის განმავლობაში მწიფდება იმასთან დაკავშირებით თუ რა სიმაღლეზე იზრდება ზღვის დონიდან. ამ მხრივ კი იგი ფრიად დიდი ეკოლოგიური დიაპაზონის მცენარეა, გვხვდება ბარად ზღვისპირიდან დაწყებული და მთაში 2100 მეტრამდე ადის ზღვის დონიდან. გვხვდება მდინარეთა ჭალებში, ხშირად მშრალ ფერდობებზეც, მაგრამ ჩვეულებრივ ნესტიანი ადგილების მცენარეა, გვხვდება როგორც დასავლეთ, ასევე აღმოსავლეთ საქართველოში. იგი ერთნაირად კარგად იტანს როგორც ზაფხულის სიცხეს, ასევე ზამთრის მკაცრ ყინვებსაც, ამიტომ იგი კარგად ეგუება მკაცრი კონტინენტური ჰაერის პირობებს.

ერთი ახალგაზრდა ბუჩქის ნაყოფის მოსავალი 7-9 კგ-ს შეადგენს, უფრო ხანდაზმული ბუჩქი კი 16 კგ-მდე ნაყოფს იძლევა. მისი ხშირი რაყა 1 ჰექტარზე 1,3-2,6 ტ მოსავალს იძლევა.

ნაყოფი შესანიშნავი პოლივიტამინური ნედლეულია. შეიცავს 16,9-27,2 მგ პროცენტ ვიტამინ B₁-ს, 0,037-0,066 მგ პროცენტ ვიტამინ B₂-ს, 0,79 მგ პროცენტ ვიტამინ B₆-ს, 8 მგ პროცენტ ვიტამინ E-ს, 1,1-10,9 მგ პროცენტ კაროტინს (A პროვიტამინს) და ვიტამინ F-ს, ვიტამინებით კიდევ უფრო მდიდარია თესლი.

ნაყოფისაგან 12 პროცენტამდე ცხიმს ხდიან, რომელიც მდიდარია ვიტამინებით და კანის ნივთიერებათა ცვლას არეგულირებს. ქაცვის ზეთს ჭრილობების შეხორცებისა და ტკივილგამაყუჩებელი თვისება აქვს. მას იყენებენ დამწვრობის, ეგზემის, დაზრობის (მოყინვა), ძნელადშეხორცებადი წყლულების, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნანღავის წყლულის, დასხივებით გამოწვეული დაავადების, აგრეთვე გინეკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ. მასვე პროფილაქტიკურ საშუალებად იყენებენ საყლაპავი მილის კიბოს დასხივებით მკურნალობისას ლორწოვანი გარსის რეგენერატიული ცვლილებების პროფილაქტიკისათვის. ნაყოფს ჭამენ როგორც ხილს, მისგან აკეთებენ მურაბას, კისელს, ღვინოს, ნაყინებს, სიროფს და სხვა.

ფოთლები 10 პროცენტამდე მთრიმლავ ნივთიერებებს შეიცავს, ამიტომ მათი გამოყენება შეიძლება ტყავის გასათრიმლავად და შესაღებად, ნაყოფებით ქსოვილებსა და მატყლს ყვითელ ფერად ღებავენ. კარგი თაფლოვანი მცენარეა (ი. ა. გუბანოვი, ი. ლ. კრილოვა, ვ. ლ. ტიხონოვა, 1976).

ლ. ნ. ოუდეკინამ ქაცვის ზეთი გამოიყენა კანის დაავადებების სამკურნალოდ სუფთა სახით და კაროტინთან ნარევიში, 1,5-2 მგ რაოდენობის კაროტინს ქაცვის 1 მლ ზეთს უმატებენ. ეგზემის და სხვა დერმატოზების წინააღმდეგ კარგი შედეგები იქნა მიღებული.

საუკეთესო ეფექტი აღმოაჩინდა 5 პროცენტთან ქაცვის ზეთის მალამოს კაროტინით, რომელიც ჩქარა ხსნიდა ერთიემას (ცალკეული სინითლები კანზე), სიმსივნეს, ტკივილებს და წვის შეგრძნებას გამწვავებული ეგზემის დროს. ქაცვის ზეთი გვერდით მოვლენებს არ იწვევს.

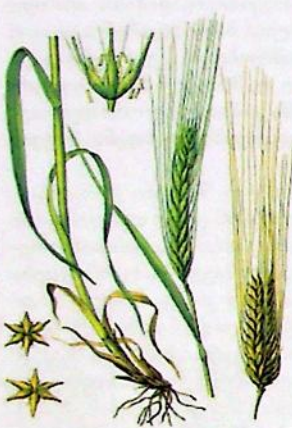
საყლაპავი მილის კიბოს დასხივებით მკურნალობისას ქაცვის ზეთს უნიშნავენ დასაღებად 2-3 სუფრის კოვზს დღეში მკურნალობის მთელი კურსის მანძილზე და შემდგომაც 2-3 კვირის განმავ-

ლობაში, დასხივებითი მკურნალობის კურსის დამთავრების შემდეგ.

ქაცვის ზეთი გამჭვირვალე მკვეთრი ნარინჯისფერი სითხეა, დამახასიათებელი სუნით და გემოთი. ათავსებენ მუქი ფერის ფლაკონებში 50-100-200 მლ რაოდენობით და მჭიდროდ თავდახურულად ინახავენ სინათლისაგან დაცულ გრილ ადგილზე (ა. დ. ტუროვა, 1974).

ნაყოფთან შედარებით არანაკლები მნიშვნელობა შეიძინა ქაცვის ქერქმაც. მისგან ამ ცოტა ხნის წინ გამოყოფილი იქნა ნიეთიერება 5-ოქსიტრიპტამინი, რომელსაც სიმსივნის საწინააღმდეგო თვისება გააჩნია. ასეთივე თვისება აქვს ქერქის სპირტზე ნაყენს. სუფთა სპირტიანი ექსტრაქტი შედის პრეპარატ H₂-ში, კიბოს საწინააღმდეგო მნიშვნელობა ამ პრეპარატისა დამტკიცებულია ცხოველებზე ჩატარებული ცდებით. მას კიბოს წინააღმდეგ ურჩევნ რენტგენოთერაპიასთან ერთად (ბალიცკი, ვორონ-ცოვა, კარპუხინა, 1966).

ქერი - HORDEUM VULGARE L.



ქერი მნიშვნელოვანი ხორბლეული კულტურაა და როგორც საქონლის საკვები, მაღალი ღირსებით გამოირჩევა. ხალხურ მედიცინაში ქერი, როგორც დიეტური საშუალება გამოიყენება მარცვლის, ნაირგვარი ბურღულეულისა და ქერის ფქვილის სახით. ქერის ფქვილის ნახარში კუჭ-ნაწლავის სისტემის შემარბილებლად მოქმედებს. მასვე შიგშემომგარსველ საშუალებად იყენებენ, გააჩნია აგრეთვე ამოსახველებელი, დიაბეტის საწინააღმდეგო, ანთების საწინააღმდეგო და ზოგადგამამაგრებელი თვისებები.

მოხმარების წესები:

1) 20 გრ ქერის მარცვლებს 1 ჭიქა წყალს ასხამენ და 4-5 საათის განმავლობაში დგამენ, ამის შემდეგ 10 წუთს ხარშავენ, გაგრილების შემდეგ წურავენ. სვამენ 2-3 სუფრის კოვზს დღეში 4-5-ჯერ ჭამის წინ. ქერის ალაოს (გალივებული მარცვლები) ნახარშს ფართოდ იყენებენ კოსმეტიკური მიზნით, აგრეთვე როგორც შიგშემომგარსველ, ანთების საწინააღმდეგო და დამაწყნარებელ საშუალებას.

2) ქერის 1,5-2 კგ ალაოს (გალივებული მარცვლები) ყრიან მომინანქრებულ ვედროში და 8-10 ლიტრ მდუღარე წყალს ასხამენ, რომელსაც

20-30 წუთის განმავლობაში ნელ ცეცხლზე ხარშავენ. შემდეგ დოლბანდში წურავენ. აბაზანების მიღების წინ მას წყალში აზავებენ.

ქერის ალაოს წყალზე ნაყენის მოსამზადებლად, მისი გალივებული მარცვლების დაფქვით მომზადებულ 2-3 სუფრის კოვზ ფქვილს 1 ლ მდუღარე წყალს ასხამენ, რომელსაც ვაჭინით ან შაქრით ატკბობენ და 0,5 ჭიქას დღეში 5-6-ჯერ სვამენ, როგორც ანთების საწინააღმდეგო და დამაწყნარებელ სასმელს ხეყლების, კუჭ-ნაწლავის დაავადებების, ბუასილის, თირკმლებისა და შარდგამომყოფი გზების დაავადების დროს.

ქერის ალაოს ექსტრაქტს იყენებენ დიაბეტის სამკურნალოდ. ექსტრაქტს გამშრალი ლივებისაგან (გალივებული მარცვლებისაგან) ამზადებენ (ლ. ი. სკლიაროვსკი, 1973; ი.ნურალიევი, 1989 მიხედვით).

ქერიშქლა - VERBASCUM THAPSIFORME SCHRAD.

შვენამალასებრთა ოჯახის, მაღალი, ორწლოვანი, რუხი ბენვებით სქლად შებუსვილი მცენარეა. 30-200 სმ სიმაღლის ღერო მარტივი ანუ დაუტოტავია. პირველ წელს ფესვის ყელთან როზეტად განლაგებულ ფოთლებს იწვითარებს, ხოლო მეორე წელს ღეროს, რომელიც ყვითელი კამკამა ყვავილებით შემკული მტევნით ბოლოვდება.

ფესვის ყელთან განლაგებული 10-40 სმ სიგრძის ფოთლები მჯდომარე ან მოკლეყუნწიანია, წაგრძელებული და ელიფსური ფორმისა, ღეროზე განლაგებული მოგრძო ფოთლები კიდებერსკიბილა.

ყვავილობს ივნის-აგვისტოში, თესლი აგვისტო-ოქტომბერში მნიფდება. ქერიშქლა ძირითადად მშრალი, სიღნარი, ღია ადგილების მცენარეა, მაგრამ ხშირად გვხვდება გამეჩხრილ ტყეებსა და ტყეკაფებზეც. განსაკუთრებით ხშირია მშრალ ფიჭვნარებში. მთაში 2000 მ სიმაღლემდე და ზოგან უფრო მაღლაც იზრდება. ფუტკარი ყვავილის მტვერს აგროვებს და ამით ავსებს ფიჭის უჯრებს. სასარგებლო ბალახია ხრიოკი ადგილების გასამშენიერებლად.

მედიცინაში ყვავილის გვირგვინის ფურცლები ჯამის გარეშე გამოიყენება ამოსახველებელ საშუალებად, ზედა სასუნთქი გზების დაავადებისას.



მას ანთების საწინააღმდეგო მნიშვნელობა აქვს ზედა სასუნთქი გზების კატარისა და ძლიერი ხველის შემთხვევაში. იყენებენ აგრეთვე კუჭ-ნაწლავის დაავადების სამკურნალოდ (ა.დ. ტუროვა, 1974). ამ მიზნით იყენებენ გამოწანვილს (15-20 გრ ერთი ჭიქა მდულარე წყალზე) იღებენ 1-2 სუფრის კოვზს დღეში 3-4-ჯერ. პოლონელი მეცნიერებისაგან რეკომენდებულია 10%-იანი ნახარშის მიღება ძილის წინ თავლთან ერთად, როგორც დამაწყნარებელი საშუალება (Kudrzycka - Bielozabska, Giowniak, 1965).

ხალხში უფრო ფართოდ იყენებენ: სულის ხუთვის, თავის ტკივილის, ბრონქიალური ასთმის, ტუბერკულოზის, კუჭ-ნაწლავის კატარის, ღვიძლისა და ელენთის სამკურნალოდ და შარდმდენ საშუალებად. ამ დაავადებათა სამკურნალოდ იყენებენ ნაყენს (2 სუფრის კოვზი ყვავილის გვირგვინის ფურცლები 2 ჭიქა მდულარე წყალზე), იღებენ 50 გრ-ს ყოველ საათში ერთხელ. ზოგან ფალარათიანობის წინააღმდეგ მთელი მცენარის (ღერო-ფოთლები) ნახარშს ხმარობენ. ფოთლების რძეზე ნახარშს შემამსუბუქებელ საშუალებად ურჩევენ ჩირქოვანი მუნუქების, წყლულების, ჩირქოვანი ჭრილობების, ბუასილისა და სირსველის სამკურნალოდ.

ფხვნილადქცეულ ყვავილის გვირგვინის ფურცლებს მეძუძური ქალები დახეტილ ძუძუს თავზე იყრიან შეხორცების დასაჩქარებლად. ამავე მიზნით გამოიყენება თითებშორის დამსკდარი კანის სამკურნალოდ (ა. ი. გუბერგრიცი, ნ. ი. სოლომჩენკო, 1964).

ციმბირის მოსახლეობა ფოთლებისა და ფესვების ნახარშს სვამს ქრონიკული ცისტიტის დროს შარდმოგვრელ საშუალებად. ქერიფქლას ყვავილის გვირგვინის ფურცლების ჩაის სმით ხალხი წარმატებით მკურნალობს ბუასილს. სისხლდენა 2-3 დღეში წყდება და საერთოდ რამდენიმე დღეში ავადმყოფობა სავსებით ქრება (პ. მ. კურენოვი, 1955).

ბულგარეთში თითქმის ყველა ზემოთ ჩამოთვლილი დაავადების სამკურნალოდ იყენებენ ქერიფქლას, მაგრამ განსხვავებული დოზით: ყვავილის გვირგვინის ფურცლებს 2 ჩაის კოვზის რაოდენობით იღებენ და ერთ ჭიქა წყალს ასხამენ. მოზრდილთათვის იგი დღე-ღამის, ხოლო ბავშვებისათვის კი 2 დღე-ღამის დოზაა.

ჟიჰძი - CORIANDRUM SATIVUM L.



ქინძი ბოსტნის უძველესი კულტურაა, იგი ერთწლოვანი 30-70 სმ სიმაღლის მცენარეა თითისტარისებრი ფესვით. ღერო წვრილნალარებჩაველებულია. შიშველი, ვაგინებიანი ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული, მათგან ფესვთან ფოთლები გრძელყუნწიანია, კიდევში მსხვილი თავბლაგვი კბილებით და სამ-სამი ნაკვეთით, იშვიათად მარტივფრთისებრი, ღეროს ქვედა ნაწილის ფოთლები ორჯერფრთისებრი, კვერცხისებრი, სოლისებრი ფუძიანი ფრთისებრდაკვეთილი ნაწილებით. ღეროს შუა და ზედა ნაწილის ფოთლები წაგრძელებულ სიფრიფანა კიდებიან ვაგინებზე ზის და ორჯერფრთისებრგანკვეთილია. ქოლგის საერთო საბურველი ერთფოთლოაქიანია ან საერთოდ არ გააჩნია. კერძო საბურველი კი ცალმხრივია და სამი ძაფისებრი ფოთოლაკისაგან შედგება, ყვავილები წვრილია, მათი გვირგვინი 5 თეთრი ან მოვარდისფრო ფურცლებისაგან შედგება.

ნაყოფი მოყავისფრო ან მორუხო-მოყვითალო ფერის ბურთისებრი ან ორთესლიანია, 2,5 სმ-ის სიმაღლი. ნაყოფის თითოეული ნახევარი (პერიკარპიუმი) ზურგის მხარეს 5 მთავარი რამდენადმე კლაკნილი მცირედ ამობურცული და 6 სწორი მეორადი ნახნაგებიანია, რომელთაგან შუა 4 ძლიერ ამობურცულია. თანანაყოფის სეკრეტორული არხები ორია და ნაყოფების შეერთების ადგილასაა განლაგებული.

ქინძის ნაყოფი 0,7-1,2% ეთერზეთის შეიცავს. მედიცინაში მისი ნაყოფის პრეპარატები გამოიყენება საჭმლის მონელების პროცესების გასაუმჯობესებლად, ნაღვლის წვენის გამოყოფის გასაძლიერებლად, ბუასილის სამკურნალოდ და ჭრილობების შესახორცებლად. ქინძის ეთერზეთს ნაღველმდენი, ბუასილის საწინააღმდეგო, ტკივილგამაყუჩებელი და ანტისეპტიკური თვისებები გააჩნია (ვ. პ. გრიზლოვი, 1962).

ვარონი ქინძის ძმარზე ნაყენს ხორცის შესანახად იყენებდა. მარტო გემოვნებითი ღირსებებით სრულიადაც არ უნდა იყოს ნაკარნახევი თევზის კერძები ქინძმართი. ქინძმარი სწორედ მალფუჭებადი თევზის პროდუქტების შესანახად უფროა მიღებული, რა თქმა უნდა, კარგი გემოვნების მინიჭებასთან ერთად.

საქართველოს შავიზღვისპირეთის სანაპიროზე მცხოვრები ქართველები და სხვა ეროვნების წარმომადგენლები, დღესაც წარმატებით იყენებენ ქინძს თევზის ხანმოკლე ვადით შესანახად და შორ მანძილზე ტრანსპორტირების დროს. საამისოდ თევზს ლაყუჩებსა და გაფატრულ მუცელს გულდასმით ქინძით ამოუვსებენ ხოლმე. როგორც ჩანს ქინძის ეთერზეთი შესანიშნავად იცავს ხორცსა და თევზს გაფუჭებისაგან. ამიტომ ქინძმარიანი თევზის ჭამაც ნაკლებ სახიფათოა მონამეღის თვალსაზრისით.

ზემილისკის ცნობით სომხურ ხალხურ მედიცინაში ქინძის თესლის ნახარშს ასმევდნენ პირღებინების შესაჩერებლად. ზობერნჰეიმის მიხედვით კი ქინძს გაზგამომდევნი და ამოსახველებელი თვისებებიც ეკავაჩნია (ნ. ზ. უმიკოვი, 1947).

ბულგარეთის მედიცინაში ქინძის უმთავრესი დანიშნულებაა ის, რომ იგი საჭმლის მონელებას უწყობს ხელს, გარდა ამისა გაზების დაგროვების დროს მას სპაზმოლიტური მოქმედების მიზნით იყენებენ, ამასთანავე იგი ცნობილია როგორც ანტიბაქტერიული სუსტად მომქმედი საშუალება. იყენებენ კუჭ-ნაწლავების და ლეიძლის დაავადებების დროს, როგორც მონელების მასტიმულირებელ, მადის მომგვრელ, გაზგამომდევნ და ნალველდამდენ საშუალებას. მეტეორიზმის დროს ცხელ ნაყენს იყენებენ, რისთვისაც ერთ ჩაის კოვზ ქინძის დანაყილ თესლს ერთ ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ (ყოველთვის ჩაის ჭიქა – 200 გრ იგულისხმება), ესაა ერთი დღის დოზა (თანამედროვე ფოტოთერაპია, 1988).

ავიციენა (1982) აღნიშნავს, რომ ქინძი კუჭში შეკვრასა და გაბუჭებას იწვევს, ხოლო რძესთან შერეული მისი წვენი ყოველგვარ მწვავედ მფეთქავ ტკივილს აწყანარებს.

ცერცვის ფქვილში, მის ლერლილში, ან კიდევ მუხუდოს ფქვილში არეული ქინძის წვენი ყბაყურას არჩევს. ქინძის გადაჭარბებულ დოზებში (ხმელისა და ნედლის) მიღება აზროვნების მოშლას იწვევს. ნედლი ქინძი ძილს იწვევს და ცხვირიდან სისხლდენას აჩერებს.

ქინძი მხედველობას აქვეითებს, მაგრამ ნედლი ქინძის წვენი ქალის რძესთან ერთად თვალში ჩანვეთებით ტკივილს აწყანარებს. მრავალძარღვას წვენისა და ქინძის ნარევი 6,0 გრ-ის რაოდენობით სისხლიან პირღებინებას აჩერებს. ქინძის მოხალული თესლის ფხვნილი პირღებინებას და გულწვას აჩერებს. ქინძი სქესობრივ მოთხოვნილებას ასუსტებს, ავიციენას ქინძის ბოროტად (დიდ დოზებში) გამოყენება საერთოდ დაუშვებლად მიაჩნია.

ქლიაზი – PRUNUS DOMESTICA L.



ქლიავი უძველესი, მსოფლიოში კარგად ცნობილი, კულტურაში ფართოდ დანერგული ხილია. მისი მრავალრიცხოვანი ნაირსახეობები 2000-ზე მეტი რაოდენობის ჯიშს მოიცავს.

საბერძნეთის უძველესი დროის უმეტეს ექიმთა აზრით ქლიავი გამხსნელ საშუალებას წარმოადგენს.

არაბეთის ფარმაკოპიებში მითითებულია, რომ ქლიავი გამხსნელია. არაბი ექიმის იბნ მასუის მიხედვით ქლიავის სხვადასხვა სახეობები გამხსნელია და სიყვითლით დაავადებისას ნალვლის გამოყოფას აძლიერებს. მეორე არაბი ექიმი ისააკ იბნ სოლეიმანი ქებადობას ასხამს ქლიავს, როგორც გამხსნელ საშუალებას იმ შემთხვევაში თუ მას შაქარსა და თაფლთან ერთად აძლევენ ავადმყოფს.

ძველი რუსული სამედიცინო წყაროების მიხედვით ქლიავის ფოთლების ძმრით ნახარში კარგი საშუალებაა ჩირქოვანი მუწუკების მოსარჩენად.

კავკასიაში ქლიავის ნახარშს ხმარობენ როგორც საუცხოო გამხსნელ საშუალებას. ქლიავის უზმოზე ჭამის შემთხვევაში ხდება ნაწლავების განმენდა და ხელს უწყობს შარდდენის გაძლიერებას (ნ. ზ. უმიკოვი, 1947).

ავიციენას (1982) მიხედვით ქლიავის გუმფისი ხელს უწყობს ჭრილობების შეხორცებას. ძმრისა და ქლიავის გუმფისის (განსაკუთრებით თაფლის ან შაქრის დამატების შემთხვევაში) ნარევი სირსველის სანინაღმდეგო საშუალებაა ბავშვებში. გუმფისი მალამოს სახით მხედველობას აძლიერებს. ქლიავის ჩირიც გამხსნელია (მაგრამ უფრო სუსტადმომქმედია ვიდრე მწიფე) და ახლადდაკრეფილი ნაყოფი.

ქლიავის გუმფისი საშარდე ბუშტის კენჭების დამშლელიცაა, ხოლო ქლიავის წვენი კი მენსტრუაციის პროცესებს აძლიერებს.

ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება, როგორც მსუბუქად გამხსნელი საშუალება, იგი სასარგებლოა ქრონიკული ყაბზობის შემთხვევებში, თირკმლების დაავადების, ათეროსკლეროზის, რევმატიზმებისა და ნიკრისის ქარის დროს.

როგორც ნედლი, ასევე დათუთქული ხმელი ფოთლები ჩირქოვან ჭრილობებზე და მუნუკებზე დაფენის შემთხვევაში მათ შეხორცებას განაპირობებს (ვ. პ. მახლაიუკი, 1967).

შავი ქლიავის ჩირს (10-20 ცალს) ჭამენ ძილის წინ, როგორც გამხსნელ საშუალებას, იგი ათეროსკლეროზის პროფილაქტიკაშიც გამოიყენება (ი. ნურალიევი, 1989).

მეძუძურმა ქალებმა სიფრთხილე უნდა გამოიჩინონ ქლიავის მიღებისას, რადგან შესაძლოა ძუძუმწოვარ ბავშვებში კუჭის აშლა გამოიწვიოს, ხოლო თუ ასეთი შემთხვევა მოხდება, მაშინ ბავშვებს კამის წყალს უნიშნავენ.

ქონდარი ბაღის - SATUREJA HORTENSIS



30-45 სიმაღლის ბოსტნებში დანერგილი მცენარეა ტუჩოსანთა ბოტანიკური ოჯახიდან. მისი სწორმდგომი ღერო ოთხხაზნაგოვანი და ძლიერ დატოტვილია, შემოსილია თხლად განყოფილი წვრილი ბუსუსებით. ფოთლები ღეროზე ერთმეორის პირისპირ ჯვარედინად სხედან. მათი სიგრძე 3 სმ-მდე აღწევს ძალიან მოკლე ყუნწებით, ფორმით ხაზურ-ლანცეტისებრი, კიდეშილიანი და ბოლოში ნაწვეტილია. წვრილი ყვავილები ფოთლების ილიებში 5-6 ცალის რაოდენობით ჩხრობებადაა განლაგებული. ყვავილის ჯამი ერთმანეთთან შეზრდილი ფოთლისაგან შედგება და მილისებრ-ზარისებრი მოყვანილობისაა 5 კბილით. ყვავილის გვირგვინი მოვარდისფრო ან მოთეთროა გვირგვინის 5 ფურცლით, ძირში მილისებრი, ზედა ნაწილში კი ორტუჩიანია. ზედა ტუჩი სწორმდგომია, ძირა კი სამფოთოლაკიანია, მის ძირში ნითელი ნერტილებია.

სამკურნალოდ აყვავებული მთელი მცენარე გამოიყენება, რომელიც 0,3-2 % ეთერზეთს, 4-8,5% ტანიინებსა და ლორწოს შეიცავს. ეთერზეთი 30-40% კარვაკროლს, 20-30% პარაციმოლს, დიპენტენსა და სხვა ტერპენებს შეიცავს.

ქონდარს შემკვრელი, ბაქტერიოციდული, სპაზმოლიტური, სუსტად შარდმდენი, ოფლმომდენი და ჭიების დამყრელი თვისებები გააჩნია. კუჭის აშლილობის, კუჭისა და ნაწლავების კატარის, მონელების პროცესების მოშლის, პირღებნიებისა და პარაზიტი ჭიების საწინააღმდეგოდ ხმარებისას კარგ თერაპიულ შედეგებს იძლევა. საამისოდ 3 ჩაის კოვზ წვრილად დაჭრილ ქონდარს 2 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ, რომელიც ორი დღის დოზას წარმოადგენს (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

ბულგარეთის ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება მუცელში გაზების დაგროვების დროს, კუჭაშლილობის, ხველის, ღვიძლის და თირკმლების სამკურნალოდ. ამისათვის 3 ჩაის კოვზ წვრილად დაჭრილ ქონდარს 2 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ. ეს ერთი დღე-ღამის დოზაა (სტოიანოვი, 1973).

უმეტეს ავტორთა მიერ აღიარებულია, რომ გარეული ქონდარის გამოყენება უფრო ეფექტურია, შინაურთან შედარებით.

ავიცენა (1982) ქონდარის მრავალმხრივ სამკურნალო ღირსებებზე მიუთითებს. იგი სასარგებლოა შინაგანი სიმსივნეების შემთხვევაში. ძმარში მოხარშული ქონდარი და ვარდის ზეთში არეული, დამანყნარებლად მოქმედებს თავის ტკივილზე, თავის კანში შეზღვევის გზით. მისივე მტკიცებით ასეთი ნარევების შეზღვევა ლეთარგიულ ძილსა და მენინგიტსაც კი შველის. მიუხედავად ავიცენას დიდი ავტორიტეტისა და პოპულარობისა, ასეთი მტკიცებების სინამდვილის მეცნიერული დასაბუთება დღემდე არავის უცდა.

ქონდარი, ავიცენას მიხედვით, აწყნარებს სლოკინს. საამისოდ მას ღვინოსთან ერთად იღებენ, უპირატესობას იგი ქონდარის თესლს ანიჭებს. სასარგებლოა ქონდარი, როგორც ჭიების დამყრელი (მათ შორის ლენტისებურისაც) საშუალება. ავიცენაც განსაკუთრებით სასარგებლოდ გარეულ ქონდარს მიიჩნევს. ქონდარის ღვინით მიღებისას წყდება უნებლიე წვეთ-წვეთად შარდვა, იგი ხელს უწყობს კენჭების გამოდენას.

ქრისტმსპეჭელა - SANICULA EUROPEA L.



ქოლგოსანთა ოჯახის ნარმომადგენელია. მრავალწლიანი ტიპური ტყის მცენარეა. იგი მხოლოდ ტყეებსა და ტყისპირებში იზრდება. სწორმდგომი ღერო 30-80 სმ სიმაღლისაა. ღეროს ძირში შეჯგუფული სამ-ხუთად გაყოფილი ფოთლების ფორმა მომრგვალო გარემოხაზულობისაა. თითოეული სეგმენტი სამნაკვეთიანია, ფოთლის ნაპირები კი დაკბილულია. ღეროზე განლაგებული ფოთლები დაკნინებულია, ზოგჯერაც ღერო სავსებით უფოთლოა, ყვავის მაის-ივნისში 3-5 სხივიანი, ქოლგებად შეკრებილი თეთრი ყვავილებით. მრავალრიცხოვანი კაუჭებით დაფარული ნაყოფი ტანსაცმელს და საქონლის ბუნჯს ადვილად ედება და ამ გზით შორ მანძილზე ვრცელდება. გვხვდება უმთავრესად ნაძვნარებში, ნაძვნარ-სოჭნარებში, წიფლნარებში, ჩრდილოეთისაკენ მიმართულ ფერდობებზე, დასახლებულ ფიჭვნარებსა და ფიჭვნარ-ნაძვნარებში, აგრეთვე მუხნარებშიც. კარგად ეგუება ტუტე რეაქციის ნიადაგებს. ამიტომ ასეთი ნიადაგების ინდიკატორად ითვლება. მას დიდი მნიშვნელობა აქვს ტყის ტიპების დადგენისათვის.

ქრისტესებეჭედას ფოთლებს მალამოსა და მონახარშის სველი საფენების სახით ხალხი დუღკოს (სანერელის, გარცმულას) სამკურნალოდ იყენებს. წყალზე ნაყენი ხველების, ხოლო ფხვნილი კი ჭრილობებზე დასაყრელ სამკურნალო საშუალებად გამოიყენება. ქრისტესებეჭედას ნორჩ ყლორტებს ყვავილიანად გაზაფხულ-ზაფხულში აგროვებენ. ჭრიან წვრილად და ახმობენ ჩრდილში. ხმელი მცენარისაგან ადვილად მზადდება ფხვნილი. ხალხში იგი პოპულარულია ფილტვებიდან სისხლელების დროს, გარდა ამისა ფოთლები, ე. წ. შვეიცარული ჩაის მნიშვნელოვანი კომპონენტია (ა.ხ. როლოვი, 1908).

ქრისტმსისხლა - CHELIDONIUM MAJUS L.



ყვავილობის ოჯახში შედის. ქრისტესისხლა აჭარაში ქარცეცხლას, საყვითლოს, რაჭა-ლეჩხუმში ცხენისოფას სახელით არის ცნობილი. მრავალწლიანი 30-100 სმ სიმაღლის დატოტვილი მცენარეა. ღეროს ან ფოთლის მოწყვეტისას მცენარეს წარმოიქმნება წვენი სდის. შესაძლოა მისი ქართული სახელწოდებაც აქედან იყოს წარმომდგარი, რადგან მცენარის წვენი ერთი შეხედვით სისხლს მოგვაგონებს. რაკი რელიგიური წარმოდგენით ქრისტე ჯვარცმული იყო და სისხლი წვეთავდა კიდურებიდან, ხალხმა ქრისტესისხლას წვენი სწორედ ქრისტეს სისხლს ამსგავსა. შესაძლოა ქრისტესისხლას სახელწოდების წარმოშობის ეს ვარაუდი სადაო იყოს, მაგრამ იგი არცთუ არასარწმუნოა.

ღეროზე მორიგეობით განწყობილი, კენტფრთართულად დანაკეული ქვედა ფოთლები ყუნწიანია, ზედა კი - მჯდომარე; ფოთლის სეგმენტები ქვემოდან ნაცრისფერია, ზემოდან მწვანე, ნაპირებში უთანაბროდ მრგვალად დაკბილული ან რამდენადმე ღრმად ჩაჭრილი; სეგმენტები უკუკვერცხისებურია, ზოგჯერ მომრგვალოც, მათგან კენწრული ყველაზე დიდია; მთელი მცენარე შებუსხვილია. ყვითელი

ყვავილები კენწრულ, ქოლგა ყვავილებადაა შეკრებილი, თითოეულ ქოლგაში 3-8 ყვავილია, კოლოფა, მოგრძო ცილინდრული ნაყოფი 5 სმ-მდე სიგრძისაა, უმეტესად ზემოთ აშვრილი.

ჩვეულებრივ დაბალი და საშუალო სიხშირის ტყის ბალახია; ხშირია ნაძვნარებში, ნაძვნარ-სოჭნარებსა და სხვა ფორმაციის ტყეებში; შედარებით ნაკლებად გვხვდება მუხნარებში, აგრეთვე რუდერალურ ადგილებში და ზოგჯერ ბაღებში, როგორც სარეველა. ამ მცენარის მალამომრძობელობაზე მეტყველებს ის ფაქტი, რომ ყვავილსაჯდომზე ნკაპურტის მირტყმით ყვავილების გვირგვინის ფურცლები მაშინვე ბოლოებს მალა იწვეს; გაჭიანურებულ წვიმიან ამინდებში ყვავილები დახურულ მდგომარეობაში რჩება და ამ დროს თვითდამტვერვითი განაყოფიერება ხდება.

მედიცინაში ქრისტესისხლას მიწისზედა ნაწილები გამოიყენება. მის პრეპარატებს ხმარობენ მეჭეჭების მოსაწავად, ხორხის პაპილომატოზის დროს. დასალევად გამოიყენება ლვიძლისა და ნალვლის

ბუშტის სამკურნალოდ. ცდებით გამოკვლეული იქნა, რომ ქრისტესისხლას პრეპარატები აფერხებს ავთვისებიანი სიმსივნეების ზრდას, მათ გააჩნიათ ფუნქსიონალური და ბაქტერიოსტატიკური მოქმედების თვისება ტუბერკულოზის ჩხირის მიმართ. ხელიდონინი მორფინის მსგავსად მოქმედებს, რომელიც ცხოველებში ჯერ დათრგუნვით მოუვლენებს (დაბეჩავებას) ინვეს, შემდეგ კი ცენტრალური ნერვული სისტემის დაბლადაც. ჰემოხელიდონინი მკურნალობს შხამია (გ. კ. ნიკონოვი, ზ. ა. ტრუტნევა, ე. ი. შასი, 1962).

გასული საუკუნის ბევრი ექიმი ქრისტესისხლას, როგორც კიბოს სანიანალმდეგო ეფექტური საშუალების პროპაგანდას ეწეოდა (ტურბინი, 1965).

არცთუ დიდი ხნის წინათ ჩატარებულმა კლინიკურმა გამოკვლევებმა დაადასტურა, რომ ქრისტესისხლა აფერხებს ავთვისებიანი სიმსივნეების ზრდას, ამიტომ რეკომენდებულია კიბოს ოპერაციის შემდგომ გამოსაყენებლად, მეტასტაზების განვითარების შესაფერხებლად, აგრეთვე სიმსივნისწინა მდგომარეობის (პოლიპოზების) დროს.

ქრისტესისხლას პრეპარატებმა კარგი შედეგები გამოიღო განსაკუთრებით გარეგანი სიმსივნეების მკურნალობაში: ტუჩის კიბო, კანის, შარდგამომყოფი ხერხელის, საშვილოსნოს ყელის კიბო (ბალიცკი, ვორონცოვა, კარპუხინა, 1966).

კლინიკურ პირობებში დადებითი შედეგები იქნა მიღებული ქერცლოვანი სირსველის მკურნალობაში. ავადმყოფებს აძლევდნენ დასაღვეად 20 პროცენტთან ქრისტესისხლას სპირტზე ნაყენს (ათ-ათი წვეთი), ხოლო გარეგან სახმარად 50 პროცენტთან წყლით გამოწვრილებულ სანახევროდ ურევდნენ ღორის ქონს და მას სცხებდნენ კანის დაზიანებულ კერებზე (პოტოპალსკაია, პოტოპალსკი, 1964).

მედიცინაში ქრისტესისხლას პრეპარატები (ახალი წვენი, ნახარში, ნაყენი) საფალარათო და შარდგამომყოფ საშუალებად გამოიყენება სიყვითლის, ღვიძლის და ნალვლის ბუშტის, აგრეთვე კანის დაავადებების სამკურნალოდ. ქრისტესისხლას ფესვები შედის პრეპარატ ხოლელიტინის შემადგენლობაში, რომელსაც კენჭოვანი დაავადებების, ჰეპატიტისა და ქოლეციტიტის რევიდივიების დროს უნიშნავენ. წვენს კანის ტუბერკულოზის დროს იყენებენ. ზოგი ექიმის დაკვირვებით ქრისტესისხლა დადებითად მოქმედებს სტენოკარდიის, ბრონქიალური ასთმის, ქრონიკული პოლიარტრიტის და კანის ქრონიკული დაავადებების დროს (ტომილინი, 1959).

ამჟამად ბევრი ქვეყნის მედიცინაში ქრისტესისხლას ძირითადად ღვიძლის, ნალვლის ბუშტის და წყლულოვანი დაავადების დროს ტკივილგამაყუჩებელ საშუალებად იყენებენ, მის ნაყენს საფალარათო და შარდმომგვრელ საშუალებად უნიშნავენ. გლიცერინით გაზავებული ახალი წვენი და თხევადი ექსტრაქტი ფართოდ გამოიყენება მეჭეჭების და კოყიყის მოსაცილებლად, ხორხის ღორწოვანი გარსის პაპილომის, აგრეთვე კანის კიბოს სამკურნალოდ (ა. დ. ტუროვა, 1974).

ქრისტესისხლა ხალხურ მედიცინაში თავიდანვე ქებაშესხმული იყო, როგორც მეჭეჭების მოსაშორებელი, წყლულ-ჭრილობების, აგრეთვე ღვიძლისა და ნალველსადინარების დაავადებისა და ეპილეფსიის სანიანალმდეგო საშუალება. წვენსა და ნაყენს იყენებენ კიბოსა და პოლიპების წინააღმდეგ. ნედლი ბალახის პრეპარატებით მკურნალობენ ეგზემასა და მჭამელას. მთელი მცენარის (ფესვებთანად) ნახარშს სვამენ რევმატიზმის, ჰიპერტონიის, დიზენტერიის, კუჭის კიბოს სამკურნალოდ, ზოგჯერ მცენარეს მუნის სანიანალმდეგოდაც იყენებენ. დასაღვეად იყენებენ ნაყენს (1 ჩაის კოვზი ბალახი 1 ჭიქა მდულარე წყალზე $\frac{1}{3}$ ჭიქა დღეში სამჯერ) ან სპირტის ნაყენს (15-30 წვეთს ერთ ჯერზე). ტიბეტის მედიცინაში ქრისტესისხლას ყვავილებს სიცხის დამწვე საშუალებად თვლიდნენ (ვ. გ. მინაევა, 1970), ბულგარეთში ბალახის ექსტრაქტის სველი საფენებით სპობენ მეჭეჭებს (ალექსანდროვი, 1964).

საყურადღებოა ქრისტესისხლას ტოქსიკურობა. მისმა არასწორმა და არაზომიერმა გამოყენებამ შეიძლება გამოიწვიოს ადამიანის მონამვლა, რაც გულისრევაში, პირღებინებაში, გაჭვალვასა და ფალარათში გამოიხატება. მძიმე მონამვლის შემთხვევები შესაძლოა სიკვდილითაც დამთავრდეს, ამიტომ ქრისტესისხლას გამოყენებისას ყოველთვის დიდი სიფრთხილის გამოჩენაა საჭირო და იგი მხოლოდ და მხოლოდ ექიმის რჩევით უნდა გამოვიყენოთ.

ვეტერინარიაში ქრისტესისხლას პრეპარატებს ჭრილობების, მუნისა და ძალის ქეცის სამკურნალოდ, აგრეთვე პარაზიტის წიხინისა და მუცლის ბერვის სანიანალმდეგოდ იყენებენ.

ხმელი ბალახის ფხვნილს ინსექტიციდური თვისება გააჩნია და შესაძლოა მისი მავნე მწერების მოსასპობად გამოყენება შეფრქვევით. ტექნიკაში ქრისტესისხლას წვენი ანტიკოროზულ საშუალებად და ცნობილი.

თავისებური არასასიამოვნო სუნისა და მწარე-მწკარტე გემოს გამო ქრისტესისხლას საქონელი თითქმის არ ეკარება, 0,5 კგ ბალახი მსხვილფეხა საქონლისათვის საშიში არაა. ცხვარი და ღორი იმ შემთხვევაში იწამლება, თუ რამოდენიმე დღის განმავლობაში ამ ბალახით იკვებება. მცირე დოზა არც მათთვისაა საშიში. ქრისტესისხლათი მონამული ღორი ყრუდება.

ლპეპკვი - PERIPLOCA GRAECA L.



Asclepiadaceae-ს ოჯახში შედის. ლედეკეცი მზვიარა (ლიანა) ბუჩქია 30 მეტრამდე სიგრძის ღეროთი. გავრცელებულია დასავლეთ და აღმოსავლეთ საქართველოში. აღმოსავლეთ საქართველოში ყველაზე მეტად იგი მდ. ალაზნის ქალღებშია, დასავლეთში კი კოლხეთის დაბლობის ტყეებში იზრდება.

მისი მოპირისპირედ განწყობილი ფოთლები კვერცხისებრ ლანცეტა ან ლანცეტა ელიფსურია, ხეშეში, ზემოდან უფრო მუქი მწვანე, ქვემოდან კი მკრთალი, ფოთლების კიდეები დაუკბილაგია.

მომწვანო-იისფერი ყვავილები ნახევარქოლგისებრ ყვავილელებშია შეკრებილი და მათი-იენისში იშლება. ყვავილედის საერთო ღერო ფოთლის ილლიდან ამოდის ტოტის კენწრულ ნაწილში. წყვილი რკალისებრი ნაყოფი ფოთლურაა, რომელიც არცთუ იშვიათად წვერში ერთმანეთთანაა შეზრდილი, ძირში კი, ჩვეულებრივ, ერთმანეთთანაა მიახლოებული. ნაყოფი აგვისტო-სექტემბერში მწიფდება, შიგნითა მხრიდან მთელ სიგრძეზე სკდება, ბენეიანი მრავალი თესლი თანდათან გამოსცვივა და ქარის საშუალებით ვრცელდება.

ზღვის დონიდან 400-500 მეტრზე მალა თითქმის არ გვხვდება, სიცივეს ვერ იტანს, ტიპიური მეზოფიტია და ნესტიან ადგილებზე კარგად ხარობს. ლამაზი ყვავილებითა და ხასხასა მწვანე ფერის გამო ფრიად მიმზიდველი მცენარეა, საუცხოო მასალაა ვერტიკალური გამწვანებისათვის ტენით უზრუნველყოფილ ადგილებში.

მედიცინაში ლედეკეცის ქერქს იყენებენ, რომელსაც ადრე გაზაფხულზე, წვენი მოძრაობის დაწყებისთანავე ამზადებენ. იგი საგულე საშუალება გლიკოზიდ პერიპლოცინის შეიცავს, რომელიც სტროფანტინის მსგავსად გულის უკმარისობისას გამოიყენება სისხლის მიმოქცევის მოშლის მიმედ მდგომარეობის დროს. პერიპლოცინის თერაპევტული ეფექტი პულსის ცემის რიცხვის შემცირებაში, გულის კუმშვის გაძლიერებაში, სისხლის მიმოქცევის დაჩქარებაში, სულის ხუთვის შეგრძნების შემცირებასა და დიურეზის (შარდენის) გაძლიერებაში გამოიხატება. ლედეკეცის ქერქის ნაყენიც იმავე დაავადებების წინააღმდეგ გამოიყენება, რისთვისაც პერიპლოცინს იყენებენ.

სტროფანტინისაგან განსხვავებით პერიპლოცინი უფრო ხანმოკლე დროის განმავლობაში მოქმედებს (სსრკ სამკურნალო მცენარეების ატლასი, 1962).

დ. ტუროვას (1974) მიხედვით პერიპლოცინს გულისსხლძარღვთა სისტემის უკმარობის II-III სტადიაზე იყენებენ. აღინიშნება საერთო მდგომარეობის გაუმჯობესება, მცირდება სულის ხუთვის შეგრძნება, გულის ცემა, ხელს უწყობს ძილის აღდგენას. მკურნალობის დაწყებიდან 8-12 დღის შემდეგ ბევრ შემთხვევაში ქრება ციანოზი (სისხლის მიმოქცევის მოშლით გამოწვეული სილურჯე, კანის და ლორწოვანი გარსის გალურჯება), კლებულობს შეშუპება, მცირდება პულსის სისხშირე და დეფიციტი. მოციმიციმე ართიმის დროს ტაქიკარდიის ინტენსივობა მცირდება.

არტერიული წნევა, ჩვეულებრივ, ცოტათი იზრდება (სინდიყის სევეტის 20 მმ-მდე). არტერიული წნევის ნორმალიზებას თან ახლავს საერთო მდგომარეობის გაუმჯობესება, გულის კომპენსაციის აღდგენას. ამავე დროს, როგორც ზემოთ აღინიშნა, სისხლის მიმოქცევის სისწრაფეც იზრდება.

დიდილო - CENTAUREA CYANUS L.

როთუყვავილოვანთა ოჯახის 30-100 სმ სიმაღლის, აბლაბუდისებრბენეიანი, ერთწლოვანი სარეველა ბალახია. ქვედა ყუნწიანი ფოთლები სამკაპი ან ფრთისებრდანაკეთულია, იშვიათად მარტივი (ერთფრთიანი), ყვავილობის ფაზაში ისინი უკვე გამზარია, დანარჩენი ფოთლები ხაზურა და მჯდომარეა მთლიანი (დაუკბილაგი) კიდეებით. კალათა ყვავილეები სათითაოდაა განლაგებული საყვავილე ღეროებზე მცენარის კენწრულ ნაწილში. კალათა ყვავილედი კრამიტისებრ განწყობილი ფოთოლაკებისაგან შედგება. ყვავილსაჯდომი ბრტყელია გრძელი ჯაგრისებრი ბენეებით. კალათა ყვავილედის განაპირა ძაბრისებრი ლურჯი ყვავილები უნაყოფო და არათანაბრად დაკბილულია, კალათას შუა ნაწილში არსებული მილისებრი იისფერი ყვავილები ორსქესიანია. ყვავის იენის-ივლისში. თესლი აგვისტოში მწიფდება. ასარეველიანებს პურის ყანებს, ესპარცეტის ნათესებს, გვხვდება ნასვენ მიწებზე, ბოსტნებში და გზისპირებში.

სამკურნალოდ კალათა ყვავილედის განაპირა უსქესო ძაბრისებრი ყვავილები გამოიყენება,



როგორც შარდმდენი საშუალება, ხალხურ მედიცინაში კი წყალზე ნაყენის სველ საფენებს ურჩევენ თვალების სამკურნალოდ, აგრეთვე ციხედცხელების სანიანალმდეგო საშუალებად. ექსპერიმენტულად დადგენილია, რომ ნახარში და თხევადი ექსტრაქტი, ნაღვლის წვენი და შარდამდენი თვისებების მქონეა (დ.ნ. გოლოვკო, 1962).

ლილილოს კალათა ყვავილედის განაპირა უნაყოფო ძაბრისებ ყვავილებს (1 ჩაის კოვზ ყვავილს) 1 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ და 30 წუთს დგამენ. გაგრილების შემდეგ $\frac{1}{3}$ ან $\frac{1}{2}$ ჭიქა ნაყენს დღეში 2-3-ჯერ სვამენ თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის ანთების, ამ ორგანოების კატარისა და სპაზმების დროს. განსაკუთრებით აღსანიშნავია ლილილოს სპაზმებსანიანალმდეგო თვისებები (მ. ა. ნოსალი, ი. მ. ნოსალი, 1960). ეს ავტორები შარდსაქესო ორგანოების ანთებით გამოწვეული შარდის შეკავების შემთხვევაში იყენებენ: ლილილოს ყვავილის გვირგვინის განაპირა ფურცლები (ძაბრისებრი ფურცლები) - 10 გრ, ანწლის ფესვები - 15 გრ, სიმინდის «ულვანში» - 10 გრ, დათვისკენკრას ფოთლები - 15 გრ, შვიტა - 5 გრ, ქაფუნა - 10 გრ და არყის

კვირტები - 15 გრ. ამ ნარევიდან იღებენ 4 სუფრის კოვზ (ძალიან სავესე) ნედლეულს და 1 ლ ცივ წყალს ასხამენ, დგამენ მთელი ღამის განმავლობაში, დილით 5-7 წუთის განმავლობაში ადუღებენ (ხარშავენ). გაგრილების შემდეგ მთელ ამ ნახარშს ერთი დღის განმავლობაში 5 ჯერზე სვამენ, ე. ი. დღეში 5 ჭიქას, მდგომარეობის გაუმჯობესებამდე.

თვალების სამკურნალოდ (კონიუნქტივიტი) თანაბარწილად იღებენ ლილილოს ყვავილებს, დიდგულას ყვავილებსა და კორდისკილას ბალახს, ამ ნარევისაგან მომზადებული წყლით გამოწვლილის სველ საფენებს იფარებენ თვალბუზე, კარგად გაფილტრულ ამავე ნაყენს თვალში იწვეთებენ (4-5 წვეთის რაოდენობით).

ლილილოს მეორე სახეობის, ე. ნ. მქისეფოთლებიანი ლილილოს ნახარშით ნარმატებით მკურნალობენ ნერვიულ დაავადებებს, 50 გრ ბალახს ფესვებითურთ 1 ლ წყალს ასხამენ და დუღილით 0,5 ლ-მდე დაჰყავთ. სვამენ ნახევარ ჭიქა ნახარშს დღეში 3-ჯერ ჭამის წინ, თბილ მდგომარეობაში. მკურნალობის კურსი 5-6 კვირაა, გვერდითი მოვლენები არ აღინიშნება (ნ. ნ. ბელოზალოვი).

ჰეპატემალი - AMELANCHIER ROTUNDIFOLIA (LAM) DUM-COURS.



ვარდისებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. ყვავიყვამალი 3 მეტრამდე სიმაღლის ბუჩქია, კვერცხისებრი ან ელიფსური, კიდემაკბილული, ქვედა მხრიდან შებუსხვილი, 4 სმ-მდე სიგრძის ფოთლებით. ყვავილი თეთრგვირგვინიანია 1,5 სმ-მდე დიამეტრში, შეკრებილია ფარისებრ ყვავილედად ყლორტების კენწრულ ნაწილში. ნაყოფი მრგვალი და წვნიანია, 8 მმ-მდე დიამეტრში, მომწიფების წინ წითელია, მწიფე კი თითქმის შავი ნაცრისფერი ნაფიფქით. ყვავის აპრილ-მაისში, ნაყოფი ივლის-აგვისტოში მწიფდება. ნაყოფმსხმოიარობას 3-4 წლის ასაკიდან იწყებს და 40 წლამდე გრძელდება.

გავრცელებულია როგორც ბარში, ასევე მთაში ზღვის დონიდან 1900 მეტრამდე. იზრდება მშრალ ხირხატ ნიადაგებზე. ნიადაგური პირობებისადმი საერთოდ დაუდევარი ბუჩქია, ნორმალურად მხოლოდ განათებულ ადგილებში იზრდება. საკმაოდ სწრაფი ზრდით ხასიათდება, მრავლდება თესლით და ვეგეტაციურადაც, ამიტომ შესანიშნავი ბუჩქია ეროზიის სანიანალმდეგო ნარგავებისათვის.

ნაყოფი 12 პროცენტამდე შაქარს, 1 პროცენტამდე ორგანულ მყავეებს, 0,5 პროცენტ მთრიმლავე ნივთიერებებს, დაახლოებით 40 მგ

პროცენტ ასკორბინის მჟავას, კაროტინს და საღებავ ნივთიერებებს შეიცავს. იჭმება ყოველგვარი მომზადების გარეშე, გარდა ამისა, მისგან მზადდება მურაბა, თათარა, ღვინო და სხვა. ხმელი ნაყოფი საუცხოო შემადგენელი ნაწილია კომპოტებისა და კისელისათვის, რომელთაც იგი მომზადვლ შეუფეროლობას აძლევს. ახალი ნაყოფის წვენი შემკვრელი თვისებისა და სამკურნალო სასმელად იყენებენ კუჭის აშლილობის დროს. ფრიად დეკორატიული ბუჩქია, ამიტომ საყურადღებოა გამწვანების მეურნეობისათვის.

ყვანჩალა - STACHYS SILVATICA L.



ტუჩოსანთა ოჯახში შედის. ყვანჩალა 60-120 სმ სიმაღლის, ზედა ნაწილში დატოტვილფეროიანი მრავალწლიანი მცენარეა. 8-15 სმ სიგრძის ფოთლების ძირი გულისნაირია, საერთოდ კი ფოთლის ფორფიტა კვერცხისებრი კონფიგურაციისაა, კიდეხერხებილა და გრძელყუნწაა, გარდა კენწრული ფოთლებისა, რომელთა ყუნწებიც გაცილებით უფრო მოკლეა ქვედა ფოთლებთან შედარებით.

საკმაოდ ხშირი შებუსვის გამო მთელი მცენარე მქისეა. ტყის ქოთანასა და შალამანდილის მსგავსად კენწრულ ნაწილში წებოვან ნივთიერებას გამოყოფს და ხელს ეკერის. ყვავის ივნისიდან სექტემბრამდე, აღმამდგომ მტევენებად შეკრებილ, მუქი-წითელი, ორტუჩა ყვავილებით. ყვავილის ქვედა ტუჩს ტალღისებრ დაკლაკნილი თეთრი ხაზები გასდევს, რაც დიდ სილამაზეს აძლევს ყვავილს. ყველაზე ადრე მტევენის ქვედა ყვავილები იფურჩქნება, შემდეგ კი თანდათანობითა და თანმიმდევრობით ქვემოდან ზემოთ მიმართულებით იშლება ზედა ყვავილებიც.

საერთო გარეგანი შეხედულებით ყვანჩალა ერთი შეხედვით ჭინჭარს მოგვაგონებს. გამოუცდელი ადამიანი აყვავებულ ყვანჩალას შეხედვისთანავე ჭინჭარს ამსგავსებს და ერიდება. ჭინჭრის და

ყვანჩალას პირველი შეხედვისთანავე ერთიმეორისაგან გარჩევა გარკვეული ჩვევების და პრაქტიკული გამოცდილების საქმეა, მითუმეტეს, რომ ორივე ეს ბალახი ტყეში ფართოდაა გავრცელებული.

ყვანჩალა ტიპური ტყის მცენარეა. უფრო ხშირად ნიფუნარებსა და ნაძვნარ-სოჭნარებში გვხვდება, საერთოდ კი ზომიერად ტენიანი ადგილსამყოფელის ტყეებისა და ბუჩქნარების მცენარეა. იგი თაფლოვანია, იძლევა მწვანე ფერის საღებავს, ხოლო თესლი კი 28 პროცენტზე მეტ ზეთს შეიცავს.

მედიცინაში აყვავებული ყვანჩალას მიწისზედა ნაწილები გამოიყენება სამეანო-გინეკოლოგიურ პრაქტიკაში ლოგინობის პერიოდში (საშვილოსნოდან სისხლდენის და საშვილოსნოს ატონიის დროს მისი უკუქცევადი პროცესის განვითარების დასაჩქარებლად), აგრეთვე მეტრორარგიის შემთხვევებში. ექსპერიმენტებით დადგენილია, ყვანჩალას მცირედი ტოქსიკურობა, იგი სედატიურ გავლენას ახდენს ცენტრალურ ნერვულ სისტემაზე, რამდენადმე ამცირებს არტერიულ წნევას, მნიშვნელოვნად აძლიერებს გულის კუმშვის ძალას, ამასთან მის რიტმზე არსებით გავლენას არ ახდენს; საშვილოსნოს მუსკულატურის კუმშვასა და ტონუსს ამაღლებს. საერთოდ ყვანჩალა ფარმაკო-ქიმიურად ჯერ კიდევ ნაკლებადაა შესწავლილი (ლ. დ. ალექსევა, ა. ა. პანკოვა, ა. ი. შრეტერი, 1962).

ყვითელი ნიგვზისძირა - GEUM URBANUM L.



ვარდისებრთა ოჯახს ეკუთვნის. ნიგვზისძირას აჭარამი ეძახიან მარიამხელას. 30-60 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი მცენარეა. ღეროსა და ფოთლების ყუნწებზე შეიმჩნევა რბილი ბეწვები. ქვედა ფოთლები წყვეტილფრთისებრი და გრძელყუნწაა 2-4 წყვილი სეგმენტით. კენწრული სეგმენტი გაცილებით დიდია სხვა სეგმენტებთან შედარებით. სეგმენტთა ფორმა მოგრძო რომბულია, ძირში სოლისებრი შეუინროებით და კიდეებში მსხვილადაა დაკბილული.

ყვავის აღმამდგომი ყვითელი ყვავილებით აპრილ-აგვისტოს განმავლობაში, თესლი აღჭურვილია კაუჭა დანამატებით, რითაც საქონელს ეკერის და შორ მანძილზე ვრცელდება.

ხშირად გვხვდება კალთაშეთხელებულ მუხნარებში, ტყის პირებსა და ბუჩქნარებში, აგრეთვე ბაღებში. მისი ფესურა საკვებად ვარგა, ზოგან მას ლუდში ხმარობენ იმისათვის, რომ არ დამყავდეს.

ხალხურ მედიცინაში ნიგვზისძირას ფესურასა და ფესვებს ფხვნილის სახით თაფლში არეულს ხველების წინააღმდეგ იყენებენ, 1 გრ ფხვნილი დღეში 3-4-ჯერ. ფესვების გამონახარში იხმარება კუჭისა და ნაწლავების კატარის წინააღმდეგ. გარდა ამისა ნიგვზისძირა გამოიყენება მალარიისა და თირკმლების სამკურნალოდ. რეკომენდებ-

ულია დიზენტერიის, პირღებინების, ლეიძლის და ნალვლის ბუშტის სამკურნალოდ. პირის ღრუში არა-

სასიამოვნო სუნის გასაქრობად ივლებენ მის გამონახარსს.

გამონახარსის მოსამზადებლად ივლებენ 30 გრ ფესვებს და ასხამენ 240 გრ მდულარე წყალს. მიიღება თითო ჩაის კოვზი ყოველ ორ საათში. კარგია მისი ღვინოზე ნაყენიც. 60 გრ ფესვებს ასხამენ 0,5 ლიტრ ღვინოს, რამოდენიმე დღის შემდეგ ივლებენ თითო სუფრის კოვზს დღეში ორჯერ.

შავი მოცხარი - RIBES NIGRUM L.



ხურტკემლისებრთა ოჯახში შედის. შავი მოცხარი 1,5 მ-მდე სიმაღლის ბუჩქია, 3-5 ნაკვთიანი სურნელოვანი ფოთლებით, რომელნიც ზემოდან მუქი მწვანეა, ქვემოდან კი უფრო მკრთალი, ძარღვების გაყოლებით ბუსუსიანი. ყვავილები მონითალო რუხია, ფართო ზარისებრი, სიგანეში 1 სმ-მდე, 5-10 ცალი შეკრებილია თავჩაქინდრულ მტევენად. ნაყოფები შავია, იშვიათად შავი-მონაცრისფრო, ბურთისებრ მრგვალი, 1 სმ-მდე დიამეტრში. ყვავის მაის-ივნისში, ზოგან უფრო ადრეც, იმის მიხედვით თუ რა სიმაღლეზე იზრდება ზღვის დონიდან. სხვადასხვა პირობებში ერთ შექტარზე 50-დან 300 კგ-მდე მოსავალს იძლევა, საუკეთესო პირობებში კი 1850 კგ/ჰექტ. ნაყოფი ივლის-აგვისტოში მწიფდება. ფართოდ კულტივირებული ბუჩქია.

ნაყოფი შეიცავს 10-13 პროცენტ შაქრებს, 2,6-3,7 პროცენტ თავისუფალ მჟავებს (ლიმონის, ვაშლის, ღვინის), 1 პროცენტამდე პექტინურ ნივთიერებებს, მთრიმლაგ და საღებავ ნივთიერებებს, P, B₁ და A ვიტამინებს, განსაკუთრებით მდიდარია C ვიტამინით (1400-1500 მგ პროცენტი, კულტივირებულ ფორმებში - 4000-მდე მგ პროცენტი), ამ მხრივ იგი მხოლოდ ასკილსა და აქტინიდიას (კივი) ჩამორჩება. ნაყოფი იჭმება ხილად, აგრეთვე ხარშავენ მურაბას, ხილფაფას, კისელს,

კომპოტს და ამზადებენ გამაგრილებელ სასმელებს. მაღალ ტემპერატურაზე ვიტამინი C იშლება, ამიტომ შესანახად შაქრის ფხვნილში ურევენ და ისე ინახავენ ნაყოფებს ტემპერატურული დამუშავების გარეშე. განთქმულია შავი მოცხარის ღვინოები, რომელთაც ყირგიზეთისა და ყაზახეთის ქარხნებში უშვებენ. ფოთლები და კვირტები 0,7 პროცენტ ეთერზეთს შეიცავენ და იხმარება ნაყენების და ლიქიორების წარმოებაში. ფოთლები ბურახის, სოკოების, კიტრის და პომიდვრის დამწნილებისას მათი არომატიზირებისათვის იხმარება.

შავი მოცხარის ნაყოფი და ფოთლები გამოიყენება ავიტამინოზის დროს. ხალხურ მედიცინაში ნაყოფს იყენებენ ოფლმდენ, კუჭის აშლილობის საწინააღმდეგოდ და შარდმდენ საშუალებად. ფოთლებს კი რევმატიზმის სამკურნალოდ, ოფლმომგვრელ და დიათეზის საწინააღმდეგოდ იყენებენ (სსრკ სამკურნალო მცენარეთა ატლასი, 1962).

შავი მოცხარის ნაყოფს იყენებენ აგრეთვე სისხლნაკლებობისა და ხველების დროს, მადის მოსაგვრელად. ხალხურ მედიცინაში ვ.გ. მინაევას (1970) ცნობით შავი მოცხარის ნაყოფისა და ფოთლების გამონახარსს იყენებენ ხველების, ჰიპერტონიის, რევმატიზმის წინააღმდეგ, აგრეთვე როგორც ოფლმომგვრელ და შარდმდენ საშუალებად. ფოთლებისა და კვირტების ნაყენი გამოიყენება როგორც სუსტი გამხსნელი საშუალება სიყვითლის და სისხლნაკლებობის დროს. ზოგჯერ ნაყოფის, ფოთლების და ქუჩის ნაყენს იყენებენ ნივთიერებათა ცვლის მოშლის დროს, გაცივიტისა და ყივანახველის, სამარდებ შემტის დაავადებების და თირკმლის კენჭოვანი დაავადების სამკურნალოდ.

კუჭის წყლულის დროს ნაყოფის წვენს სვამენ დაახლოებით 60-90 გრ-ს დღეში სამჯერ (მ. ა. და ი. მ. ნოსალები, 1960).

შავი მოცხარის ფოთლებს, კვირტებს და ნაყოფს, ეთერზეთთან ერთად, დეზინფექციის თვისებები გააჩნიათ. ფოთლებისა და ნაყოფის პრეპარატი სპობს დიზენტერიის ჩხირებს.

შავი მოცხარის, ყოლოს და მოცვის ფოთლები, ასკილის ნაყოფთან ერთად ვიტამინის კომპლექსის შემცველობისაა. ამიტომ იგი საუკეთესო საკვებად ითვლება ადრე გაზაფხულზე ავიტამინოზის დროს. ამ მიზნით ნაყოფის შეკრავების შემდეგ ახალგაზრდა ფოთლებს ამზადებენ შემოდგომაზე და ზამთარში ჩრდილში ახმობენ.

პრეპარატს ამზადებენ შემდეგნაირად: 5 სუფრის კოვზ მშრალ ან ახლად დაკრეფილ, წვრილად დაქუცმაცებულ ფოთლებს ათავსებენ მინის ან ემალის ჭურჭელში (უმჯობესია ჰერმეტიულად, თერმოსში) დგამენ 40-60 წუთს. მიიღება ჩაის სახით შაქრის დამატებით დღეში 5-6 ჭიქა.

შავწამალა - SCROPHULARIA NODOSA L.



შავწამალასებრთა ოჯახს ეკუთვნის. შავწამალა 50-125 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, ფესვურიანი მცენარეა ოთხნახნაგოვანი ღეროთი. ფესვურა შედარებით მოკლე და ბოლქვისებურად გამსხვილებულია (ცრუბოლქვი).

ნაპირებში ორმაგხერხებილა, წაგრძელებულ კვერცხისებრი ფოთლები ღეროზე ერთიმეორის მოპირდაპირედ ჯვარედინადაა განლაგებული.

მოყავისფრო მწვანე ყვავილები კენწრულ მეჩხერ საგველადაა შეკრებილი. ყვავის ივნის-ივლისის თვეებში. იზრდება ნესტიან ადგილებში ტყის კალთის ქვეშ, ტყის გზებისა და ნაკადულების პირას. გვხვდება უფრო ხშირად ნიფლნარებში, ნაძვნარ-სოჭნარებში, ტყისპირებში, არხების პირას და სხვა.

შავწამალა შხამიანი მცენარეა. განსაკუთრებული ტოქსიკურობით მისი ფესვურა გამოირჩევა.

ხალხური მედიცინა სამკურნალოდ ფესვურებს იყენებს უძილობის, თავის ტკივილის, ეგზემის, ჩიყვის, ბლერის (მუნის) და სხვა დაავადებების წინააღმდეგ. აფხაზები მკურნალობენ თირკმლებს, ჩინეთში

ცნობილია, როგორც კიბოს საწინააღმდეგო საშუალება.

ძლიერი შხამიანობის გამო საშიშია ადამიანისათვის და მხოლოდ განსაკუთრებულ შემთხვევაში თუ დაიშვება მისი სამკურნალოდ გამოყენება და ისიც ექიმის უშუალო მეთვალყურეობით.

შალამანდილი - SALVIA GLUTINOSA L.



ტუჩოსანთა ოჯახში შედის. შალამანდილი 50-150 სმ სიმაღლის ოთხნახნაგოვანღეროიანი მრავალწლიანი მცენარეა. მისი 3-4 სმ სიგრძის, ღეროს ზედა ნაწილში მტევნისმაგვარ ყვავილედად თანამოყრილ ყვითელ ყვავილებზე დაკვირვებით მუქი ფერის პატარა ლაქები შეიმჩნევა. ყვავილი ორტუჩიანია. ქვედა ტუჩი თავის მხრივ ორადაა გაყოფილი. ზედა კი მთლიანი და რამდენადმე მოღუნულია.

თხელი, დიდი ზომის გულისებრ-ისრისებური ფოთლების ფირფიტები კიდდაკბილულია. ღეროს შუა და ქვედა ნაწილში განლაგებული ფოთლები შედარებით უფრო დიდი და გრძელყუნწიანია, ზედა ფოთლები ჩვეულებრივ პატარა ზომისაა. შალამანდილისათვის, კერძოდ მისი ღეროს კენწრული ნაწილისათვის, დამახასიათებელია ნებოვნება, რის გამოც ხელს ეკვრება.

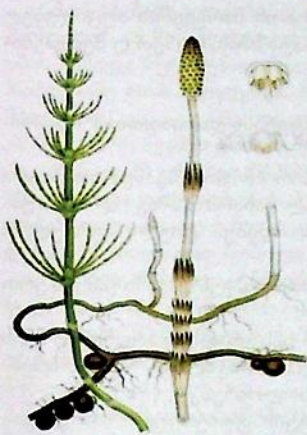
ყვავის ივნისიდან სექტემბრის ბოლომდე. ტენიანი ადგილების მცენარეა, თუმცა ზოგან შედარებით მშრალ ადგილებზეც სახლდება. გვხვდება უმთავრესად ტყეებში (ნაძვნარ-სოჭნარები, ნიფლნარები და სხვა), ტყისპირებსა და ბუჩქნარებში. თავლოვანი მცენარეა, ამასთან საკმაო რაოდენობით შეიცავს ეთერზეთს. ფოთლებისაგან ამზადებენ

წყლიან და სპირტიან ნაყენებს.

ხალხურ მედიცინაში მთელ მცენარეს იყენებენ გულმკერდის არეში ტკივილების დროს, აგრეთვე კენჭოვანი დაავადებების სამკურნალოდ, მდულარე წყლით დათუთქული ან ნედლი ფოთლების დაფენა ჩირქოვანი მუნუკების განკურნების საუკეთესო საშუალებაა.

შპიტა 806ფრის - EQUISETUM ARVENSE L.

შვიტასებრთა ოჯახს ეკუთვნის. შპიტა (აჭარაში ეძახიან ნაძვბალახას, ზემო იმერეთში - ცხენის ბუას), მრავალწლიანი ფესვურიანი ბალახია. შავი-მოყავისფრო დამუხლული ფესვურა გრძელი და მხოხავია, ხშირად მრგვალი კოყრებით (ეს კოყრები იჭმება, განსაკუთრებით შემწვარი), თავისი გემოთი რამდენადმე კარტოფილს მოგვაგონებს. ღერო ორგვარია - გენერაციული და ევეგეტაციური. გენერაციული ღეროები ადრე გაზაფხულზე ამოდის წვერზე ცილინდრული სპორანგიუმით. ეს ღერო



მარტივია (ე.ი. დატოტვილი არაა) რუხი-მოყავისფრო, 25 სმ-მდე სიმაღლის, მთელ სიმაღლეზე წვრილად დაღარული, ვაგინისებრი საბურველებით. ვეგეტაციური ღერო უფრო გვიან ამოდის დაღარული ღეროთი, რომელიც თითქმის მინის პირიდანვე რგოლტვიტით ხასიათდება 10-15 სმ სიმაღლით, ტოტების რაოდენობა თითოეულ რგოლში 6-18 ცალის ფარგლებში მერყეობს, რომელნიც რამდენადმე რკალისებრ მოხრილი ზეაღმართულნი არიან და ღეროს მიმართ მახვილ კუთხეს ქმნიან. თითოეული ტოტი მარტივია (ე.ი. განტოტვილი არაა) და 4-5 წიბოიანია. რედუცირებული ფოთლების სახით წარმოადგენილი ვაგინები ღეროზე ცილინდრულია, 4-8 მმ სიგრძის, სამკუთხა-ლანცეტა, შავი მორუხო, 2-3 ერთად შეზრდილი, თეთრარშიანი კბილებით. ტოტების ვაგინები 4-5 კბილიანია.

მრავლდება სპორებით და ფესვურის კოყრებიდან მიღებული ამონაყარით. სპორები აპრილ-მაისში მწიფდება.

ვეგეტაციური ღეროები და ტოტები 28 პროცენტამდე სილიციუმმზავაა შეიცავს, გარდა ამისა მათში მოიპოვება ალკალოიდები, ფლაონოიდები, საპონინები, კაროტინი, ასკორბინის მჟავა. გენე-

რატიული ღეროები იჭმება.

მედიცინაში შვიტას ვეგეტაციური ღერო და ტოტები (მინის ზედა ნაწილები) გამოიყენება. შვიტას პრეპარატები შარდმდენ საშუალებად გამოიყენება არასაკმარისი სისხლმიმოქცევით გამოწვეული შეშუპების დროს, აგრეთვე საშარდე ბუშტისა და შარდსადინარების ანთებითი პროცესების და პლევრიტის სამკურნალოდ. გარდა ამისა, მას ხმარობენ საშვილოსნოდან და ბუასილის დროს სისხლის დენის შესაჩერებლად (ვ. ბ. კუვავეი, 1962).

შვიტას სამკურნალო ღირსებებს უფრო ვრცლად ახასიათებს მედიცინის მეცნიერებათა დოქტორი ა. დ. ტუროვა (1974), რომელიც აღნიშნავს, რომ შვიტას უფრო გამოხატული დიურეზული თვისება გააჩნია დიურეზთან და თირკმლის ჩაისთან შედარებით. იგი ორგანიზმიდან გამოდევნის ტყვიას, ამიტომ შესაძლოა რეკომენდებული იქნას ტყვიით მოწამვლისას. თანმხლები გართულებები მას არ ახასიათებს, იღებენ გულის ქრონიკული უკმარისობის დროს როგორც მარტო შვიტას, ასევე სხვა დიურეზულ საშუალებებთან ერთად (კალიუმის აცეტატი, თირკმლის ჩაი, ყურძნის წვენი), აგრეთვე საგულე გლიკოზიდებთან ერთად, შარდსადინარების დაავადებისას (ცისტიტები, ურეტრიტები) დათვიყურას ნახარშთან ერთად. პროფილაქტიკის მიზნით იყენებენ ტყვიით ქრონიკული და მწვავე მოწამვლის დროს, საშვილოსნოდან და ბუასილური სისხლდენის დროს.

შვიტას წვენი და ნაყენი გამოცდილი იქნა ქართული მკვლევარების მიერ (ვ. გერსამია), როგორც დიურეზული საშუალება. წვენი უნიშვნვანდენ ავადმყოფებს, რომელთაც გულის უკმარისობის ნიადაგზე გამოწვეული შეშუპება შექონდა, 15 მლ დღეში სამჯერ, რის შედეგადაც დიურეზის მომატება აღინიშნა. დიურეზის მომატება მკურნალობის მეორე დღიდან აღინიშნა, თანდათან ძლიერდებოდა და მაქსიმუმს პრეპარატის მიღებიდან მესამე-მეოთხე დღეს მიაღწია. პრეპარატის მოხსნიდან მეორე-მესამე დღეს შარდის გამოყოფა მცირდება.

შვიტას ნაყენის (15 გრ შვიტას ბალახი 180 მლ წყალზე) ყოველ ორ საათში თითო სუფრის კოვზით მიღებამ დიურეზის გაძლიერება გამოიწვია. ამ მონაცემების ბაზაზე ვ. გერსამია შვიტას ფართოდ გამოყენების რეკომენდაციას იძლევა, როგორც არათოქსიკური და უვნებელი საშუალებისა, რომლისთვისაც დამახასიათებელი არაა თანმხლები გართულებები, ე. წ. გვერდითი მოვლენები, როგორც ამას პროფესიონალი ექიმები უწოდებდნენ.

სხვა ავტორთა მონაცემების მიხედვით შვიტა თირკმლების გაღიზიანებას იწვევს, ამიტომ მისი გამოყენება ყოველთვის უსაფრთხო არაა, ნეფრიტის დროს შესაძლოა თირკმლების გაღიზიანება, ამიტომ ასეთ შემთხვევაში, ა. ტუროვას აზრით შვიტას გამოყენება მიზანშეუწონელია.

შვიტას ნახარშს შემდეგნაირად ამზადებენ: ბალახს აქუცმაცებენ არა უმეტეს 3 მმ სიგრძის ნაჭრებად, ასხამენ ოთახის ტემპერატურის წყალს 1:10 შეფარდებით, ადუღებენ 30 წუთი ნელი დუღილით, აგრილებენ 10 წუთს, ფილტრავენ (წურავენ), ბალახის ნარჩენ მასასაც ხელით წურავენ.

შვიტას წყლით გამონაწვლილს (4 ჩაის კოვზი წვრილად დაჭრილი ბალახი 2 ჭიქა მდულარე წყალზე), გამონაწვლილის კარგად გამოცემის შემდეგ სვამენ ერთი დღის განმავლობაში. შვრიტას ექსტრაქტს თითო ჩაის კოვზს დღეში 2-3-ჯერ სვამენ.

მ.ა. ნოსალისა და ი.მ. ნოსალის (1960) აღწერით უკრაინის ხალხური მედიცინა შვიტას ძალიან პოპულარულ საშუალებად მიიჩნევს, თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის მკურნალობაში. შვიტას ნახარშს (30 გრ ხმელი შვიტა 1 ჭიქა წყალზე, სვამენ დღეში 2-3 ჭიქას) ხალხის რწმენით თირკმლის კენჭის დაშლის თვისება გააჩნია, ამცირებს ტკივილებს საშარდე ბუშტის არეში და ცილების რაოდენობას

შარდში, შარდსადინარებს წმენდს ყოველგვარი დანალექებისაგან, შვიტა იმ ნარევების აუცილებელ კომპონენტად მიაჩნიათ, რომელთაც იყენებენ ნიკრისის ქარისა და რევმატიზმის, აგრეთვე შეშუპება-თანმხლები დაავადებების სამკურნალოდ.

შვიტა სხვადასხვა ბალახნარევებში:

1. მტკივნეული შარდვისას სვამენ თანაბარი რაოდენობით აღებულ შვიტასა და სააფთიაქო გვირილას ცხელ ნახარშს დღეში 3 ჭიქას.

2. საშარდე ბუშტის სპაზმების დროს ყლუპ-ყლუპობით, მაგრამ ხშირ-ხშირად სვამენ თანაბარი რაოდენობით შერეული შვიტას ბალახისა და ლილილოს ყვავილების ცხელ ნახარშს. ამავე დროს ბუშტის არეში მასაჟებს იკეთებენ, ამის შემდეგ მუცლის ქვედა არეში იდებენ ცხელი ორთქლით დაორთქლილი შვიტათი ავსებულ თხელი მატერიის ტომსიკას.

ვ. გ. მინაევას (1970) მიხედვით ხალხური მედიცინა, ჩვეულებრივ, შვიტას ნაყენს სვამს (20 გრ ერთ ჭიქა წყალზე).

ამ დოზას იღებენ ერთი დღის განმავლობაში. გარდა ამისა იყენებენ ექსტრაქტს შარდმდენი ჩაის სახით. შვიტა ეფექტური სისხლშემადგებელი საშუალებაა ფილტვებიდან, საშვილოსნოდან, თირკმლებიდან, ცხვირიდან და ბუასილური სისხლდენის დროს (გუბერგრიცი, სოლომჩენკო, 1968).

ზოგი ექიმი აღნიშნავს შვიტას კარგ მოქმედებას ჭაბუკებში ფილტვის ტუბერკულოზის საწყის ფორმაში (ტომილინი, 1959). ღამით ბავშვებში შარდშეუკავებლობის შემთხვევაში ხმარობენ შვიტასა და კრაზანას ბალახნარევის წყლიან გამონაწვლილს (ვ. გ. მინაევა, 1970).

ბულგარეთის მედიცინაში აღიარებულია, რომ შვიტას შემკერელი, ჰემოსტატიკური, შარდმდენი და ჩირქსანიინალმდეგო თვისება გააჩნია. სვამენ ფილტვების ანთების და ტუბერკულოზის დროს, როგორც დამხმარე საშუალებას კლინიკური მკურნალობის პერიოდში და საშარდე ორგანოების დაავადებისას.

დასალებად გამოიყენება შვიტას წყლიანი გამონაწვლილი: 4 ჩაის კოვზი დაქუცმაცებული შვიტა ორ ჭიქა მდულარე წყალზე (ორი დღის დოზა); სვამენ ყლუპ-ყლუპობით. ბულგარეთშიც მიაჩნიათ, რომ თირკმლების ანთების დროს შვიტას გამოყენება საზიანოა (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოჩინოვი, 1968).

მატყლის ყვითლად და მწვანედ შესაღებადაც ხალხი შვიტას იყენებს.

შვრია – AVENA SATIVA L.



შვრია ცნობილი ხორბლოვანი სათესი კულტურული მცენარეა. ფოთლები გრძელი ხაზურ-ლანცეტისებრი და გრძლად წანვეტებულია. ყვავილები მწვანეა და ორყვავილიან თავთუნებადაა შეკრებილი გაფარჩხულ საგველა ყვავილედში. ყვავის მის-ივისში.

სამკურნალოდ შვრიის ბურღული, ფქვილი და ბზე (წვრილად დაქუცმაცებული ღერო-ფოთლები) გამოიყენება. ბურღული და ფქვილი დიეტური საშუალებებია, ბზე კი სამკურნალო. შვრიის ფქვილისაგან კისელს ამზადებენ, რომელსაც ყუათიან საკვებად იყენებენ კუჭ-ნაწლავის დაავადების დროს, აგრეთვე შიგშემომგარსველ საშუალებად კუჭის აშლილობის დროს, ამავე შემთხვევებში შვრიის ბურღულის მწვანე ნახარშიც გამოიყენება. შვრიის ბზის ნახარში და ჩაი ხალხში აღიარებული ოფლმომდენი, გაზების გამომდენი და შარდმომდენი საშუალებაა. ნახარშს მუცლის არეში განვითარებული წყალმანკის სამკურნალოდაც იყენებენ, რაც ხშირად თირკმლების დაავადების შემთხვევაში წარმოიშობა ხოლმე. მასვე ხმარობენ სიცხის დასაწვევად. შვრიის ბზის ნახარშის მოსამზადებლად 30-40 გრ ბზეს 1 ლ წყალს ასხამენ და რამდენიმე წუთს ადულებენ.

გარეგან სახმარად რაქიტთან და სიყვითლით შეპყრობილ ბავშვებს მის ნახარში აბანავენ. კოცენტრირებული ნახარშით ფეხებს იბანენ მათი ოფლიანობის საწინააღმდეგოდ ყოველდღე 15-20 წუთის განმავლობაში. ხშირად მას მუხის ქერქის ნახარშსაც ურევენ (მ. ა. ნოსალი, ი. მ. ნოსალი, 1960).

სიყვითლით შეპყრობილი ბავშვებისათვის საუცხოო საკვებია შვრიის ბურღულის წვნიანი შეჭამანდი („სუმი“). ბავშვებში შარდშეუკავების შემთხვევაში სასარგებლოა მათ მივცეთ შვრიის მარცვლის წყალზე ნაყენი. შვრიის თესლის ნახარში თაფლით შესანიშნავი საშუალებაა რაიმე დაავადებით დაუძლურებულთა მოსამარებლად. დასალებად ამზადებენ შვრიის მარცვლის ნახარშს (1 სუფრის კოვზი შვრიის მარცვლები 1 ჭიქა წყალზე) ადულებენ დიდხანს.

შვრიის მარცვლის ნახარშს რძესა და თაფლთან ერთად შემდეგნაირად ამზადებენ: 1 ჭიქა შვრიის მარცვალს ან მის ბურღულს 5 ჭიქა წყალს ასხამენ და დუღილით ამ სითხის ნახევარს აორთქლებენ. ამის შემდეგ წურავენ და მიღებულ ნახარშს თანაბარი რაოდენობის რძეს ურევვენ, რომელსაც კვლავ რამდენიმე ხანს ადუღებენ. მიღებულ ნადულარ სითხეს 4 ჩაის კოვზ თაფლს უმატებენ (გემოვნების მიხედვით) და კიდევ წამოადუღებენ. მიღებულ ფრიად ყუათიან და სასაიმოვნო სასმელს ვაცივებამდე ან შემთბარს სვამენ ერთი დღის განმავლობაში 2-3-ჯერზე.

შვრიის 20 გრ ბზეს 200 მლ წყალს ასხამენ, ან ერთ ვედრო წყალზე 300 გრ ბზეს იღებენ, რომელსაც აბაზანებისათვის იყენებენ. შვრიის კისელის მოსამზადებლად მის ბურღულს მთელი ღამე წყალში ალბობენ. დილით ნაყენს წურავენ და შემდგომ ადუღებენ, ამ გზით მიიღება კისელი, ხოლო განწურვის შემდეგ დარჩენილი დალბობილი ბურღულისაგან ქაშას (ფაფას) აკეთებენ (ა. პ. პოპოვი, 1974).

შვრიის მარცვლის ნახარშს, აგრეთვე მისი ბზესაგან დაყენებულ ჩაის შაქრიანი დიაბეტისა და სიყვითლის სამკურნალოდ იყენებენ (ი. ნურალიევი, 1989).

შვრიის ბზეს წყლის გამონაწვლილი მასტიმულირებელ საშუალებად გამოიყენება ნერვებად-უსტებულობის შემთხვევებში, აგრეთვე მადის მომგვრელად და უძილობის საწინააღმდეგოდაც იყენებენ.

შვრიის ბზეს აბაზანები რეკომენდებულია რევმატიზმის, იშიახის, კანის დაავადებების, დაზრობის (ხელ-ფეხის, ცხვირის ან ყურების ყინვით დაზიანების), სიყვითლისა და რაქიტის შემთხვევებში.

ბრონქიტისა და სულისხუთვის შემთხვევაში რეკომენდებულია შვრიის რძით გამონაწვლილი. საამისოდ იღებენ ნახევარ ჭიქა შვრიის მარცვალს და ორ ლიტრ რძეს ასხამენ, რომელსაც ცხელი ლუმელის ფურნაკში 1,5-2,0 საათის განმავლობაში დგამენ (შესაძლოა 5 წუთის განმავლობაში ვადულოთ და თერმოსში ჩავსახათ, სადაც 2-3 საათს უნდა გავაჩეროთ). მიღებულ გამონაწვლილს თითო ჭიქას სვამენ ძილის წინ (გ. ი. ზავრათანოვი, 1972; ი. ნურალიევი, 1989).

შვრიის გამოყენებისას ზოგი უხერხულობებიც შესაძლოა წარმოიქმნას: გაზების დაგროვება, რის გაქრობაც შესაძლოა ლიმონის, კომმის ან ზეთის მიღებით (ი. ნურალიევი, 1989).

შვრიის მარცვლის ლორწოვანი ნახარში თანამედროვე მედიცინაში გამოიყენება ვირუსული ჰეპატიტის, ენტეროკოლიტის, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულისა და სხვა დაავადებების შემთხვევებში.

ეგზემის, ქრონიკული დერმატიტისა და დიათეზის სამკურნალოდ რეკომენდებულია თავთუნების კბილებმოუცილებელი მარცვლის (საბურველისაგან გამოურჩეველი თესლის) ნახარშის სველსაფენების გამოყენება.

მშრალი კანის კოსმეტიკაში გამოიყენება შვრიის ღერძისაგან მომზადებული ნილაბი (ს.ი. სოკოლოვი თანაავტორებთან ერთად, 1984). შვრიის მოხმარების წესები:

1) 1 სუფრის კოვზ შვრიის მარცვალს 2 ჭიქა წყალს ასხამენ და 30-40 წუთი ხარშავენ. სვამენ ნახევარ ჭიქას დღეში სამჯერ ჭამის წინ.

2) 1 ჭიქა შვრიის მარცვალს 1 ლ წყალს ასხამენ, დუღილით ნახევარ ლიტრზე დაჰყავთ, წურავენ და ამ ნახარშს 2 ჭიქა რძეს უმატებენ, ამის შემდეგ კიდევ წამოადუღებენ. სვამენ 0,5-1,0 ჭიქას დღეში სამჯერ ჭამის წინ.

3) 100 გრ შვრიის მარცვალს 1 ლ მდულარე წყალს ასხამენ და 8-12 საათის განმავლობაში დგამენ ოთახის ტემპერატურაზე. სვამენ ნახევარ ჭიქას დღეში სამჯერ შაქრიანი დიაბეტის სამკურნალოდ.

4) აბაზანების მისაღებად 1 კგ შვრიის ბზეს 10 ლ წყალს ასხამენ, 30 წუთს ადუღებენ, ნახარშს აბაზანაში არსებულ თბილ წყალში უმატებენ და ამის შემდეგ იღებენ აბაზანებს.

შ06წ0 - CORNUS MAS L.

შინდისებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. შინდი ბუჩქია, მაგრამ ზოგან 8 მეტრამდე სიმაღლის ხედაც იზრდება, ნაცრისფერ-მომწვანო ტოტებით, რომლებზედაც ერთიმეორის პირისპირ განლაგებულია ელიფსური, კვერცხისებრი ან ლანცეტა კიდემთლიანი ფოთლები, რომელთაც 3-5 გვერდითა რკალისებრი ძარღვი აქვთ, თანაფოთლები მას არ გააჩნია. ფოთლის სიგრძე 10 სმ-მდე აღწევს. ყვავილეების ძირში გარშემო განლაგებულია 4 სიფრიფანა ფოთოლაკიანი საბურველი. ყვითელი ყვავილები ბუჩქის შეფოთვლამდე იშლება.

ნაყოფი უურკიანია, წითელი, დასაწყისში მწკარტე, შემდგომ კი მომყავო-ტკბილი. ყვავის ადრე გაზაფხულზე, უფრო ხშირად მარტში, მთაში კი აპრილში. ნაყოფი აგვისტო-სექტემბერში მწიფდება. მრავლდება თესლით და ვეგეტაციურადაც, ცოცხლობს 250 წლამდე. შინდი ვაცილებით დიდი რაოდენობით გვხვდება ბარში, მაგრამ არც თუ იშვიათად გვხვდება იგი მთაშიც 1500 მეტრამდე სიმაღლეზე ზღვის დონიდან.



შინდის ნაყოფი 10 პროცენტ შაქარს, 2-3,5 პროცენტ ორგანულ მყავებს და 55 მგ პროცენტ ვიტამინ C- ს შეიცავს. გამოიყენება მურაბისა და კომპოტის, ხილფაფისა და მარმელადის, გამაგრებელი სასმელებისა და ლიქიორის დასამზადებლად. ნედლ და ხმელ ნაყოფს იყენებენ როგორც სანებელ-სანელებელ ხორციანი კერძებისათვის.

მერქანში, ქერქსა და ფოთლებში დიდი რაოდენობითაა მთრიმლავი ნივთიერებები, რომელნიც ტყავს თრიმვის პროცესში ყვითლად ღებავენ, ქერქსა და ფოთლებს ქსოვილების შესაღებადაც იყენებენ. საუცხოო თაფლოვანი მცენარეა, ამ მხრივ შინდის მნიშვნელობა იმიტია დიდი, რომ იგი ადრე გაზაფხულზე უმასპინძლდება ფუტკარს მიმზიდველი ნექტარით. ამ დროს ბევრი მცენარე კვლავ მიძინებულია და ამიტომ შინდი ადრე გაზაფხულზე ფუტკარის გაჭირვების ტალკვესია. შინდი ამავე დროს ფართოდ კულტივირებული მცენარეა.

ნაყოფი შეიცავს პექტინებს, მოქმედებს შემკვრელად ფალარათის დროს, გამოიყენება ჩაის სახით: 8-10 გრ ხმელი ნაყოფი ერთ ჩაის ჭიქა მდულარე წყალზე (სადღელამისო), რეკომენდებულია ფალარათისა და კუჭიდან სისხლის დენის დროს.

შმაგა - ATROPA CAUCASICA KREYER BELLADONA AUCT. CAUC.



ძალეყრძენასებრთა ოჯახს ეკუთვნის. შმაგა მრავალწლიანი, დატოტვილი მსხვილფეხურია, 1-2 მ (იშვიათად 3 მ) სიმაღლის მცენარეა. მის ზედა ნაწილში უხვად დატოტვილი, სწორმდგომი, მწვანე, ზოგჯერ მოიისფრო ელფერის ღერო უხვადაა შეფოთილი.

ღეროს ქვედა ნაწილის მოკლეყუნწიანი, განიერი, მოგრძო კვერცხისებრი ელიფსური, კიდემთლიანი ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული. კენწრული, უფრო მოკლეყუნწიანი ფოთლები კი წყვილწყვილადაა განწყობილი, რომელთაგან ერთი ჩვეულებრივ უფრო დიდია მეორესთან შედარებით.

გრძელყუნწიანი, მღვრიე სოსანის ფერის, თაჯაქინდრული, ზარისებრი ყვავილები მთელ ვარჯშია გაბნეული ღეროს განტოტვებებსა და ფოთლების ილღებთან სათითაოდ ან რამდენიმე ცალიან ჯგუფებად.

ყვავილის ხუთ ნაწილად გაყოფილი ჯამის თითოეული ნაკეთი გრძლად ნაწვეტილი ან კვერცხისებრია. დაყვავილების შემდეგ ჯამი ნაყოფის ძირშივე რჩება.

ნაყოფი ქვემოდან ოდნავ შებრტყელებული, მოიისფრო-შავად მბრწყინავი წვნიანი კენკრაა. ყვავის ივნისიდან შემოდგომამდე.

ნაყოფის სიმწიფე ივლისიდან იწყება.

გვხვდება როგორც ფოთლოვან ისე წიწვოვან ტყეებში, მაგრამ უფრო ხშირად ნიფლნარ ტყეებში, მცირე ფართობიან ყალთალებსა და ნაკადულების პირასაა.

მედიცინაში გამოიყენება ფოთლები, მთლიანი ან დაჭრილი ბალახი და მინისქვედა ნაწილები.

სამრეწველო მიზნებისათვის შმაგას მოპოვება გაძნელებულია გავრცელების ზონებში მისი სიმცირის გამო, ამიტომ რენტაბელურია კულტურაში გამოყვანა.

შმაგასგან დამზადებულ პრეპარატებს მეცნიერული მედიცინა ძალიან ფართოდ იყენებს ტკივილების გამაყურჩებლად კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის, ნაღვლის ბუშტის ჩირქოვანი ანთების, ნაღვლის ბუშტის და თირკმლების კენჭოვანი დაავადების დროს. იგი ცნობილი ზელენინის წვეთების ერთ-ერთი უმნიშვნელოვანესი კომპონენტია, ხალხურ მედიცინაში შმაგა გამოიყენება უმთავრესად ასთმისა და სოკოთი მონამვლის შემთხვევებში.

შმაგა ძლიერ შხამიანი მცენარეა, წამლავს მსხვილფეხა რქოსან საქონელსა და ცხენს. 120-180 გრ გამხმარი შმაგას ბალახის შეჭმის შემთხვევაში ცხენი გარდაუვლად ინამლება.

მსხვილფეხა საქონელი უფრო მეტ მგრძნობელობას იჩენს შმაგას მიმართ, 30-60 გრ ფოთოლი იწვევს ძლიერ მონამვლას, რაც გამოიხატება მუცლის გაბერვასა და ძლიერ აღგზნებაში. თხების და ცხვრების მონამვლა თითქმის არ შეიმჩნევა. 750 გრ ფოთლის შეჭმის შემთხვევაში თხა უგნებელი რჩება.

შმაგას ნექტარისაგან დამზადებული თაფლი მომწარო გემოსია და ადამიანს წამლავს. ამიტომ საფ-

უტკრეების ახლოს შმაგა აყვავებამდე უნდა აითიბოს ან მოისპოს ძლიერმოქმედი პერბიციდების შესურებით.

აღწერილი თვისებები მიგვითითებს, რომ შმაგას სამკურნალოდ გამოყენებას ფრთხილად უნდა მოვეკიდოთ და ამ მიზნით მხოლოდ ექიმის რჩევით უნდა გამოვიყენოთ.

შორომაჰი - LIMONIUM GMELINII Boiss. Ktze.



30-60 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახია, რომლის ფესვიც სიგრძით 4,5 მეტრამდე აღწევს, განიერი ელიფსური ან წაგრძელებულ-უკუკვერცხისებრი გრძელყუნწიანი, ხეშში 15-25 სმ სიგრძის მონაცრისფერო ღია მწვანე ფოთლები რამოდენიმე მწკრივიან როზეტადაა განწყობილი ღეროების ძირში.

ღია მონითალო-მოიისფრო ყვავილები ნახევრადქოლგისებრ საგველანაირ ყვავილებადაა შეკრებილი. ყვავის ივლისიდან სექტემბრამდე.

იზრდება მშრალ მლაშობ ველებზე ქართლში, ქიზიყში, გარე კახეთში, გარდაბანსა და მესხეთში.

ავიციენას (1982) მიხედვით ღვინით მიღებული შოროქანი ნაწლავებიდან სისხლდენას აჩერებს და ამცირებს მენსტრუაციულ სისხლდენას. ერთ ჯერზე ერთ ოქსიბაფს (76,5 გრამს) ასმევენ. მამაკაცს თესლს შმატებს.

ხალხურ მედიცინაში, როგორც კუჭში შემკვრელ საშუალებას იყენებენ ფალარათიანობისას, აგრეთვე სისხლდენის შესაჩერებლად.

შოროქნის ფესვების ფხვნილმა და ნახარშმა კლინიკურ ცდებში კუ-

ჭ-ნაწლავით მწვანედ დაავადებულ ავადმყოფებში დადებითი თერაპიული ეფექტი გამოიწვია, კერძოდ გაუქრათ დისპეპსიური (საჭმლის მონელების მოშლის) მოვლენები, შეწყდა კუჭის აშლილობა და გაუუმჯობესდათ მადა (ი.ი. სივერცოვი, 1962).

შოთხჰი - PADUS RACEMOSA (LAM.) GILIB.



ვარდისებრთა ოჯახში შედის. შოთხვი მაღალი ბუჩქია, ზოგან კი დაბალტანოვან ხედაც იზრდება 2-10 მ სიმაღლით. ხშირტოტებიანი ვარჯის შემადგენელი ტოტები მოყავისფრო, მოთეთრო-მოყვითალო მეჭეჭებით მოფენილი გლუვექერქიანია. ყვავილებსა და ქერქს ამიგდალინის თავისებური სუნი აქვთ, რაც ძალიან კარგად შეიგრძნობა მათი თითებშორის გასრესით. ღერო დაფარულია მოშაონაცრისფერი დამსკდარი ქერქით.

ფოთლები მოხაზულობით ელიფსურია 10 სმ-მდე სიგრძით, განიერსოლისებრი ან მომრგვალებული ფუძით და მოკლე წვეტით, კიდეები წვრილად დაკბილულია, კბილები მონითალო-ნაცრისფერი ჯირკვლებით ბოლოვდება. ფოთლის ფირფიტა ზემოდან რამდენადმე დაჭმუჭნული შესახედაობისაა, ქვემოდან კი ნათელი ნაცრისფერი.

ფრიად არომატული, ნექტარით მდიდარი თეთრი ყვავილები, 12 სმ-მდე სიგრძის თავჩაქინდრულ მტევნებშია შეკრებილი.

შავი ფერის ნაყოფი ერთკურკიანია, ხორცოვანი მწკლარტე რბილობით, ყინვანაკრავი სასიამოვნო მომწკლარტო გემოსია და ხალისით იჭმება.

მრავლდება თესლით, ძირკვის ამონაყარით და კალმებით. ყვავის მაის-ივნისში, ნაყოფი მწიფდება ივლისიდან დაწყებული სექტემბრის ჩათვლით.

საქართველოში მთის ზედა და შუა სარტყლის ტყეებსა და ტყისპირებზე იზრდება აფხაზეთში, სვანეთში, რაჭა-ლეჩხუმში, სამხრეთ ოსეთში, ქართლში, მთიულეთში, კახეთში და ჯავახეთში. მცირე რაოდენობით ამ ნაპრომის ავტორთა მიერ აღწერილია ასპინძის რაიონში.

მაყაშვილის (1960) მიხედვით მასობრივად გვხვდება სვანეთის სოფლების - უშგულსა და კალას შორის, აგრეთვე მთათუშეთში.

უფრო ხშირად ზღვის დონიდან 1200-1250 მ სიმაღლეზე გვხვდება, ცალკეულ ადგილებში კი მცირე რაოდენობით იზრდება უფრო მაღალ და ხელოვნურად გაშენებულ დაბლობებშიც კარგად ხარობს.

ნორმალური ზრდა მისთვის აზოტი მდიდარ საკმაოდ ნოყიერ და ნესტიან ნიადაგებზეა დამახასიათებელი. ოპტიმალურ პირობებში ნაყოფის მოსავალი 400 კგ/ჰექტ. აღწევს, საშუალოდ კი ერთ ჰექტარზე დაახლოებით 100 კგ ნაყოფს იძლევა. შოთხვს ბარში მცხოვრები ქართველების უმეტესობა ვერ სცნობს, მაგრამ მთაში მცხოვრებნი კი კარგად სცნობენ და მათში საკმაოდ პოპულარობითაც სარგებლობს, როგორც კარგი ხილი.

შოთხვის ნაყოფი შეიცავს 5 პროცენტამდე შაქარს, ბევრ მთრიმლავ ნივთიერებებს, ვაშლისა და ლიმონის მჟავებს, ფლავონოიდებს და ეთერზეთებს. ჭამენ როგორც უმად, ასევე მისგან ამზადებენ გამაგრილებელ სასმელებს, მისი წვენი აფერადებენ ლეინოს და სხვა. ხმელი ნაყოფის ფხვნილი საუცხოო არომატსა და გემოს აძლევს ლეველს, შესანიშნავია მისგან მომზადებული კისელიც.

მთრიმლავი ნივთიერებებით სიმდიდრის გამო ნაყოფს შემკვრელ საშუალებად იყენებენ კუჭის აშლილობის დროს.

ფოთლები 280 მგ პროცენტამდე ვიტამინ C-ს შეიცავს, გარდა ამისა მოეპოვება ეთერზეთი. 2-3 პროცენტამდე ტანიდებშემცველ ქერქს წინათ ტყავის, მატყლისა და ქსოვილების მწვანედ და მონაცრისფრო-წითელ ფერად შესაღებად იყენებდნენ.

შოთხვი შესანიშნავი თაფლოვანი მცენარეა, ფუტკარს უმასპინძლდება როგორც ნექტრით, ასევე ჭოთი. იგი ფრიად დეკორატიული მცენარეა, განსაკუთრებით ყვავილობის პერიოდში, ამიტომ იგი დიდმნიშვნელოვანია მაღალ მთებში არსებული დასახლებული პუნქტების გამწვანება-გამშვენიერებისათვის. მნიშვნელოვანია აგრეთვე მაღალმთიანეთის გასატყეველად, ეროზიის საწინააღმდეგო ნარგავების გასაშენებლად. შოთხვი შეზღუდული არეალის მცენარეა და გულმოდგინე დაცვას საჭიროებს, უამისოდ მისი არსებობა უკვე საფრთხეშია.

მედიცინაში შოთხვს იყენებენ არაინფექციური ბუნების ფალარათის და კუჭ-ნაწლავის სისტემის ფუნქციის მოშლის სხვა შემთხვევებში. ამ მიზნით გამოიყენება ნაყოფის მონახარში. ერთ სუფრის კოვზ შოთხვის ნაყოფს ერთ ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ და 20 წუთს წელი დულილით ხარშავენ, რის შემდეგაც წურავენ. მოზრდილებს უნიშნავენ $\frac{1}{4}$ ჭიქას დღეში ორ-სამჯერ.

ხმარებაშია შოთხვის ნაყოფის ნაყენიც: ერთი სუფრის კოვზ ნაყოფს ერთ ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ და 5 წუთს წელი დულილით ადულებენ, ამის შემდეგ დგამენ 2 საათის განმავლობაში. მიიღება $\frac{1}{4}$ ჭიქა დღეში 2-3-ჯერ (ა.დ. ტუროვა, 1974).

ხალხური მედიცინა შოთხვის ქერქსაც იყენებს როგორც დიურეზულ, ოფლმომგვრელ და შემკვრელ საშუალებას. ფოთლების ნაყენს ზოგჯერ ფალარათის და ბრონქიტის დროს იყენებენ, ყვავილების ნაყენს კი ნივთიერებათა ცვლის მოშლისას, ხოლო მცენარის ყველა ნაწილს იყენებენ ანემიის (სისხლნაკლებობის) და ლორწოვანი გარსის ანთებისას (ვ. გ. მინაევა, 1970).

შროშანა - CONVALLARIA TRANSCAUCASICA UTK.



შროშანისებრთა ოჯახიდანაა. შროშანა 15-30 სმ სიმაღლის სურნელოვანი, მრავალწლიანი, ფესვურიანი მცენარეა. წვერმოხრილი, წახნაგოვანი საყვავილე ღერო ძირში შემოხვეულია გამჭვირვალე მილისებრი ვაგინით.

ფესვურიდან ხშირად ორი ფოთოლი ამოდის, მაგრამ სამფოთლიანი ეგზემპლარებიც გვხვდება. ფოთლის სიგანე 5-10 სმ-ია, ფორმით მოგრძო-ელიფსური, რკალისებრი ძარღვებით, ბოლოში წანვეტებული.

საყვავილე ღეროს კენწეროში მტევნად შეკრებილი, მძაფრი სურნელების, თეთრი, თავჩაქინდრული ყვავილები ცალ მხარესაა მოქცეული. თეთრ ყვავილსაფარს ზოგჯერ შიგნიდან მკრთალი იისფერი ზოლები გასდევს.

ყვავის აპრილ-მაისში. დაყვავილების შემდეგ უვითარდება ბურთივით მრგვალი, ნარინჯისფერი, კენკრა ნაყოფი. იზრდება უმთავრესად ტყეებსა და ბუჩქნარებში.

შროშანა შხამიანი მცენარეა, მაგრამ რადგან იგი ხშირ ტყეებსა და ბუჩქნარებშია გავრცელებული, ძნელად მისაწვდომია საქონლისათვის, ამიტომ ჩვენში საქონლის მონამკლის შემთხვევები მეტად იშვიათია, ან თითქმის სრულებითაც არ აღინიშნება.

ჩვენს ქვეყანაში ყოველწლიურად 200 ტონამდე შროშანას ფოთლებსა და ყვავილებს ამზადებენ, როგორც მნიშვნელოვან სამკურნალო ნედლეულს.

უხსოვარი დროიდან და ამჟამადაც მედიცინაში ფართოდ გამოიყენება შროშანას ფოთლების ნაყენი. უკანასკნელი წლების გამოკვლევებმა ცხადყო, რომ შროშანას ფოთლები სამედიცინო თვალსაზრისით არანაკლებ ღირებულებას წარმოადგენენ, ვიდრე მისი ყვავილები.

ფოთლებში აღმოჩენილია კონვალაიტოქსინი, გარდა ამისა კიდევ რვა ნივთიერებას მოიცავს, რომელთაც გულზე ზემოქმედების თვისება გააჩნიათ. ფოთლებში მოიპოვება აგრეთვე კაპილარებგამაგრებელი, ანთების საწინააღმდეგო და სისხლძარღვებგამაგანიერებელი მოქმედების ნივთიერებები.

ხაზს უსვამს რა იმ ფაქტს, რომ სამედიცინო პრაქტიკაში შროშანას პრეპარატები ფართოდ ცნობილი საგულე საშუალებებია, ვ. ვ. ბერეჟინსკაია (1962) აღნიშნავს, რომ მათ იყენებენ მწვავე და ქრონიკული გულის უკმარობის, კომპენსირებული და სუბკომპენსირებული გულის მანკის, კარდიოსკლეროზისა და გულის ნევროზის შემთხვევებში. შროშანას გამოყენებისას ავადმყოფებში აღინიშნება გულის კუნთის კუმშვის რიტმის შენელება, პულსის ავსების გაუმჯობესება, შეგუბების მოვლენების, ციანოზის და სულის ხუთის შემცირება, აგრეთვე დიურეზის მომატება. შროშანას პრეპარატები ყველაზე დიდ აქტიურობას ვენაში შეყვანისას ამჟღავნებენ. მისი გლიკოზიდები სტროფანტინის მსგავსად გულზე შერჩევითი მოქმედებით ხასიათდებიან, მათგან ყველაზე აქტიურია კონვალაიტოქსინი.

შროშანას პრეპარატების მნიშვნელოვანი საგულე ღირსებების დადასტურებას იძლევა ა. დ. ტუროვა (1974) და მიუთითებს, რომ შროშანას ნაყენსა და კონცენტრატს უნიშნავენ უმთავრესად გულის ნევროზის დროს როგორც ცალკე, ასევე კუნელსა და სხვა პრეპარატებთან ერთად.

მ.ა. და ი.მ. ნოსალების (1960) მიხედვით უკრაინის ხალხური მედიცინა შროშანას მხოლოდ ყვავილებს იყენებს. მის სპირტზე ნაყენს იყენებენ გულის მანკის სამკურნალოდ, რომელსაც შემდეგნაირად ამზადებენ: ვინოყელიან მინის ქილაში ყრიან ახლად დაკრეფილ შროშანას ყვავილებს ჭურჭლის ტევადობის სამ მეოთხედამდე და ამის შემდეგ 90%-იან სპირტს ასხამენ ჭურჭლის ავსებამდე. დგამენ ორი კვირის განმავლობაში, შემდეგ ფილტრავენ. იღებენ 10-15 წვეთს დღეში სამჯერ. გულის მიზეზით ადამიანის შეუძლოთ ყოფნისას, როცა მკვეთრად გამოხატული ნერვული მოვლენები აქვს, ერთი დღის განმავლობაში იღებენ ნახევარ ჭიქა შავბალახას წყლით გამონაწელილს, რომელშიდაც 30-35 წვეთი შროშანას სპირტზე ნაყენია ჩანვეთებული. ნახევარი ჭიქა ეს გამონაწელილი 5 ნაწილად იყოფა და ნაწილ-ნაწილ სვამენ მთელი დღის განმავლობაში. მასვე იგივე დოზით იღებენ უძილობისა და ცუდ გუნებაზე ყოფნისას.

შჰერი - RHODODENDRON PONTICUM L.

მანანასებრთა ოჯახიდანაა. მარადმწვანე ბუჩქი ან დაბალი 3-6 (8) მ სიმაღლის ხეა მოყავისფრო ქერქით, ცლორტები მწვანე ქერქიანია. 9-27 სმ სიგრძის, 4-7 სმ სიგანის, ბოლოწვეტიანნი, ფუძეშევიწროებული, ნაჯრძელებულ-ელიფსური, სქელი ტყავისებრი, კიდემთლიანი, ზემოდან მუქი მწვანე, ქვემოდან ბაცი ფოთლები ტოტებზე მორიგეობითაა განწყობილი.

მონითალო-სოსანი ყვავილები, ტოტების დაბოლოებებზე ქოლგისებრ თანაყვავილეებადაა შეკრებილი.

ხუთსაგდულიანი, მეუბუსავი, ცილიდრული კოლოფა ნაყოფის სიგრძე 1,5 სმ-მდე აღწევს, 1000 ცალკე თესლის წონა 0,8 გრამია. ყვავის აპრილ-მაისში, მაღალ მთებში კი ივნის-ივლისში. მრავლდება თესლით, ძირკვის ამონაყარით და გადანეწით. ტიპური მეზოფიტია, კარგად იზრდება ნესტიან, ნოყიერ ნიადაგებზე. მართალია, ნორმალურად შედარებით თბილ ზონაში იზრდება, მაგრამ აჭარასა და დასავლეთ საქართველოს სხვა მხარეებში არცთუ იშვიათად კარგად შეკრულ რაყებს ქმნის ზღვის დონიდან 2200 მეტრამდე სიმაღლეზე.

სამედიცინო პრაქტიკაში შქერის ფოთლები გამოიყენება. მისი ნაყენი და ფოთლისაგან მიღებული ახალგალონური პრეპარატი გულზე



ფუტკარას ჯგუფის გლიკოზიდებისებურად მოქმედებს, ადიდებს გულის კუმშვის ძალას და გულის რიტმს ანელებს. აღვზნებულ ცენტრალურ ნერვულ სისტემას აწყნარებს, ამასთან ბაქტერიოციდური თვისებაც გააჩნია. ხალხური მედიცინა ფოთლებს რევმატიზმის, ნიკრისის ქარის დროს და საგულე და შარდმდენ საშუალებად იყებს (ა. ი. შრეტერი, 1962).

შხამა - VERATRUM LOBELIANUM Bernh.



შროშანიებერთა ოჯახის წარმომადგენელია. შხამა 1-1,7 მ სიმაღლის მრავალწლიანი ფესვურიანი ბალახია. ღერომცვევი განიერი 15-25 სმ სიგრძის ფოთლები, ფართო-ელიფსური ფორმისაა, ბოლოწვეტიანი, ქვედა მხრიდან მოკლე ბენეტი შებუსევილი, მისთვის დამახასიათებელია ნაკეცები ფოთლის მთელ სიგრძეზე, რკალურად განლაგებული ძარღვების გასწვრივ.

5-8 სმ სიგრძის ფესვურა უფრო ხშირად ღეროს ვერტიკალურ გარძელებას წარმოადგენს მინაში, მაგრამ ზოგჯერ დახრილ მდგომარეობასაც იღებს. ფესვურის გარშემო განლაგებულია 2-4 მმ სიმაღლის მრავალრიცხოვანი თასმისებური ფესვები.

მომწვანო ყვითელი ყვავილები კენწრულ აღმამდგომ საგველასებრ ყვავილედადა შეკრებილი. კვერცხისებრი თანაყვავილები ყვავილის ყუნწებზე გრძელია.

ყვავის და თესვებს ივითარებს იენის-ავისტოს განმავლობაში. გავრცელებულია უმთავრესად ნესტიან მდელოებზე სუბალპურ სარტყელში და ალპურ მდელოებამდეც აღწევს. დიდი რაოდენობითაა საქონლის ძოვებით გადატვირთულ სუბალპურ მეჩხერ ტყეებში, აქ

იგი ხშირად ცოცხალი საფარის ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი შემადგენელი ბალახია, გვხვდება ტყეებში არსებულ მდელოებსა და ტყისპირებშიაც.

ძლიერ შხამიანი მცენარეა, მის ნექტარში არსებული ალკალოიდებით მოწამლული ფუტკარი იღუპება, განსაკუთრებული ტოქსიკურობით ფესვურა და ფესვები გამოირჩევა. ალკალოიდების გარდა ფესვურა შეიცავს საღებავ და მთრიმლავ ნივთიერებებს, ამინომჟავებს, ფისებს, გუმფისს, ცხიმებს, სახამებელს, შაქრებს, მინერალურ მარილებს და სხვა.

სამკურნალოდ ფესვურა და ფესვები გამოიყენება. ვეტერინარიაში შხამას ფესვურისა და ფესვების ნახარში მადის გასაუმჯობესებლად და პირღებინების საშუალებად გამოიყენება ღორების, ძაღლებისა და კატებისათვის. ფესვურისა და ფესვების ნაყენი გამოიყენება მცოხნავი ცხოველების კუჭის მუშაობის გასაუმჯობესებლად, ხოლო მათგან მომზადებული მალამო მუნის საწინააღმდეგოდ. ფესვებისა და ფესვურის ნახარშს ხალხური ვეტერინარია ცხოველთა პარაზიტი მწერების მოსასპობად ხმარობს.

გამზარი ფესვურის ფხვნილისაგან მომზადებული მალამო, სპირტზე ნაყენი და გამოწახარში მედიცინაში ტკივილების გამაყუჩებელ საშუალებად გამოიყენება ნევრალგიისა და რევმატიზმის დროს.

ფესვურისა და ფესვების ნახარში, აგრეთვე ნაღებზე მომზადებული მათი ნაყენი ხალხურ მედიცინაში წარმატებით გამოიყენება ეგზემის სამკურნალოდ, ამავე მიზნით გამოიყენება ხალხურ ვეტერინარიაშიც.

ფესვებისა და ფესვურის გაგრილებულ ნახარშს ცოტაოდენ საფუარს ურევენ და 2-3 დღის განმავლობაში ოთახის ტემპერატურაზე ინახავენ. ძალიან კარგ შედეგებს იძლევა შხამას ფესვ-ფესვურების და სვიის ნაყოფების ერთობლივი ნახარში. ნახარში დასველებულ საფენებს იდებენ ეგზემურ ადგილებზე, ცდილობენ დღე-ღამის განმავლობაში რაც შეიძლება დიდხანს ჰქონდეთ სველი საფენები ეგზემიან კერებზე.

ნახარშის დოზაა 60-70 გრ წვრილად დაჭრილი ფესვურა და ფესვები 1 ლიტრ წყალზე. ხარშვა ხდება 5-7 წუთის განმავლობაში წელი დუღილით. გაგრილებულ ნახარშს საფუარს ურევენ მცირე დოზით (თვალის ზომით). უკეთესია მომზადდეს შხამასა და სვიის ერთობლივი ნახარში, ან ცალკე-ცალკე მოიხარშოს და შემდეგ შეკურნოს. სამკურნალო ეფექტი ვლინდება განუწყვეტელი მკურნალობით 1-2 კვირის განმავლობაში. ძალიან ხშირია ეგზემიან ავადმყოფთა სრული განკურნების შემთხვევები.

ფესვებისა და ფესვურის სპირტზე ნაყენი (1 ნაწილი წვრილად დაჭრილი ფესვები და ფესვურა, 4 ნაწილი სპირტი) ხალხში ნაცადი საშუალებაა ჭორფლისა და ხალების მოსაცილებლად, ფესვურის ნახარში პოპულარული საშუალებაა ქერტლის მოსაცილებლად.

შხამას ფესვებსა და ფესვურებს აგროვებენ შემოდგომაზე ან ადრე გაზაფხულზე და მიწისაგან განმეწილს კარგად ახმობენ ჩრდილში, ქარგამჭოლ ადგილას.

შხამას ზემოთ ჩამოთვლილი სამკურნალო ეფექტი ხალხური მედიცინის დიდი ხნის პრაქტიკით დადასტურებული ფაქტია. ბოლო ხანებში მისმა სამკურნალო ეფექტმა აღიარება პპოვა მეცნიერულ მედიცინაშიც. მაგრამ შხამას გამოყენებისას ყოველთვის უნდა გვახსოვდეს, რომ საქმე გვაქვს ძლიერ შხამიან მცენარესთან და საჭიროა დიდი სიფრთხილის გამოჩენა. კატეგორიულად დაუშვებელია მისი თვითნებური გამოყენება ექიმის მეთვალყურეობის გარეშე.

მავენე მწერების: მცენარეების ტილებისა და მატლების საწინააღმდეგოდ დადებით შედეგებს იძლევა შხამას გამოყენება. საამისოდ 1 კგ ახლად შეგროვილ ბალახს ფესვებითა და ფესვურებით, 500 გრ შემტყნარს ან 250 გრ გამხმარს და წვრილად დაჭრილს ასხამენ 10 ლიტრ წყალს, რომელსაც დგამენ ორი დღე-ღამის განმავლობაში. შესაძლოა აღნიშნული დოზებით ნახარშის მომზადებაც, ხარშვა გრძელდება 30 წუთის განმავლობაში ნელ ცეცხლზე.

მავენე მწერების წინააღმდეგ საერთოდ უკეთესია გამოიყენონ მცენარეული საშუალებები, ვიდრე სინთეზური ძლიერ მოქმედი ქიმიკატები, რომელთა დიდი ნაწილი ძალიან დიდხანს ინარჩუნებს თავის მედეგობას და საშიშია ადამიანისა და ცხოველებისათვის.

ჩადუნა მისი - DRYOPTERIS FILIX-MAS (L.) Schott G.



კილამურასებრთა ანუ ნამდვილი გვიმრების ოჯახიდანაა. ჩადუნა აჭარა-გურიაში ტყის გვიმრას სახელითაა ცნობილი, 1 მ-მდე სიმაღლის სპოროფანი, ფესვურიანი მრავალწლიანი მცენარეა. მიწის ზევით განვითარებული ღერო არ გააჩნია. ფესვურა კი კარგადაა განვითარებული და ძველი ფოთლების ყუნწების ძირებსა და მრავალ თხელპრიან ქერქშია გახვეული.

კენცფრთართული დიდი ზომის ფოთლები ფესვის ყელთან ჯგუფურადაა შეკრებილი. ჩვილი ფოთლები სპირალურადაა დახვეული და ზრდის მსვლელობაში თანდათან სწორდება ზეაღმართით.

ჩადუნა ჩვეულებრივ ნესტიან ტყეებშია გავრცელებული (წიფლნარები და სოჭნარ-ნაძენარები). ერთეულ დაკინებული ეგზემპლარების სახით ზოგჯერ მუხნარებშიაც გვხვდება.

ზ. შენგელიას (1952) მონაშობით ჩადუნას ნორჩი სპირალურად დახვეული ფოთლები ზოგან საქმელად გამოიყენება მხალის სახით.

სამკურნალოდ ფესვურას გამოიყენებენ სოლიტერის საწინააღმდეგო ძლიერმოქმედ საშუალებად, როგორც მეცნიერულ, ისე ხალხურ მედიცინაში, აგრეთვე ვეტერინარიაშიც.

საყურადღებოა ჩადუნას ძლიერშხამიანობა, ამიტომ მისი სამკურნალოდ გამოყენება მხოლოდ ექიმის რჩევითა და მისი ზედამხედველობით დაიშვება.

გარდა აღნიშნულისა, არის ცნობები იმის შესახებაც, რომ ხალხში ჩადუნა ცნობილია, როგორც სისხლდენის შემაჩერებელი საშუალებაც (ვ. გ. მინაევა, 1970).

ჩაიო - THEA CHINENSIS L.



ჩაი შავიზღვისპირა დასახლებული პუნქტების მცხოვრებთათვის კარგად ცნობილი მარადმწვანე ბუჩქია, ჩაისებრთა ოჯახის წარმომადგენელია და გაუკრეჭავად თავისუფალი ზრდის შემთხვევაში იგი 10 მეტრამდე სიმაღლისა იზრდება. ოვალური ან ნაგრძელელებლოვალური, ზემეში, მოკლეყუნწიანი, ზემომხრიდან მუქმწვანე პრიალა, კიდეებში დაკბილული ფოთლები ყლორტებზე მორიგეობითაა განლაგებული. მოყვითალო-მოვარდისფრო ელფერის თეთრი ყვავილები სათითაოდ ან 2-4 ცალი ერთად ფოთლების ილიებშია განლაგებული. ნაყოფი სამსაგდულიანი გამერქნებული კოლოფია. თესლი მომრგვალო, მუქყავისფერი და 10-13 მმ სიმაღლისა. ყვავის აგვისტოდან გვიან შემოდგომამდე, ნაყოფების მომწიფება ოქტომბერ-დეკემბერში მიმდინარეობს. წარმოშობით სამხრეთ-აღმოსავლეთი აზიის ტროპიკულ და სუბტროპიკული რაიონებიდანაა. საქართველოში (დასავლეთ საქართველოში) ძალიან ფართოდ კულტივირებული მცენარეა.

ჩაის ფოთოლი მდიდარია მთრიმლავე ნივთიერებებით (9-35%). ალკალოიდებიდან მასში მოპოვებულია კოფეინი (2-5%, თეოფილინი, თეობრომინი, ქსანთინი, ადენინი, ჰიპოქსანთინი, პარაქსანთინი, მეთილქსანთინი და იზატინი. მდიდარია C, B₁, B₂, K და PP ვიტამინებითა და ეთერზეთით.

ჩაის შემადგენლობაში არსებული კოფეინი ცენტრალური ნერვული სისტემის აღზნებას იწვევს,

ალგზნების პროცესებს აძლიერებს თავის ტვინის ქერქში, გარდა ამისა იგი ალაგზნებს გულს, აფართოებს თავის ტვინის სისხლძარღვებს, ასეთსავე პროცესებს იწვევს ღვიძლსა და თირკმლებში. ვინაიდან კოფეინი ქიმიური შემადგენლობით ახლოს დგას შარდმჟავასთან, ამიტომ ჩაი რეკომენდებული არაა ნიკრისის ქარის დროს (ა. დ. ტუროვა, ე. ნ. საპოუნიკოვა, 1982).

იმის გამო, რომ მწვანე ჩაი შუგ ჩაისთან შედარებით უფრო მწარე გემოსია და ვიტამინ C-ს მეტი რაოდენობით შეიცავს, კუჭის სეკრეტორულ ფუნქციას აძლიერებს. მწვანე ჩაის საკმაოდ გამოხატული მიკრობსაინაბლმდეგ მოქმედებაც აქვს. დადგენილია, რომ 3:100 შეფარდებით, მწვანე ჩაის ნაყენი დიზენტერიის გამომწვევი და სხვა პათოგენური მიკრობების დათრგუნვას იწვევს (ს. ი. ბერდიევი, 1955), საერთოდ დადებითად მოქმედებს ნაწლავების ფლორაზე.

კოფეინის დიდი რაოდენობით შემცველობის გამო მწვანე ჩაის მატონიზირებელი გავლენა უფრო მკაფიოდაა გამოხატული, მაგრამ შავი ჩაი უფრო რბილად და ხანგრძლივად მოქმედებს და პირის ღრუს სიმშრალეს არ იწვევს.

პრაქტიკოსი ექიმები მწვანე ჩაის ხშირად ჰიპოტონიკებს (დაბალწნევიანებს) უნიშნავენ, როგორც მატონიზირებელ საშუალებას. ხალხური მკურნალები კი, პირიქით, მას ჰიპერტონიკებს (მაღალწნევიანებს) უნიშნავენ, ჰიპოტონიკებს კი მხოლოდ შავ ჩაის. ბუნებრივად იბადება კითხვა, - ვინ უფრო სწორია ამ შემთხვევაში?

მწვანე ჩაის მიღების შემდეგ მასში შემავალი კოფეინის მასტიმულირებელი გავლენით დასაწყისში გულის რითმისა და სუნთქვის გახშირება ხდება, ამ დროს სისხლის წნევამ შესაძლოა უმნიშვნელოდ მოიმატოს, ადამიანი თავს მხნედ გრძნობს. შემდგომში მწვანე ჩაის მაგარი ნაყენის უფრო მეტი რაოდენობით მიღების (განსაკუთრებით უმაღლესი ხარისხის ე. ნ. 95 სინჯის) შემდეგ ზოგ ინდივიდს, განსაკუთრებით ჰიპოტონიისა კენ მიდრეკილების მქონეთ, უვითარდებათ სისუსტის გრძნობა, სისხლის წნევა დაბლა იწვეს. ამიტომ თავს დაბეჩავებულად გრძნობენ, ეძინებათ, თვალწინ ესახებათ ყვითელი ბურთულები, აღენიშნებათ კანზე ჭიანჭველების მოძრაობის მსგავსი მოვლენების შეგრძნებები. ზაფხულის სიცხეებში მწვანე ჩაის მაგარი ნაყენის მიღების შემთხვევაში ჰიპოტონიკებს შესაძლოა გულწასვლის პროცესებიც კი განუვითარდეთ.

მწვანე ჩაისგან განსხვავებით შავი ჩაი სისხლის წნევას არ ამცირებს. პირიქით, შავი ჩაის მაგარი ნაყენის მიღების შემდეგ წნევა მატულობს, ამიტომ ჰიპოტონიური დაავადების გართულებას არ იწვევს (ი. ნურალიევი, 1989).

ამ მოვლენებს ი. ნურალიევი (1989) შემდეგნაირად ხსნის: ასეთი პარადოქსები მწვანე და შავი ჩაის ქიმიურ შემადგენლობასთანაა დაკავშირებული. ჩაის ორივე სახე კოფეინის გარდა შეიცავს ისეთ ალკალოიდებს, როგორცაა თეობრომინი, თეოფილინი, კასათინი, ჰიპოქსანთინი, პარაქსანთინი, ასკორბინისა და ნიკოტინის მუყაეები. ყველა ეს შენაერთები, გარდა კოფეინისა, სისხლძარღვებგამაფართოებელი მოქმედებისაა, ე. ი. კოფეინის ფიზიოლოგიური ანტაგონისტებია. შავ ჩაიში ბევრია B, P და PP ვიტამინები. ვიტამინი B გარკვეული დოზით სისხლძარღვების ტონუსის მომატებას იწვევს. შესაძლოა სისხლის წნევის მომატება გამოიწვიოს (ს. მ. ბრემენერი, 1966). კატეხინები, მათ რიცხვში P ვიტამინი, კაპილარების ტონუსის გაძლიერებას იწვევს.

ორივე სახის ჩაის მიღებისას მატონიზირებელი ეფექტის წარმოშობა უშუალოდ კოფეინთანაა დაკავშირებული. მაგრამ კოფეინის ინაქტივაცია ჩქარა ხდება ან ორგანიზმიდან ჩქარა გამოიყოფა და ამ მომენტიდან ჩაის ზემოქმედების მეორე ეტაპი იწყება. თუ ფიზიოლოგიური ზემოქმედების პირველ სტადიაზე ორივე ჩაის მოქმედება იდენტურია, მეორე ეტაპზე, ანუ კოფეინის ინაქტივაციის შემდეგ, მათი ფარმაკოლოგიური ეფექტი სისხლის წნევის მიმართ მკვეთრად განსხვავებულია.

მწვანე ჩაის მიღების შემდეგ ვიტამინი C-ს, თეობრომინის, თეოფილინის და ზოგ სხვა ფაქტორთა ზემოქმედებით სისხლძარღვების ტონუსი მცირდება. ჯანმრთელ ადამიანში ეს პროცესი შეუმჩნეველია. ჰიპერტონიკებისათვის მწვანე ჩაის ასეთი ეფექტი სასარგებლოა, ჰიპოტონიკებისათვის კი, პირიქით, ფრიად არასასურველია.

შავი ჩაი, მწვანე ჩაისაგან განსხვავებით ჰიპოტონიკების მდგომარეობას არ აუარესებს.

ეფექტურ დიურეტულ მოქმედებას უმაღლესი ხარისხის მწვანე ჩაი (განსაკუთრებით 95 სინჯი) ახდენს.

გამაფრთხილებელი ღონისძიებები: მწვანე ჩაი წინააღმდეგ ნაჩვენებია ჰიპერაციდული ფორმის გასტრიტისა და კუჭისა და თორმეტკოჯა ნაწლავის წყლულის შემთხვევაში, რომელთა დროსაც მწვანე ჩაი იწვევს გულწვას (გულისსრუჯვას), ტკივილების გაძლიერებას კუჭის არეში, ცალკეულ შემთხვევაში ჩხვლეტებს ნაწლავებში. ჩაის (განსაკუთრებით მწვანე ჩაის) არაზომიერი მოხმარება იწვევს ძილის მძიმე დარღვევას, ორგანიზმის გამოფიტვას, გულისცემის გაძლიერებას, ხელების ცახცახს (კანკალს) და მთელ რიგ სხვა უარყოფით რეაქციებს.

ჩვეულებრივი თხილი - CORYLUS AVELLANA L.



თხილისებრთა ოჯახში შედის. დიდი ზომის, 7 მეტრამდე სიმაღლის ბუჩქია, გლუვი თხელი ქერქით 60-120 მმ სიგრძისა და 50-90 მმ სიგანის მარტივი, ოვალური, კვერცხისებრი, ან უკუკვერცხისებრი, შებუსვლილი, ბოლოწვეტიანი, ფუძეგულისებრი, ორმაგხერხებილად დაკბილული ფოთლები ტოტებზე მორიგეობითაა განლაგებული.

ერთსახლიანი მცენარეა სქესგაყოფილი ყვავილებით. მამრობითი ყვავილები თავჩაქინდრულ მჭადა ყვავილედშია შეკრებილი, რომლებიც მინიატურული ჩურჩხელებივითაა ჩამოკიდებული ტოტებზე. მდედრობითი ყვავილები სათითაოდაა გაბნეული ვარჯში ან წყვილ-წყვილად ზის შეზრდილი თანაყვავილედის ქერქლის ილღიაში.

ღია მწვანე ფერის, კიდდაკბილულ საბურველში ჩამჯდარი ერთთესლიანი კაკალი გარეგნულად სხვადასხვა ფორმისაა საკმაოდ სქელი ნაჭუჭით.

ყვავის ადრე გაზაფხულზე, ხშირად მარტში, ანემოფილური მცენარეა, ე. ი. დამტვერვა ქარის მეშვეობით ხდება. ნაყოფი აგვისტო-სექტემბერში მწიფდება. ბუნებრივ პირობებში მოსავალი 40-500 კგ (3ა) შეადგენს. უხვმსხმოიარობა 1-2 ან 3 წელში ერთხელ აღინიშნება,

ზოგჯერ კი სრულმოსავლიანი წელიც აღინიშნება ხოლმე, რაც გაზაფხულის ყინვების და ხშირი წვიმების მანე გავლენითაა განპირობებული, თესლით მიღებული ეგზემპლარები ნაყოფმსხმოიარობას 5-10 წლიდან იწყებს, ვეგეტაციურად გამრავლების შემთხვევაში კი გაცილებით ადრე. ცოცხლობს 60-80 წელს. მრავლდება თესლით, ფესვის ნაბარტყით, ძირკვის ამონაყარითა და კალმებით.

გვხვდება როგორც ბარად, ასევე მთაშიც ზღვის დონიდან 2000-2100 მ სიმაღლემდე. საკმაოდ ყინვაგამძლეა, მაგრამ ხანგრძლივი ძლიერი ყინვის დროს მნიშვნელოვნად ზიანდება, ან მიწის ზედა ნაწილები მთლიანად იყინება. იზრდება როგორც ღია ადგილებში, ასევე ტყის კალთის ქვეშ ქვეტყედ, მაგრამ ძლიერ და ხანგრძლივ დაჩრდილვას ვერ იტანს. ძლიერ ზრდას ტენით უზრუნველყოფილ, კირით მდიდარ ნოყიერ ნიადაგებზე ამჟღავნებს.

თხილის ნაყოფის გული 58-71 პროცენტ ცხიმს, 14-18 პროცენტ ცილებს, 2-5 პროცენტ სახაროზას, B და E ჯგუფის ვიტამინებს და რკინას შეიცავს. გამოიყენება საჭმელად უმად ან მისგან ამზადებენ კანფეტებს, კრემს, შაქარლამას, საუცხოოა თხილის ჩურჩხელა. დანაყილ თხილის გულს მცირე რაოდენობით წყალს ურევენ და მიიღებენ თხილის რძე, რომელიც ძალიან ყუთიანია და რეკომენდებულია ავადმყოფობით დასუსტებულთათვის.

მობალული ფულისაგან მზადდება ყავის მსგავსი სასმელი, ფართოდ გამოიყენება ლიქიორის წარმოებაში, თხილის ზეთი არომატული და სასიამოვნო გემოსია, მას, გარდა კვების მრეწველობისა, ლაქსალეზავების, პარფიუმერიისა და საპნის წარმოებაში იყენებენ. ზეთის გამოხდის შემდეგ ნარჩენი მასა ხალვის დასამზადებლად გამოიყენება.

მერქანს იყენებენ წვრილმან სახელოსნო საქმეში (კასრების სალტები, ყავარჯნები და სხვა). ყლორტებისაგან წნავენ კალათებს, მსხვილი ლეროებიდან ხდიან ტყეჩს და მისგან წნავენ მეტად მსუბუქ და გამძლე კალათებსა და გოდრებს. შეფოთილი ყლორტების მოჭრით ამზადებენ ვიტამინიზებულ მწვანე ნეკერს, რომელსაც ზამთარში ყველა სახის რქოსანი საქონელი ხალისით ჭამს.

თხილის ნახერხი კარგი საშუალებაა ღვინისა და ძმრის გასაფილტრავად. თხილის მერქნის ნახშირის მხატვრობაში იყენებენ, წარსულში მისგან თოფის წამალსაც აკეთებდნენ.

მერქნის მშრალი გამოხდით მიიღება სამკურნალო სითხე, რომელსაც ადრე იყენებდნენ ეგზემისა და კანის სხვა დაავადებების სამკურნალოდ. ქერქში 10 პროცენტამდე ტანინებია (ციტირებულია ი. ა. გუბანოვის, ი. ლ. კრილოვასა და ე. ლ. ტიხონოვას (1976) მიხედვით).

ბულგარეთის მედიცინა სამკურნალოდ თხილის ფოთლებისა და ლეროს ქერქს იყენებს, რომელთაც ძარღვების შევიწროების თვისება გააჩნიათ. გამოიყენება იმპორტული სამკურნალო ნედლეულის ჰამამელისის ნაცვლად ვენების გაგანიერების, პერიფერული ტვინის, წვივის წყლულების და კაპილარული ჰემორაგიის დროს. ფოთლების ნახარში რეკომენდებულია წინამდებარე ჯირკვლის ჰიპერტროფიის სამკურნალოდ, ფოთლები და ქერქი ნაყენის სახით გამოიყენება. ერთ სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ნედლეულს ასხამენ ერთ ჭიქა მდულარე წყალს (ერთი დღის დოზა, დ. იორდანოვი და სხვები, 1968).

ჩვეულებრივი იზაბი - FRAXINUS EXCELSIOR L.



ზეთისხილისებრთა ოჯახის ტანმაღალი ხეა (30-45 მ). ახალგაზრდა ღერო ნაცრისფერქერქიანია, ერთწლიანი ყლორტები კი მწვანე. მისი ძირითადი მორფოლოგიური ნიშნებია: მომრგვალო, ტოტებზე ერთიმეორის მოპირისპირედ მჯდომი შავი კვირტები, კენჭფრთართულ მოპირისპირედ განლაგებული, (5) 7-13 ლანცეტა ფოთოლაკიანი ფოთლები, რომლებიც ზემოდან უფრო მუქმწვანეა, ხოლო ქვემოდან რამდენადმე მკრთალი, შებუსვილი ძარღვებით. ახასიათებს როგორც ცალსქესიანი (მამრობითი), ასევე ორსქესიანი ყვავილები. ყვავილები ჯგუფებადაა განლაგებული, მათ ჯამი და გვირგვინი არ გააჩნიათ. ყვავის ფოთლების გაშლამდე. უფრო ხშირად წვერში ამოკვეთილი ან თავებლაგვი, ხაზურა, წვერისაკენ ოდნავ გაფართოებული, ფრთა ნაყოფი 30-45 მმ სიგრძისაა. ბუნებრივად მთაში 1800 მ სიმაღლემდეა გავრცელებული. გვხვდება აფხაზეთში, სამეგრელოში, სვანეთში, იმერეთში, რაჭაში, სამაჩაბლოში, ქართლში, მთიულეთში, კახეთში, ქიზიყსა და ქვემო ქართლში. ხალხურ მედიცინაში ქერქი და ნაყოფები გამოიყენება ციებ-ცხელების, წყალმანკის, დიზენტერიისა და პარაზიტიკების წინააღმდეგ. ქერქს შავ, ყვავისფერ და ლურჯ საღებავად იყენებენ. მოუმწიფებელ ნაყოფებს საჭმელად ძმარსა და მარცხილ ამწნილებენ. ქერქის ლაფნის ნაწილის ნახარშს ძლიერ შარდმდენ და ციებ-ცხელების საწინააღმდეგო საშუალებად თვლიდნენ. იგი წინათ (ქერქი) ქინაქინის ქერქადაც კი იყო ცნობილი აფხაზეთში. ფოთლებს რევმატიზმის წინააღმდეგ ხმარობდნენ (ი. ს. მედვედევი, 1919).

ბულგარეთის მედიცინაში სამკურნალოდ იფნის ფოთლები და ქერქი გამოიყენება. ფოთლები ფლაონურ გლიკოზიდ ქვერციტრინს, მანიტს, ტანინსა და ინოზიტს, აგრეთვე მცირე რაოდენობის ეთერზეთს შეიცავს, ქერქი კი გლიკოზიდ ფრაქსინს, ტანინსა და მანიტს.

ფოთლები რეკომენდებულია რევმატიზმის, ღვიძლის დაავადებების, სიყვილის, თირკმლის კენჭის სამკურნალოდ. მასვე იყენებენ ამოსახველებელ, ჭიისდამდენ და საფაღარათო საშუალებად. ჭრილობებზე ურჩვენ დანაყილი ფოთლის ფაფისებრი მასის დადებას. ქერქსაც ასეთსავე სამკურნალო თვისებებს მიაწერენ. ორივე სახის ნედლეული ცხელი ნაყენის სახით მიიღება: 3 ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ნედლეულს 2 ჭიქა მღულარე წყალს ასხამენ და 10 წუთს დგამენ (ერთი დღე-ღამის დოზა, დ. იორდანოვი და სხვები, 1968).

ჩვეულებრივი მაცხალი - RUBUS CAESIUS L.



ვარდისებრთა ოჯახს ეკუთვნის. აჭარაში და გურიაში მაყვალს ბარდს, ბარდყვავილას ეძახიან. ორ მეტრამდე სიმაღლის ნახევრად-ბუჩქია ორი ტიპის ყლორტებით: ერთწლიანი ვეგეტაციური და ორწლიანი გენერაციული გამერქნებული ყლორტებით. ორივე ტიპის ყლორტები მაგარი ეკლებითაა მოფენილი. ფოთოლი სამფოთოლაკიანია, ყუნწისა და მთავარი ძარღვის მთელ სიგრძეზე ეკლებია განლაგებული. ფოთოლაკები ფორმით კვერცხისებრ-რომბულია, კიდედაკბილული.

თეთრი ყვავილები საკმაოდ დიდია, 3სმ-მდე დიამეტრში, რომელიც ფარისებრ ყვავილედებშია შეკრებილი, მსხვილი, კვერცხისებრი, შავი, მონაცრისფრო ნაფიფქიანი ნაყოფი მჭიდროდაა შეზრდილი ყვავილსაჯდომთან და მასთან ერთად წყდება შეგროვების დროს.

ყვავის მაისიდან აგვისტომდე, ნაყოფი მწიფობაში შედის დაყვავილებიდან დაახლოებით ერთი თვის შემდეგ. ერთწლიანი ტოტები რკალისებრ დახრილია, ზაფხულის ბოლოსათვის წვერით ეხებიან ნიადაგს და ფესვიანდებიან, ასეთი თავისთავადი გადანინდვით ხასიათდება მაყვალი.

იზრდება ტყეებში, ბუჩქნარებში, გამეჩხრილ ტყეებში ქმნის გაუვალ რაყებს და ტყის განახლებას ახშობს. ასეთ ადგილებში ადამიანის ჩარევის გარეშე ტყის ბუნებრივი განახლება აღარ ხდება. ამრიგად ტყისათვის მაყვალი ძალიან სახიფათო მცენარეა, ამიტომ ტყე ჭრით იმდენად არ უნდა გამეჩხრდეს, რომ ხელი შეენყოს მაყვალის რაყების წარმოშობას.

ყველა სახეობის მაცვალის ნაყოფი იჭმება, შეიცავს 10 პროცენტამდე შაქრებს, 1,8 პროცენტამდე პექტინოვან ნივთიერებებს, 1,5 პროცენტამდე ლიმონის მჟავას, A და C ვიტამინებს, მაცვლის ნაყოფს დიდი რაოდენობით აკონსერვებენ, მისგან ამზადებენ ნაირგვარ საკონდიტრო ნაწარმს, მურაბას, ღვინოს, უალკოჰოლო სასმელებს. მაცვლის წვენი ღებავენ ყურძნისა და ხილ-კენკროვანთა ღვინოებს, წინათ კი მას ძაფისა და ქსოვილების საღებავადაც ხმარობდნენ, მაცვალი აღიარებული თაფლოვანი მცენარეა.

უკრაინის ხალხური მედიცინა მაცვლის ნაყოფს, ფოთლებსა და ფესვებს იყენებს. მაცვალს იყენებენ ნაწლავების კატარის და სხვა დაავადებების, მათ შორის სისხლიანი კუჭის აშლილობის დროს. იგი ჭიისგამომდენ, სისხლის გამწმენდ და ნაწლავების პერისტალტიკის გამაუმჯობესებლად ითვლება. მ. ა. ნოსალის (1960) დაკვირვებით ნაწლავების კატარის სხვა საშუალებებით წარუმატებელი მკურნალობის შემდეგ კარგი შედეგი მისცა მაცვლის ფოთლების (2 ნაწილი) და გულყვითელას (1 ნაწილი) ყვავილების ნარევის წყლით გამოწნავილით მკურნალობამ (დღეში $1/3$ ჭიქა), ხშირად ეს უბრალო საშუალება გაცილებით უფრო ეფექტურია, ვიდრე სხვა ოფიციალური პრეპარატები.

სისხლნაკლებობის დროს სვამენ კრაზანას - 3 სუფრის კოვზი, თეთრი ჯინჭრის დედის ყვავილების - 2 სუფრის კოვზი და ამდენივე მაცვლის ფოთლების ნარევის ჩაის, დღეში 3 ჭიქას. მდულარე წყლის ნარევეზ დასხმის შემდეგ თბილ ღუმელში 3 საათის განმავლობაში დგამენ და ამის შემდეგ ინყებენ მის სმას ცხელ მდგომარეობაში.

ნერვებშიშლილ, განსაკუთრებით განრისხებულ ადამიანებს უმზადებენ შემდეგი ნარევის ჩაის: სურნელოვანი ჩიტისთვალა - 20 გრ, მაცვლის ფოთლები - 25 გრ, ურცი - 10 გრ, შავბალახა - 20 გრ, ბერულა - 15 გრ, ამავე ნარევის ურცის გამოკლებითა და 10 გრ კუნელის ყვავილის დამატებით იყენებენ ქალები მენსტრუაციის შეწყვეტისას. ამ ნარევის გამოყენებისას 10 დღის შემდეგ მცირდება სისხლის თავში ავარდნა, მცირდება ტანის ქავილი, განსაკუთრებით კისრისა, ჩერდება თავის ტკივილი, იზრდება მადა, თავს იჩენს ძლიერი ჯანმრთელი ძილი და მანამდე უიმედოდ მოჩვენებული ავადმყოფი ქალი, თითქოსდა ახლად იბადება.

თუ ზემოხსენებულ ნარევის (ურცის გარეშე) 15 გრ ფითრის ფოთლები დაემატება, მიიღება ნარევი რომლის ჩაისაც 3-4 ჭიქას ყოველდღიურად იღებენ საკმაოდ ხანგრძლივი დროის განმავლობაში ათეროსკლეროზისა და სისხლის მაღალი წნევის დროს. მკურნალობისას იკრძალება ყოველგვარი ალკოჰოლის მიღება, თამბაქოს მოწევა, მწარე და ცხარე კერძების მიღება, ერიდებათ ფიზიკურ შრომას, საჭმელედიდან ითიშება კვერცხი, ხორცი და თევზი.

მაცვლის ფოთლის წყლით გამოწნავილის - 50 გრ 1 ლ მდულარე წყალზე, გარეგან საშუალებად ხმარობენ სველი საფენების სახით კანის ანთების, ეგზემის სამკურნალოდ და პირის ღრუსა და ყელში გამოსავლებად.

მ. ა. ნოსალი (1960) აღნიშნავს, რომ პირადად იგი წარმატებით იყენებდა მაცვლის ფოთოლს გარეგან სახმარად კანის ანთების სამკურნალოდ ეგზემის დროს, აგრეთვე სირსველის და სოკოვანი დაავადებების სამკურნალოდ, მაგრამ არამარტო მაცვალს, არამედ მასთან ურევედა გულყვითელას ყვავილებს, შვიტას, სამურაბედ ხმარებულ ბალის ვარდის ყვავილის გვირგვინის ფურცლებს, ცოცხანას და მუხის ქერქს. ყველა ამ ინგრედიენტებს (შემადგენელ ნაწილებს) იღებენ თანაბარ ნაწილად, ასხამენ ცივ წყალს და 15 წუთს ხარშავენ ნელი დულილით.

ბულგარეთის მედიცინა მაცვლის ფოთლებს იყენებს შემკერვლად კუჭის აშლილობისას, კუჭ-ნაწლავის კატარის დროს და კუჭიდან სისხლის დენისას. ფოთლები იქაც წყლით გამოწნავილის სახით გამოიყენება: 4 ჩაის კოვზ (დაახლოებით 5 გრ) წვრილად დაჭრილ ფოთოლს ასხამენ 2 ჭიქა მდულარე წყალს (ერთი დღის დოზა).

მაცვლის ჩაის შემდგენიარად ამზადებენ: ახლადშეგროვილ მაცვლის სუფთა ნედ ფოთლებს ჭურჭელში აწყობენ და ახურავენ თავს, ასე ტოვებენ, ვიდრე ფოთოლი არ დაღწება და გაშავდება, შემდეგ იღებენ და ღია ჰაერზე ახმობენ. ასეთნაირად ფერმენტირებული ფოთლების ჩაი იძენს განსაკუთრებულ არომატსა და გემოს, რომელიც ჩინური ჩაის არომატსა და გემოს მოგვაგონებს (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

ჩაქულებრივი მაჯალჰერი - DAPHNE MEZEREUM L.

მაჯალვერისებრთა ოჯახში შედის. ერთ მეტრამდე სიმაღლის ელასტიური ღერო-ტოტებიანი, მოყვითალო ნაცრისფერქერქიანი, მუქნერტილებიანი ბუჩქია.

ნაგრძელეული ლანცეტა ფორმის, ბლაგვი ან ბოლოწვეტიანი, ზედა მხრიდან მბრწყინავი, ქვემოდაც ბაცი ფოთლები უმეტესწილად ტოტების ბოლოებზე მორიგეობითაა განლაგებული.



მოვარდისფრო-სურნელოვანი ორსქესიანი ყვავილები, 3-5 ცალ-
იან ჯგუფებად ზის ტოტების ქვედა შეუფოთლავ ნაწილში. ნაყოფი
მომრგვალო კვერცხისებრი, ერთთესლიანი, წითელი, წვნიანი და კუ-
რკიანია.

მაჯალვერის ყველა სახეობის ნედლ ქერქსა და მერქანს არასას-
იამოვნო სპეციფიური სუნი ახასიათებს, დიდი ეკოლოგიური დია-
პაზონის მცენარეა, გვხვდება ბარიდან დაწყებული სუბალპური ტყე-
ების ჩათვლით.

მთელი მცენარე, განსაკუთრებით კი ნაყოფი მწვავე შხამიან
წვეს შეიცავს. იშვიათად, მაგრამ მშობლების მხრივ გაუფრთხი-
ლებლობის გამო არის ბავშვების მონამვლის შემთხვევები მაჯალ-
ვერის ნაყოფის შეჭმის შედეგად.

მაჯალვერის ქერქის ხელზე ხანგძლივი შეხებისას კანის დასუსხვა
და ბუშტუკების დაყრა ხდება.

მაჯალვერის ყველა ნაწილებში ნაპოვნია მუქი-მოყვითალო ფისი
მეზერინი. გარდა ამისა, ქერქი შეიცავს გლიკოზიდ დაფნინს, კუ-
მარინს (უმბელიფერონი), გუმფისს, საღებავ ნივთიერებებს. ნაყოფი

შეიცავს ცხიმებსა და ეთერზეთს, დაფნინისმაგვარ ნივთიერებას, ცილოვან და საღებავ ნივთიერებებს
სა და სხვა.

ჰომეოპათიურ და ხალხურ მედიცინაში მაჯალვერი გამოიყენება, როგორც კანის გამაღიზიანე-
ბელი და დაჩირქების საწინააღმდეგო საშუალება, რევმატიზმის, ნიკრისის ქარის, ნევრალგიის,
სიმსივნის, ჩირქოვების, სიყვითლისა და სახსრების ტკივილის საწინააღმდეგოდ.

ზოგჯერ მწიფე, ახლად შეგროვილ ან გამხმარ ნაყოფს დღეში თითო ცალს იღებენ უმადობის, და-
ლლილობის, ათეროსკლეროზის, ხოლო ქერქის ნაყენს კუჭის დაავადებების დროს. ამ მცენარეს იყენე-
ბენ აგრეთვე ფალარათისა და ციებ-ცხელების, ხველის და ტუბერკულოზის საწინააღმდეგოდ, აგრეთ-
ვე სიყვითლისა და დიზენტერიის სამკურნალოდ (პლოტნიკოვი, ლევჩენკო, 1965).

ნაყოფს იყენებენ აგრეთვე თრომბოფლებიტის ზოგი ფორმის მკურნალობისათვის (სტანკოვი,
1965), ძალელებში პარაზიტი ჭიების დასაყრელად ნაყოფი გამოიყენება, ხოლო ნაყოფისა და ქერქის ნა-
ყენი გამოიყენება, როგორც ინსექტიციდური (მწერების საწინააღმდეგო) საშუალება, ქერქს საღებავა-
დაც იყენებენ (ციტირებულია ვ. გ. მინაევას მიხედვით, 1970).

ძლიერი ტოქსიკურობის გამო მაჯალვერის პრეპარატების მიღება მხოლოდ ექიმის დანიშნულებ-
ითა და მისი ზედამხედველობითაა დასაშვები. გამხმარი ქერქის სპირტზე ნაყენს გარეგან შესაზღაურ
ბნარობენ დამბლის დროს.

ჩვეულებრივი ღოღო - RUMEX GRISPUS L.



მატიტელასებრთა ოჯახიდანაა. ღოღოს მესხეთში, იმერეთში, რა-
ჭაში, ლეჩხუმში, აჭარაში ღვალს ეძახიან. მოკლეფესვურიანი 60-150
სიმაღლის მრავალწლიანი მცენარეა. მთელ სიგრძეზე წვრილად დალ-
არული ღერო სწორმდგომი და კენწრულ ნაწილში დატოტვილია.

მორიგეობით განწყობილი წვერბლაგვი 15-25 სმ სიგრძის ფოთ-
ლები ღეროს ქვედა ნაწილში სამკუთხა-კვერცხისებრია, გულისებრ
ღრმად ამოჭრილი ფუძით და კიდევში ტალღისებრი დაკბილვით.
ღეროზე განლაგებული ფოთლები კენწროს მიმართულებით თანდა-
თან პატარავდება და კვერცხისებრ-ლანცეტა ფორმას იღებს, უფრო
მოკლე ყუნწებით. ყვავილები რგოლურადაა განლაგებული და კენ-
წრული საგველას სახითაა შეკრებილი. ღია ყავისფერი ნაყოფი კვერც-
ხისებრი კონფიგურაციისა და სამკუთხაა.

იზრდება ტყეთაშორის ველობებზე, მდელოებზე, ეზოებში, ბაღ-
ებში, გზის პირებზე, განსაკუთრებით საქონლის საზაფხულო სად-
გომების მიდამოებში და სხვა.

თავისი ფიტოქიმიზმითა და მნიშვნელობით ჩვეულებრივ ღო-
ღოსთან ძალიან ახლოს დგანან და მის ნაცვლად შეიძლება გამოყენება
ისეთი სახეობებისა, როგორიცაა: *Rumex aquaticus* L., *R. alpinus* L., *R. Ratiertia* L.

მედიცინაში ღოღოს ფესვები გამოიყენება. კოლიტის და ენტეროკოლიტის დროს. მცირე დოზებში

შემკვრელი, დიდ დოზებში კი გამსხნელი მოქმედება გააჩნია (ს. ე. ზემლინსკი, 1962).

ომსკის სამედიცინო ინსტიტუტის კლინიკაში ლოლოს თესლის ნახარში დისპეპსიისა და დიზენტერიის სანინალმდევოდ გამოიყენეს სპეციფიურ საშუალებებთან ერთად. შემკვრელი ეფექტი ბავშვებში გამოვლინდა იმ შემთხვევაში, როდესაც გამოიყენეს თესლების წყალზე ნაყენი 5,0 გრ თესლი 500 მლ წყალზე, დოზა 200-300 მლ ერთი დღე-ღამის განმავლობაში (ა. ფ. სმიშლაევა; ციტირებულია ა. დ. ტუროვას (1974) მიხედვით).

ლ. ა. შვედენკოს მონაცემებით ლოლოს თხევადი ექსტრაქტი (50-60 წვეთი ერთ ჯერზე, დღეში 3-ჯერ) დამაწყნარებლად მოქმედებს ჰიპერტონიული დაავადების I და II სტადიაში და სისხლის წნევას ამცირებს.

უკანასკნელ წლებში ჩვეულებრივმა ლოლომ განსაკუთრებული მნიშვნელობა მოიპოვა. მისი ფესვებიდან გამოყვეს კატეხინები და ლეიკოანტოცინები, რომელთაც სიმსივნის სანინალმდევო თვისება აღმოაჩნდათ და საცდელ ცხოველებში სიმსივნეების ზრდის შეფერხება გამოიწვია (კაბიევი, ვერლენჩიევი, ჩუმბალოვი, 1965).

კლინიკურმა ცდებმა გამოავლინა ლოლოს თესლის წყლით გამონაწვლილის (ლოლოს ჩაის) მაღალი ეფექტი კუჭის ალბილობის დროს ბავშვებში იმ შემთხვევაში, როდესაც სხვა საშუალებებმა სასურველი შედეგები ვერ გამოიღო ან მას ცუდად იტანდნენ ავადმყოფები (სმიშლაევა, გრიგორევა, 1959). თირკმლის კენჭოვანი დაავადებების შემთხვევაში ლოლოს გამოყენება არაა რეკომენდებული. იგი გამოიყენება აგრეთვე კანზე გამონაყარების, კანის ქავილის სამკურნალოდ, ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის ფუნქციების გასაძლიერებლად (დ. იორდანოვი და სხვები, 1968).

ჩვეულებრივი ცხენისწაბლი - AESCULUS HIPPOCASTANUM L.



ცხენისწაბლისებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. 30 მეტრამდე სიმაღლის ხეა, განიერი ხშირტოტებიანი ვარჯით. ქერქი ღეროზე მუქნაცურისფერია, ყლორტებზე კი მოყავისფრო და გლუვი. ხნიერი ხის ქერქი ღრმად დაღარულია.

თათისებრ დანაკეთული ფოთლები ერთიმეორის მოპირისპირედაა განლაგებული ტოტებსა და ყლორტებზე. თითოეულ ფრთართულ ფოთოლში 5-7 საკმაოდ გრძელი უუკუკვერცხისებრი, კიდედაკბილული ფოთოლაკია.

თეთრი, ზოგჯერ მოვარდისფრო ყვავილები აღმამდგომ მტევნისებრ პირამიდულ ყვავილედშია შეკრებილი. ნაყოფი მწვანე, მომრგვალო კოლოფია 6 სმ-მდე სიგრძის, მოფენილია მეჩხერი მსხვილი ეკლებით, ჩვეულებრივ ერთი მსხვილი თესლით. კოლოფი სამი საგდულით იხსნება. თესლი ყავისფერია, მომრგვალო ფორმის, ოდნავ შებრტყელებული, დიამეტრში 2-3 სმ, ფუძეზე განიერი რუხი ლაქით. 1000 ცალი თესლის წონა დაახლოებით 10000 გრამია. ყვავის მაის-ივნისში, ნაყოფი სექტემბერ-ოქტომბერში მწიფდება.

ბუნებრივად გავრცელებულია საბერძნეთში, რუსეთში ბუნებრივად არ გვხვდება, ფართოდაა გავრცელებილი საქართველოს ბალ-პარკებშიც.

მედიცინაში ქერქს იყენებენ, იშვიათად ნაყოფსაც. ცხენისწაბლის ექსტრაქტი (ვენოსტაზინი) დასაღვეად გამოიყენება ბუასილის, ვენების, (სისხლძარღვების) არისკოზული გაგანიერებისა და თრომბოფლებიტის, აგრეთვე არტერიოსკლეროზის დროს (სსრკ სამკურნალო მცენარეთა ატლასი, 1962).

მედიცინაში ცხენისწაბლისაგან მიღებული ბევრი გლიკოზიდი გამოიყენება: ესკუზანი, ვენოსტაზინი, ვაზოტონინი, დესკუზანი, ვენოგალი და ესკოზულფი - სისხლძარღვების სხვადასხვა დაავადებების დროს.

ლიტერატურაში აღნიშნულია ცხენისწაბლისაგან დამზადებული პრეპარატების მცირედი ტოქსიკურობა.

გერმანიაში უშვებენ პრეპარატ ესკუზანს. საზღვარგარეთის კლინიკების მონაცემების მიხედვით, ეს პრეპარატი ეფექტურია სისხლძარღვების კედლების სხვადასხვა დაზიანების, კერძოდ ვარიკოზური გაგანიერებისას, ბუასილის, სისხლძარღვების ანთების და ტრომბოზების პროფილაქტიკისათვის მშობიარობისა და ოპერაციების დროს, ეს მონაცემები დამტკიცებულია საბჭოთა კლინიკებშიც.

ცხენისწაბლის ნაყოფის 40 პროცენტთან სპირტზე ნაყენს მაკერაციის მეთოდით აკეთებენ (1 ნაწილი ცხენისწაბლის ნაყოფი, 10 ნაწილ სპირტზე). ნაყენს ესკუზანის ანალოგიური თვისებები გააჩ-

ნია, იყენებენ 25-30 წვეთს თითო მიღებაზე (ა. დ. ტუროვა, 1974).

მ. ა. ნოსალის (1960) მონაცემებით სამკურნალოდ ცხენისნაბლის ყვავილებს, ქერქსა და ნაყოფების კანს იყენებენ.

ცხენისნაბლის ნედლი ყვავილებიდან გამოწურულ 25-30 წვეთ წვესს, ერთ სუფრის კოვზ წყალში აზავებენ და სვამენ დღეში ორჯერ ფეხებზე სისხლძარღვების გაგანიერების და ბუასილური კვანძების გადიდებისას, მისი ხანგრძლივი გამოყენებისას ბუასილის ტკივილები ქრება და თუ ავადმყოფობა ხანგრძლივი დროის განმავლობაში მიშვებული არ იყო, ბუასილის პარკები (გამონაზარდები) ქრება.

ხალხში მიაჩნიათ, რომ თუმცა უფრო სუსტად, მაგრამ ასევე კარგად მოქმედებს ყვავილებიდან გამოწურული და სპირტში განზავებული წვენი (1 ნაწილი წვენი 2 ნაწილ სპირტზე) მიიღება 30-40 გრ დღეში სამჯერ. ეს მეთოდი საყურადღებოა იმით, რომ წვენის შენახვა შეიძლება ხანგრძლივად.

ცხენისნაბლის ტოტების ქერქის გამონახარსს, 50 გრ 1 ლ წყალზე, ხმარობენ აბაზანის მისაღებად კუჭის მოქმედებისთანავე ბუასილის სისხლდენის დროს. ასე იქცევიან იმ შემთხვევაში, როდესაც ბუასილური გამონაზარდები (პარკები) გარეგნულადაა. აბაზანა გრილია და მისი მიღება 15 წუთს გრძელდება. ასეთივე აბაზანებისათვის იყენებენ ცხენისნაბლის ტოტების ქერქსა და წყლის წინაკის ნარევეს.

კანგაცლილი ცხენისნაბლის ნაყოფით კვებავენ ღორებსა და თხებს. კანგაუცლელ ნაყოფს ცხოველები არ ჭამენ.

ჩვეულებრივი ჭნავი (ცირცელი) - *SORBUS AUCUPARIA L.*



ვარდისებრთა ოჯახში შედის. ჩვეულებრივი ჭნავი, ცირცელი ტან-მორჩილი ხეა 10 (იშვიათად 15-20მ) სიმაღლის დიდი კენტი-ფოთართული, 5-9 ნაგრძელელებული ლანცეტა ფოთოლაკიანი ფოთლებით, თეთრი ყვავილები ფარისებრ თანაცვაილედებშია შეკრებილი, რომელნიც დამოკლებულ ტოტებზეა განლაგებული, სპეციფიური ძლიერი სუნით.

ნაყოფი თითქმის ბურთივით მრგვალია, ვაშლისებრი ფორმის, წვნიანი. ნაყოფს თავში შერჩენილი აქვს ყვავილის ჯამი ვაშლისა და ვარდოსანთა ოჯახის სხვა სახეობების მსგავსად. იგი მკვეთრი ნარინჯისფერ-მონითალოა, 8-10 მმ სიმაღლით. თესლი მონითალოა, ნამგლისებრ მოხრილი, თითო ნაყოფში ჩვეულებრივ სამი ცალია. 1000 ცალი თესლი დაახლოებით 3,6 გრ-ს იწონის, ყვავის მაის-ივნისში, ნაყოფი სექტემბერში მწიფდება.

გავრცელებულია მეტწილად ტყის ზედა და სუბალპურ სარტყლებში და წარმოდგენილია ორი სახეობით. ამათგან საქართველოში უფრო ფართოდ გავრცელებულია *Sorbus caucasigena Kom*, რომელიც ძირითადად მთავარი კავკასიონის მთა-ხეობებზე (აფხაზეთი, სვანეთი, რაჭა-ლეჩხუმი, სამეგრელო, იმერეთი, სამაჩაბლო, ქართლი,

მთიულეთი, თუშ-ფშავ-ხევსურეთი, კახეთი), აგრეთვე მცირე კავკასიონის აღმოსავლეთ ნაწილში (თრიალეთი, ჯავახეთი, მესხეთი) გვხვდება. მეორე მათგანი *Sorbus boissieri C. K. Schueid.*, ძირითადად აჭარასა და გურიაში, მცირე რაოდენობით აფხაზეთსა და სამეგრელოშიც გვხვდება. გარეგნულად ორივე სახეობა ძალიან ჰგავს ერთმანეთს. განსხვავება იმაშია, რომ პირველი მათგანის ფოთოლი უფრო მეტი რაოდენობის (9-მდე) წვეილი ფოთოლაკებისაგან შედგება. ფოთოლაკები მოგრძო-ლანცეტა ფორმისაა, ნაყოფი კამკამა წითელი ან მკრთალი ყვითელია. სახეობა გავრცელების არეალში 5 ფორმითაა წარმოდგენილი. მეორე სახეობის (*S. boissieri*) ფოთოლი მხოლოდ 5-7 ფოთოლაკისაგან შედგება. ფოთოლაკები უფრო ფართო და სქელია, კიდებზე მხოლოდ შუა ნაწილის ზემოთა ხერხისებრ დაკბილული. ნაყოფი ნარინჯისფერი ან მოყვითალო-წითელია. ეს სახეობა 2 სახესხვაობითაა (*Var. adscharica* - ხულოს რაიონში და *Var. bachmarensis* - მთა ბახმაროზე), რომელიც ერთმანეთისაგან ძირითადად ნაყოფის ფორმით განსხვავდებიან. პირველის ნაყოფი ვაშლისებრ შებრტყელებულია, მეორესი - ფართო ელიფსური. ცირცელი ყვავილობისა და ნაყოფის სიმნიფის პერიოდში ძლიერ მიმზიდველია. სასურველია მისი გამოყენება მთიან პირობებში გამწვანებისა და გატყვევებისათვის.

უხვად ნაყოფმსხმოიარობს ყოველი 1-2 წლის შემდეგ, მოსავლის რაოდენობა 1 ჰექტარზე 200-400 კგ-ს აღწევს. ადვილად იტანს დიდ და ხანგრძლივ ყინვებს, აგრეთვე გვალვასაც.

დიდი ეკოლოგიური დიაპაზონის მცენარეა, ამიტომ მისი დარგვა-გამწვანება შეიძლება არამარტო მაღალი მთის პირობებში, არამედ გაცილებით უფრო დაბლა, თვით ზღვისპირამდეც კი.

ცირცელის ნაყოფი 4-8 პროცენტ შაქრებს შეიცავს (ფრუქტოზა, გლუკოზა, სორბოზა, საქაროზა), გარდა ამისა, მის შემადგენლობაშია 2 პროცენტზე მეტი ვაშლის, ლიმონის, ყურძნის და ქარვის მჟავები, პექტინები და მთრიმლავი ნივთიერებები, შეიცავს ვიტამინების მნიშვნელოვან რაოდენობას (ასკორბინის მჟავას 200 მგ-მდე, კაროტინს 20 მგ პროცენტამდე და ვიტამინ P-ს).

ნაყოფს ნედლადაც ჭამენ, ძირითადად კი მას გადამუშავებული სახით იყენებენ. ამზადებენ ხილფაფას, მარმელადს, მურაბას, ღვინოს, ლიქიორს, ძმარს, ბურაბს და სხვა. მათგან მზადდება ვიტამინიზებული სამკურნალო სიროფები. ამ მხრივ დიდი პოპულარობით სარგებლობს ნაყოფის წვენი შაქართან დაკონსერვებულ მდგომარეობაში. ხალხურ მედიცინაში ნაყოფს და ყვავილებს გამხსნელ და ოფლმდენ საშუალებად იყენებენ. გარდა ამისა, ნაყოფი შესანიშნავი საკვებია ორნიტოფაუნისათვის (ფრინველისათვის). მერქანი ფართოდ გამოიყენება წვრილმანი ნაკეთობების დასამზადებლად. ქერქი 14 პროცენტამდე მთრიმლავ ნივთიერებებს შეიცავს. წვრილ ტოტებს საქონლის საკვებად იყენებენ, იგი მნიშვნელოვანია მეფუტკრეობის განვითარებისათვისაც, როგორც კარგი თაფლოვანი მცენარე.

ნაყოფის მნიშვნელობას დიდად ზრდის მათში მიკროელემენტების (კალიუმის პერმანგანატი, რკინა, სპილენძი, ალუმინიუმი) შემცველობა.

ცირცელის ყვავილს ხალხში საშარდე ორგანოების კენჭოვანი დაავადებების დროს იყენებენ, ნაყოფთან ერთად კი მათ გამოიყენება აქვთ ნივთიერებათა ცვლის დარღვევის, გაციებულობის და კუჭ-ნაწლავების დაავადების დროს. ვეტერინარულ პრაქტიკაში ნაყოფის მაგარ ნახარშს საქონლის ფილტვების დაავადების დროს ხმარობენ.

ხალხში ნაყოფის წვენი გამოიყენება კუჭის წვენის დაბალმჟავიანობისას (იღებენ თითო ჩაის კოვზს ჭამის წინ). ნაყოფების არაყზე ნაყენს შემდეგნაირად ამზადებენ: ერთ ნაწილ ნაყოფი 10 ნაწილ არაყზე. იღებენ მადის მოსაგვრელად თითო ჩაის კოვზს დღეში სამჯერ.

მომჟავო-ტკბილი ნაყენის მოსამზადებლად 40 გრ ნაყოფს ქვასანაყში ნაყავენ, ასხამენ 200 მლ მდულარე წყალს და 4 საათს დგამენ, ანჯღრევენ, ფილტრავენ სამფენა დოლბანდში, ამის შემდეგ გემოვნების მიხედვით შაქარს უმატებენ.

ბულგარეთის სახალხო მედიცინის მიხედვით ცირცელის ნაყოფის წვენს - ვაჟინს (1 კგ ახლად დაკრეფილი ნაყოფის წვენს 600 გრ შაქართან ერთად ხარშავენ) კარგ გამხსნელ და ოფლმდენ საშუალებად იყენებენ. გამოიყენება რევმატული ტკივილების, თირკმლისა და საშარდე ბუშტის კენჭოვანი დაავადებების დროს, საუკეთესო საშუალებაა ავიტამინოზის ნიშნების დროსაც.

ჩვეულბარიში ჯონჯოლი - STAPHYLEA PINNATA L.

კოლხური ჯონჯოლი - S. COLCHICA Stev.



ჯონჯოლისებრთა ოჯახის მოზრდილი 2-6 მეტრამდე სიმაღლის ბუჩქია. ჩვეულბარიში ჯონჯოლის კენტფრთართული ფოთლების ფოთოლაკთა რაოდენობა 5-7 ცალის ფარგლებში მერყეობს. ახალგაზრდა ყლორტები მუხლთმორისებში ღრუიანია უგულგულობის გამო. თეთრი ოდნავ მოვარდისფრო ყვავილები კენწრულ დაკიდულ ქოლგა ან საგველა ყვავილედებადაა შეკრებილი.

ნაყოფი უუკვერცხისებრი, სიფრიფანა ბუშტივით გაბერილი 2-3 ბუდნიანი წვერში შეზრდილი ამდენივე ნაკვთიანი კოლოფია. თესლი ბურთივით მრგვალი, კოლოფთან მიმაგრების ადგილას მობრტყო, მუქჩალისფერმოყავისფრო ნაჭუჭიანია (ი. აბაშიძე, 1962). იზრდება ტყეებში და მდინარეთა ხეობებში 1000-1200 მეტრამდე სიმაღლეზე ზღვის დონიდან იმერეთში, აჭარაში, სამხრეთ ოსეთში, ქართლსა და კახეთში. ჩვეულბარი ჯონჯოლთან შედარებით კოლხური ჯონჯოლის უმთავრესი განმასხვავებელი ნიშნებია ის, რომ კენტფრთართული ფოთლების ფოთოლაკთა რაოდენობა უმეტესწილად 3 ცალს არ აღემატება და ნაყოფის ნაკვთები წვერში განცალკევებულია. იზრდება ტყეებში, ტყისპირებსა და ხეებში მთის შუა სარტყლამდე (ხშირად 1000 მეტრამდე). გვხვდება აფხაზეთში, რაჭა-ლეჩხუმში, აჭარაში, იმერეთში, სამეგრელოში.

ორივე სახეობის ჯონჯოლის თანაყვავილედები ბუტონობის ფაზაში (გასაშლელად გამზადებული საყვავილე კვირტები) ჩვენში ოდითგანვე გამოიყენება როგორც შესანიშნავი სამწნილე ნედლეული.

ამის გამო ჯონჯოლს ბალ-ვენახების ნაპირებზეც კი აშენებენ საკარმიდამო ნაკვეთებში. ჯონჯოლი თანამედროვე პირობებში მოსახლეობის მნიშვნელოვანი ეკონომიური შემოსავლის სა-

რეზერვო წყაროა და რაოდენ სამწუხაროა, რომ მიუხედავად ყოველივე ამისა მის მოვლა-მოშენებას დღემდე ჯეროვანი ყურადღება არ ექცევა. უპირველეს ყოვლისა იმიტომ, რომ დამუშავებული არაა ჯონჯოლის სარგავი მასალის გამოყვანისა და მისი პლანტაციების გაშენების ტექნოლოგიური პროცესი.

საჭიროა ამ მდგომარეობას ყურადღება მიაქციონ სათანადო სამეურნეო ორგანოებმა.

ჯონჯოლის თესლისაგან ადრე ზეთსაც ხდიდნენ, რომელიც სუნითა და გემოთი ფსტის ზეთს მოგვაგონებს, მაგრამ მისი მსუბუქი გამხსნელი თვისების გამო საქმელად ნაკლებად გამოიყენებოდა. ამ თვისების გამო იგი საყურადღებოა როგორც ქრონიკული შეკრულობის სანიანალმდეგო საშუალება და ვფიქრობთ მას ყურადღებას მიაქცევენ ფარმაცევტები, ბიოქიმიკოსები და ექიმები, ხოლო ჯონჯოლის კვების მრეწველობაში ფართოდ დანერგვით და მისი ყვავილების დამწნილების ქარხნული ტექნოლოგიის დამუშავებით კი დაინტერესდებიან როგორც სოფლისა და სატყეო მეურნეობის, ასევე კვების მრეწველობის ორგანიზაციები, შესაბამისი სამეცნიერო-კვლევითი ინსტიტუტები კი ზემოთ ჩამოთვლილ საკითხებთან ერთად დაამუშავებენ ჯონჯოლის რესურსების კვლავწარმოების აგროტექნიკურ კომპლექსთა ციკლს.

ცერცვეკალა - ALHAGI PSEUDOALHAGI (M. B.) Dw.



პარკოსანთა ოჯახს ეკუთვნის. ცერცვეკალა 30-130 მმ სიმაღლის ნახევრად ბუჩქი მცენარეა. ღრმად მიმავალი ფესვთა სისტემით. ღეროზე განლაგებული ძლიერი ეკლები ღეროს სახეცვლილებას წარმოადგენს და ნითელი მოვარდისფერო ყვავილები სწორედ მათზეა გაბნეული 3-8 ყვავილიან ჯგუფებად. კიდემთლიანი, ნაგრძელებული, ლანცეტა ან ოვალური ფორმის მარტივი ფოთლები ძირითადად მორიგეობითაა განლაგებული და ნაყოფობის დროს უკვე სცივია.

პარკები სწორია ან ნამგლისებრ მოხრილი 4-5 თესლით. ყვავილობა გახანგრძლივებულია თითქმის მთელი ზაფხულის განმავლობაში (ი. ა. გუბანოვი და სხვა, 1976).

იზრდება ზღვის დონიდან 400 მ სიმაღლემდე, უპირატესად მდინარეთა სანაპირო დაბლობებზე, მეჩხერ, ნათელ ტყეებში, მლაშობ ნიადაგებზე. გვხვდება შუა ქართლში, ქიზიყში, გარე კახეთში, გარდაბანსა და ქვემო ქართლში. უალრესად სიმშრალის ამტანი მცენარეა. ხანგრძლივი სიცხეების დროს, როცა ბევრი ბალახა მცენარე უკვე ჩაინვა, იგი თავისი ხასხასა მწვანე ფერით ამკობს მიდამოს.

ცერცვეკალას მიწისზედა ნაწილები შეიცავს 0,7 პროცენტზე ალკალიიდებს, მთრიმლავე ნივთიერებებს C და K, აგრეთვე B ჯგუფის ვიტამინებს, კაროტინს, ეთერზეთებს, ფლაონურ გლიკოზიდებს, მღებავ და შაქროვან ნივთიერებებს, კაუჩუკს, ორგანულ მჟავებს, ფისსა და სხვა. ბალახის ნახარში აძლიერებს ნალელის დენას, გააჩნია შემკვერელი თვისება, გამოიყენება ჭვალის დროს, აგრეთვე გასტრიტის, კუჭის ნყლულის მკურნალობაში. ამცირებს ადამიანის ორგანიზმში სითხის დანაკარგს.

ხალხურ მედიცინაში ცერცვეკალას ფოთლის ნაყენს იღებენ ოფლდამდენ საშუალებად, ფესვებს კი ბუასილის და სისხლიანი ფლარათის სამკურნალოდ, საუცხოო თაფლოვანი მცენარეა.

პალლის სატაცური - TAMUS COMMUNIS L.

დიოსკორეასებრთა ოჯახში შედის. ჩვენს ნიფლნარებში და მუხნარებში, აგრეთვე სხვა ფორმაციის ტყეებში ფართოდ გავრცელებული მრავალწლიანი მხვიარა მცენარეა. მისი ტუბერის მსგავსად გამსხვილებული ფესვი, რომლის სიგრძე ზოგჯერ 1 მეტრსაც კი აღწევს, ნიადაგში საკმაოდ ღრმად მიდის, გარედან მუქი მოყავისფროა, ხოლო შიგნით მოთეთრო ფერისაა.

ფესვის ყელიდან ჩვეულებრივ რამოდენიმე ღერო ამოდის, თითოეული მათგანის სიგრძე 4 მ-მდე აღწევს.

გრძელყუნწიანი კიდემთლიანი ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული. რკალწერვიანი ფოთლის ფირფიტა კვერცხისებრია, ღრმა გულისმოყვანილობის ფუძითა და წვეტიანი ბოლოთი.

მდედრობითი ყვავილები მოკლეყუნწიან მტევნებადაა თავმოყრილი ფოთლების ილიეებში. მამრობითი ყვავილების მტევნები ხშირად ფოთლის ყუნწზე გრძელია.



სფერული ფორმის ნითელი, კენკრა ნაყოფი 3-6 თესლიანია, ყვავის აპრილ-ივნისში.

ძალის სატაცურის მიწისზედა და მიწისქვეშა ნაწილები შხამიანია. თავდაპირველად ქართული ხალხური მედიცინა იყენებდა მის ფესვებს რევმატიზმის სამკურნალოდ, როგორც გარეგან საშუალებას.

ძალის სატაცურის ფესვი გამოიყენება ქართულ ხალხურ მედიცინაში და კავკასიის სხვა მხარეებშიც რევმატიზმისა და იშიახის სამკურნალოდ. კლინიკური დაკვირვებებით დადასტურებულია ძალის სატაცურის ნახარშის ეფექტურობა აღნიშნული დაავადებების მკურნალობისას (ა. ი. ლესკოვი, ა. ი. შრეტერი, 1962).

ა.გროსპეიმის (1962) ცნობით, ძალის სატაცურის ჩვილ ყლორტებს ადუღებენ, წყალს რამოდენიმეჯერ გადანურავენ, შემდეგ კვლავ ახალ წყალში ნახარშს შეამზადებენ და საჭმელად იყენებენ, მაგრამ მისი დიდი რაოდენობით ჭამა კუჭის აშლილობას იწვევს.

ძლიერი ტოქსიკური თვისებების გამო, ძალის სატაცურის საკვებად გამოყენება დაუშვებლად უნდა მივიჩნიოთ.

ძახველი - VIBURNUM OPULUS L.



ცხრატყავასებრთა ოჯახს ეკუთვნის. ძახველი 1,5-4 მ სიმაღლის ბუჩქია. ტოტებზე ქერქი მოყავისფროა, ღეროზე კი მოყავისფრო-ნაცრისფერი. ტოტებზე მოპირისპირედ განლაგებული ფოთლები სამნაკვითანია. ფოთლის ფირფიტის ფუძესთან ყუნწზე დამახასიათებელი ორი ადვილად შესამჩნევი ჯირკვლი ზის. ფოთოლი ზემოდან უფრო მუქმწვანავა ქვედა მხარესთან შედარებით.

ყვავილები ფარისებრ ყვავილედში შეკრებილი 6-8 სხვივით, ყვავილის ჯამი 5 ფოთლიანია, გვირგვინი თეთრია, ზოგჯერ მოვარდისფრო თეთრიც. ქოლგისებრ ყვავილედში განაპირა ყვავილები უნაყოფო და გაცილებით დიდია, შუაში განლაგებულ ნაყოფიერ ყვავილესთან შედარებით. ნაყოფი წვნიანი კურკიანია, მრგვალი ან ელიფსური ფორმის, 8-10 მმ სიმაღლის. ნაყოფისათვის დამახასიათებელია საკმაოდ დიდი ბრტყელი კურკა.

ძახველი საქართველოში ვრცელი არეალით ხასიათდება. იგი დიდი ეკოლოგიური დიაპაზონის მცენარეა, დაბლობებშიც და მთაშიც ზღვის დონიდან 2100 მ სიმაღლემდე გვხვდება. იგი ტიპური მეზოფიტია, ამიტომ უფრო ხშირად ნესტიან ადგილებში გვხვდება.

ი.ა. გუბანოვის, ი.ლ. კრილოვასა და ვ.ლ. ტიხონოვის (1976) მონაცემებით, სამკურნალოდ ძახველის ქერქსა და ნაყოფს იყენებენ, ქერქი მრავალჯერადად მჟავებსა და მთრიმლავ ნივთიერებებს შეიცავს. ქერქისაგან მიღებული გამონახარში და ექსტრაქტი გამოიყენება საშვილოსნოდან სისხლდენის შემცირებისა და შეწყვეტისათვის. ნაყოფი 32 პროცენტამდე მაქრებს, 3 პროცენტამდე მთრიმლავ ნივთიერებებს, ორჯანულ მჟავებსა და ვიტამინ C-ს შეიცავს. ნაყოფისაგან მიღებული პრეპარატები აძლიერებენ გულის შეკუმშვის უნარს და ადიდებენ დიურეზს (შარდენას). თესლს ყვავის სუროგატად იყენებენ. ნაყოფი ნითელი ფერის საღებავადც გამოიყენება.

მართალია უზანის (*Viburnum lantana* L.) ქიმიური შემადგენლობა ჯერ კიდევ ნაკლებადაა შესწავლილი, მაგრამ მის ქერქსა და ნაყოფს ხალხური მედიცინა კუჭის აშლილობის, ყელის ტკივილისა და ღრძილების სამკურნალოდ იყენებს. ფოთლებით მოჩალისფრო-ყვითლად, ხოლო ნაყოფით ნითლად ღებავენ. ომსკელი ფარმაკოლოგების გამოკვლევებით, ძახველის პრეპარატები ამალდებენ საშვილოსნოს ტონუსს და კუმშვის სიძლიერეს, ამასთან სპაზმის გარეშე, რითაც განსხვავდება ცნობილ საშუალება ჭვავის რქის პრეპარატებისაგან (გოგოროვი, 1965).

ძახველის ნაყოფის წვენი მოქმედებს როგორც საფლარათო და სპაზმოლიტური საშუალება. ფოთლების მიერ გამოყოფილ აქროლად ნივთიერებებს (ფიტონციდებს) ანტიბაქტერიული თვისება აქვთ.

ხალხურ მედიცინაში ძახველის ნაყოფის წვენს სვამენ გაციებით გამოწვეული ხველების დროს, ბრონქიალური ასთმის, ისტერიის, შიპერტონიის (ნაყოფის წვენის ნაყენის თბილ ლუმელში მომზადებით) და გახანგრძლივებული მენსტრუაციის წინააღმდეგ; სპირიტის, ძახველის ნაყოფის წვენისა და

კარაქის ნარევს სვამენ კუჭის წყლულისა და კუჭის წვენის დაქვეითებული მჟავიანობის დროს.

მიაჩნიათ აგრეთვე, რომ ძახელის ნაყოფის წვენისა და უფოთლო წვრილი ტოტების მონახარშის ნარევს ხმარობენ ავთვისებიანი სიმსივნეების დროს, თაფლში შერეული ნაყენი კი დადებითად მოქმედებს ქოლევცისტიტიან (ნაღვლის ბუშტის ჩირქოვანი ანთება) ავადმყოფებზე. ნაყოფის წვენს სვამენ ფურუნკულებისა და ეგზემის წინააღმდეგ. ყვავილების მონახარშს ურჩევენ ხველისა და ხმაჩახლჩილობის, თირკმლებისა და ნაღვლის ბუშტის კენჭების წინააღმდეგ, ყლორტების მონახარშს კი ბავშვებში სიყვილის დროს. ქერქს ადრე გაზაფხულზე აგროვებენ, თანაც მარტო ახალგაზრდა ღეროებსა და ტოტებზე, ამრობენ ქარგამჭოლ ადგილზე ჩრდილში (ე. გ. მინაევა, 1970).

ა. დ. ტუროვას (1974) მიხედვით ძახელის ქერქის პრეპარატები მედიცინაში სისხლდენის შემაჩერებლად გამოიყენება მშობიარობის შემდგომ პერიოდში, გინეკოლოგიური დაავადებების საფუძველზე საშვილოსნოდან სისხლდენის დროს, ავადმყოფური უხვი მენსტრუაციის შემთხვევაში.

გამოიყენება წვრილად დაჭრილ ქერქზე 70 პროცენტის სპირიტის დასახით მიღებული თხევადი ექსტრაქტი (მეფარდება 1:1), მიიღება 20-40 წვითი 2-3-ჯერ დღეში ჭამამდე.

წყლიანი ნაყენი: 7 გრ ქერქი ერთ ჭიქა მდულარე წყალზე, აუღებენ ნელ ცეცხლზე 30 წუთს და წურავენ, იღებენ თითო სუფრის კოვზს დღეში 3-4-ჯერ.

ძახელის ნაყოფის წყლიანი ნაყენი: ნაყოფს კარგად ჭყლეტენ და თანდათან უმატებენ მდულარე წყალს (2-3 სუფრის კოვზი ნაყოფი ერთ ჭიქა მდულარე წყალზე) დგამენ 4 საათის განმავლობაში, ნაყენს სვამენ დღეში 3-4 ჭიქას.

ჰიმნო - PALIURUS SPINA - CHRISTI Mill.



ხეჭრელისებრთა ოჯახის 1-4 მ სიმაღლის ხშირტოტებიანი და ეკლიანი ბუჩქია. ჩვილი ტოტები წვრილი ბუსუსებითაა შემოსილი, შემდეგ კი შიშველი. საკმაოდ ყუნწიანი არასიმეტრიულად კვერცხისებრი, კიდედაკბილული, სამრკალძარღვიანი ფოთლები ყლორტებსა და ტოტებზე მორიგეობითაა განლაგებული. ფოთლებითა და ყლორტებით ძეძვი ძალიან ჰგავს უნაბს. ფოთლების ყუნწების ძირში წყვილ-წყვილი ან თითო მოკაუჭებული მაგარი ეკალი ზის.

მცირე ზომის მოყვითალო ყვავილები ფოთლების ილიებში მოკლემტევენებადაა შეკრებილი. მოხაზულობით მომრგვალო, ბადროსებრი, ტალღოვან მშრალფრთიანი ნაყოფი შუაში ორივე მხრიდან ამობურცული და გრძელყუნწიანი, რომელიც მომნიფებულ მდგომარეობაში მოჩალისფრო ან მოყავისფროა.

ძეძვი უფრო ხშირად აღმოსავლეთ საქართველოშია გავრცელებული ზღვის დონიდან უმეტესწილად 1200 მ სიმაღლემდე. დასავლეთ საქართველოში კი ზღვისპირეთის ქვიშნარებსა და მშრალ ქვიან ფერდობებზეა გავრცელებული. რაჭაში მცირე რაოდენობითაა აღწერილი სოფლების, - ნესისა და კვაცხუთის მიდამოებში.

შესანიშნავი ბუჩქია ცოცხალი ლობეებისათვის. საქოვრებზე კი მავნე მცენარეადა მიჩნეული, რადგან მის რაყებში ცხვარი დიდი რაოდენობით მატყლს ტოვებს, გარდა ამისა მისი ეკლები მტანჯავ ტკივილს აყენებს საქონელს.

ძეძვის ფოთლები და ქერქი შემკვრელი თვისებისაა, ამიტომ ხალხურ მედიცინაში მათი ნახარში გამოიყენება კატარისა და კუჭის აშლილობის დროს. ყვავილები დიდი რაოდენობით ნექტარს იძლევა და შესანიშნავ თაფლოვან მცენარეადაცაა აღიარებული. ფოთლები 17% მგ% ვიტამინ C-ს შეიცავს.

ნაყოფის ნახარში ფართოდ გამოიყენება ხალხურ მედიცინაში, როგორც კარგი ამოსახველებელი საშუალება. დადებით ეფექტს იღებენ ბრონქიალური ასთმის სანყის სტადიაში გამოყენებით.

ნახარშის მოსამზადებლად ერთ ჩაის ჭიქა ნაყოფს 1 ლ წყალს ასხამენ, ნელი დუღილით 10-15 წუთს ხარშავენ. სვამენ თბილ მდგომარეობაში ღვინის ჭიქით ყლუპ-ყლუპობით დღეში სამჯერ ერთი კვირის განმავლობაში.

ძირმწარა - ARISTOLOCHIA CLEMATITIS L.

ძირმწარასებრთა ოჯახში შედის. ძირმწარა 30-50 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი თავისებური არასასიამოვნო სუნის მქონე, მოკლე მხოხავფესკურიანი მცენარეა. სწორმდგომი რამდენადმე დაკლაკნილი შესახედაობის ღერო უფრო ხშირად მარტივია, ე. ი. არ იტოტება, იშვიათად გვხვდება ხშირად დატოტევილი ეგ ზემპლარებიც.



ლია მწვანე ფერის კიდემთლიანი, გულისებრფუძიანი, საკმაოდ გრძელყუნწიანი, კვერცხისებრი ან მომრგვალო ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული და ზედა მხრიდან უფრო მუქ-მწვანეა ქვედა მხარესთან შედარებით.

18-25 სმ სიგრძის ყვითელი ყვავილები ფოთლების ილიებში ჯგუფურადაა განლაგებული, 2-8 ცალის რაოდენობით.

მოუმწიფებელი ნაყოფი მწვანე ფერის ხორციანი, მსხლისებრი ან მომრგვალო ფორმის კოლოფია, რომელიც მომწიფებისას 5-6 სმ სიგრძეს აღწევს და 6 გრძივი ნაბზარით იხსნება. ყვავის და ნაყოფი უმწიფდება მაის-სექტემბრის განმავლობაში.

იზრდება მთის ქვედა და შუა სარტყლის ტენიან ბუჩქნარებსა და ტყეებში, კერძოდ, ნიფლნარებში, ტყის ნესტიან ველობებზე, ხეებში, ტყის ნაკადულების პირას. სამკურნალოდ გამოიყენება უფრო ხშირად ფესვურა, ზოგან ნაყოფი და ფოთლებიც. შეგროვების ვადაა მაის-ივნის-ივლისი.

საქართველოში ჩვეულებრივ ძირმწარას გარდა გვხვდება აგრეთვე სამკურნალო სახეობა - ქართული ძირმწარა (*Aristolochia iberica* F. A.

M.). გარეგნულად იგი იმით გამოირჩევა, რომ მისი ყვავილები თითო-თითოადაა განლაგებული. ყვავილსაფარის გადანალუნი, მომწვანო-ყვითელი ფონზე, სხვადასხვაგვარ სურათს იძლევა. ხახაში ყვითელი ლაქები არ აქვს (როგორც ჩვეულებრივ ძირმწარას), ფოთლები კი უფრო დიდი ზომისაა, ფართო კვერცხისებრი. გვხვდება აფხაზეთში, სამეგრელოში, იმერეთში, აჭარაში, ქართლში და კახეთში. დეკორატიულია. ორივე სახეობა ერთნაირი სამკურნალო თვისებებით ხასიათდება.

ხალხური მედიცინა ძირმწარას ფესვურის და ფოთლის გამოხახარმს და მისგან მიღებული წყლის გამოხანწილსა და სპირტზე ნაყენს იყენებს ხველის წინააღმდეგ, აგრეთვე როგორც ჭრილობების შეხორცების დამაჩქარებელ საშუალებას და წყლულების მკურნალობისას სველი საფენების სახით. მცირე დოზით მის ნაყენს იყენებენ ოფლისა და შარდმომგვრელ საშუალებად. მასში შემავალი ალკალოიდი „არისტოლოხინი“ ტოქსიკური ბუნებისაა და იწვევს პერიფერიული სისხლძარღვების გაგანიერებას. სუნთქვის რამდენადმე აღზნებით ამცირებს სისხლის წნევას ჰიპერტონიული დაავადების საწყის სტადიაში.

ძირმწარას წყლის გამოხანწილის მოსამზადებლად წვრილად დაჭრილ ფესვურას იღებენ ერთ ჩაის კოვზს, რომელსაც ასხამენ წინასწარ ანადუღარ და გაგრილებულ ერთ ჭიქა წყალს, ასე ტოვებენ რვა საათის განმავლობაში. ამის შემდეგ განურავენ და ერთ ჭიქა გამოხანწილს იღებენ ერთი დღის განმავლობაში ნაწილ-ნაწილ რამოდენიმეჯერ.

გარეგან სახმარად (სველი საფენები) იღებენ ორი ჩაის კოვზ წვრილად დაჭრილ ფესვებს ორ ჭიქა წყალზე, რომელსაც ადუღებენ 30 წუთის განმავლობაში ნელ ცეცხლზე და გაგრილების შემდეგ წურავენ სუფთა დოლბანდში ან ძაბრში ჩაფენილ სუფთა ბამბით.

ძირმწარა შხამიანი მცენარეა, ამიტომ მისი გამოყენება მხოლოდ ექიმის მეთვალყურეობითაა დასაშვები.

პირტკბილი - GLYCYRRHIZA GLABRA L.

პარკოსანთა ოჯახის 50-100 სმ სიმაღლის მრავალწლოვანი ბალახია. მთავარდერძა ფესვი ნიჟარაგვი 4-5 მ სიღრმემდე აღწევს, რომელიც მსხვილი ფესვებითაა დატოტვილი და მათი სიგრძე 9 მეტრამდე აღწევს. ფესვის ყელიდან რამოდენიმე ლერო ამოდის, რომელნიც მარტივი ან სუსტად დატოტვილია.

5-20 სმ სიგრძის კენტფორთართული ფოთლები ლეროზე მორიგეობითაა განლაგებული, 3-8 წყვილი 2-4 სმ სიგრძის ელიფსური, წაგრძელებულკვერცხისებრი ან ლანცეტა ფოთოლაკებით.

მოთეთრო-მოიისფრო ყვავილები 13 სმ-მდე სიგრძის მჭიდრო მტევნებად ფოთლების ილიებში საითაოდაა განლაგებული. ნაყოფი 2-3 სმ სიგრძის პარკია.

იზრდება დაბლობებსა და მთისწინებზე, მდინარისპირა დაბლობებზე ქართლში, კახეთში და გარდაბანში, მლამობებსა და არხებისპირა ტენიან ადგილებში.

ძირტკბილას ფესვებისაგან დამზადებული პრეპარატები გამოიყენება სასუნთქი გზების დაავადებების მკურნალობაში, როგორც ამოსახველებელი საშუალება, საკმაოდ ეფექტურია ქრონიკული შეკრულობის დროსაც. ექსპერიმენტულ ცხოველებში აღინიშნა კუჭის წყლულის შეხორცების დაჩქარება (ი.ა. ალექსინა, 1962).



იგი კვების მრეწველობაშიაც ფართოდ გამოიყენება.

ძირტკბილას ხანგრძლივი გამოყენების შემთხვევაში აღინიშნება სისხლის წნევის მომატება, შემუპება. ამიტომ უნდა ვერიდოთ მის გამოყენებას ექიმის დანიშნულების გარეშე.

ისაევი და თანაავტორები (1977) ურჩევენ ნახარშს: ერთი სუფრის კოვზი წვრილად დაჭრილი ფესვები 0,5 ლ წყალზე, ადუღებენ 10 წუთს, სვამენ თითო სირჩას (30-40 გრ) ჭამის წინ.

ძირტკბილას გამოყენება მიუღებელია გულის უკმარისობისას, სისხლის მაღალი წნევისა და ორსულობის დროს.

ჩინელები ძირტკბილას, ყენშენის შემდეგ, მეორე, სამკურნალო მცენარედ მიიჩნევენ. ტიბეტის მედიცინაში კი ფართოდ იყენებდნენ ხველების, ფილტვების ანთების, ტუბერკულოზის, კუჭის, ღვიძლის, თირკმლების დაავადებების სამკურნალოდ (მ. ა. კუდინოვი და თანაავტორები, 1980).

თანამედროვე მედიცინაში ძირტკბილას იყენებენ, როგორც ამოსახველებელ და შარდდამდენ საშუალებას. პრეპარატი ლიქვირინტინი, რომელიც მისი ფესვებისაგან მზადდება, გამოიყენება გასტრიტისა და კუჭის წყლულის მკურნალობაში (მ. დ. მაშკოვსკი, 1984).

გამოიყენება ნახარში: 50 გრ წვრილად დაჭრილი ფესვები 500 მლ მდულარე წყალზე, ნელ ცეცხლზე 30 წუთს ხარშავენ. სვამენ თითო სუფრის კოვზს ჭამის წინ 15 წუთით ადრე დღეში 3-4-ჯერ, როგორც ამოსახველებელ საშუალებას (ი. ნურალიევი, 1989).

ძირტკბილას წვეს ხმარობდნენ დუდკოს (გარცემულას), თირკმლისა და საშარდე ბუშტის წყლულის მკურნალობაში (ავიციენა, 1982).

ბულგარეთის ხალხური მედიცინის მიერ ძირტკბილა რეკომენდებულია შარდვის გაძნელების შემთხვევაში, რაც გამოწვეულია წინამდებარე ჯირკვლის ადენომით (კეთილთვისებიანი სიმსივნით).

კმერხლი - RUSCUS HYPOPHYLLUM L.



შროშანასებრთა ოჯახის 60 სმ-მდე სიმაღლის მარადმწვანე ბუჩქია. მისი ფოთოლისმაგვარი ტოტები (კლადოდიუმები) 2-4 სმ სიგანისაა და 12 სმ-მდე სიგრძისაა, ბოლოში მოკლე ან საშუალო სიგრძის უეკლო წვეტით, კლადოდიუმები რკალისებრ ძარღვიანია, მოყვანილობით ოვალური ან ოვალურ-ლანცეტა, რომელნიც ღეროსთან მიმავლების ადგილას ფოთლის ყუნწისებურადაა შევიწროებული.

ძმერხლის ნამდვილი ფოთლები ძლიერ სახეშეცვლილია, დაკნინებული და ფოთოლ-ტოტების ანუ კლადოდიუმების ქვედა მხარეზე, შუა ნაწილში ქერქლებადაა წარმოდგენილი, სადაც აგრეთვე ყვავილები ვითარდება.

ორსახლიანი მომწვანო ან მოთეთრო ყვავილები კლადოდიუმების ქვედა მხარეს შუა ძარღვზე ჯგუფურად ზის. დაყვავილების შემდეგ ბურთივით მრგვალი წითელი კენკრა ნაყოფი ვითარდება. იზრდება უმთავრესად ნესტიანი ტყის ღელებში, დასავლეთ საქართველოს რაიონებში ზღვის დონიდან 1800 მეტრამდე. აღმოსავლეთ საქართველოში მარტო ბორჯომის ხეობაშია აღწერილი.

პირუტყვის საუცხოო საკვები მცენარეა, შესამჩნევად ზრდის წველაობას. ხასხასა მწვანე ფერის გამო შესანიშნავია გამწვანებ-

ისათვის, ზოგან ოთახის მცენარედაც იყენებენ.

აღსანიშნავია ის ფაქტი, რომ გამხმარ მდგომარეობაში კლადოდიუმები ფორმასა და ხასხასა მწვანე ფერს არ იცვლის. ამიტომ განსაკუთრებულ ინტერესს წარმოადგენს საყვავილე მაღაზიებისათვის. ამის გამო უკანასკნელ ხანს მეტად მიუღებელი ფორმით უმოწყალო ექსპლოატაციას უწევენ ზოგი მეყვავილეობის მაღაზიების ვაიადამამზადებლები აფხაზეთსა და დასავლეთ საქართველოს მთელ რიგ სხვა რაიონებში.

მართალია არეალის მიხედვით ეს მცენარე ფართოდაა წარმოდგენილი, მაგრამ მისი მარავი მცირეა, რაც უკანასკნელ ათწლეულში კიდევ უფრო მკვეთრად შემცირდა ზემოაღნიშნული ფაქტების გამო.

სავსებით სამართლიანად ძმერხლი გადაშენების ზღვრამდე მისულ მცენარედაა მიჩნეული საკავშირო და საქართველოს წითელ წიგნში, რაც იმაზე მიგვანიშნებს, რომ აუცილებელია ამ მცენარის დამზადების ყველგან აკრძალვა და მისი გამრავლების ხელშეწყობა.

მართალია არეალის მიხედვით ეს მცენარე ფართოდაა წარმოდგენილი, მაგრამ მისი მარაგი მცირეა, რაც უკანასკნელ ათწლეულში კიდევ უფრო მკვეთრად შემცირდა ზემოაღნიშნული ფაქტების გამო.

წინათ ძმერხლის ნახარშს საშვილოსნოს სამკურნალოდ იყენებდნენ, როგორც სისხლგამომდევნ საშუალებას მშობიარობის შემდეგ. თესლს ფქვავენ და ყავის სუროგატად იყენებდნენ. ნაყოფი იჭმება, მაგრამ არცთუ მაინცა და მაინც მიმზიდველი გემოს გამო მას ნაყოლებად ეტანებოდა.

ძმერხლის ნაყოფისაგან გამოწურულ ზეთს გვამების ბალზამირებისათვის იყენებდნენ (ე.ნ. ზალესკოვა, ო.ვ. პეტროვსკაია, 1889).

ჭაბლი - CASTANEA SATIVA Mill.



წიფლისებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. ნაბლი ერთ-ერთი მაღალი, 35 მ-მდე სიმაღლის ხეა, დიამეტრი კი საშუალოდ 1 მეტრამდეა, მაგრამ არცთუ იშვიათია 1,5 მ სიმსხოს ხეებიც. ყლორტები თეთრმეჭყეჭებიანი მოყავისფრო ქერქიანია. ხნიერი ტოტები კი ნაცრისფერკანია, ღეროს ქერქი მუქ-მოყავისფროა, ღრმად დაღარული.

10-25 სმ სიგრძის ლანცეტა, კიდეხეხვილია, ზემოდან შიშველი ან სუსტად შებუსხილი, ქვემოდან დატოტვილი ბუნებრივად შებუსხილი, ტყავისებრი ბოლოწვეტიანი ფოთლები ყლორტებსა და ტოტებზე მორიგეობითაა განლაგებული.

ერთსახლიანი მცენარეა სქესგაყოფილი ყვავილებით. მამრობითი ყვითელი ყვავილები გრძელ აღმამდგომ თავთავისებრ მჭადა თანაყვავილედებშია შეკრებილი, რომელთა სიგრძე 10-35 სმ-ის ფარგლებში მერყეობს, სიმსხო კი 1 სმ-მდე აღწევს. თანაყვავილედის ძირში მდებარეობითი ყვავილებია განლაგებული. თანაყვავილედთა უმეტესობა კი მხოლოდ მამრობითი ყვავილებისაგან შედგება, ნაყოფი ერთთესლიანი, ტყავისებრ კანიათა კაკალია. სამ-სამი, იშვიათად 1-7 ნაყოფი ბურთისებრ მრგვალ და ხშირეკლებიან საერთო საბურველშია გახვეული, რომელიც მომწიფებისას 4 სემენტად სკდება და ნაყოფები სცივია.

ნაბლი იფოთლება აპრილ-მაისში, ყვავის ივნის-ივლისში, ნაყოფი მწიფდება და სცივია სექტემბერ-ოქტომბერსა და ზოგჯერ ნოემბერში, რამოდენიმე წლის განმავლობაში ერთხელ უხვად ნაყოფმსხობიარობს, ცოტა კი თითქმის ყოველ წელს ასხია. გავრცელებულია უფრო მეტად დასავლეთ საქართველოში (აფხაზეთი, სამეგრელო, რაჭა, იმერეთი, აჭარა, გურია). აღმოსავლეთ საქართველოში გვხვდება ბორჯომის ხეობაში, სურამ-ქვიშეთსა და სამაჩაბლოში. კახეთში ალაზნის მარცხენა ნაპირის მხარეში გავრცელებული ახმეტიდან აზერბაიჯანის საზღვრამდე. გავრცელებულია ბარსა და მთის შუა სარტყელში ზღვის დონიდან 1500 მეტრამდე. ამ ნაპრომის ავტორთა მიერ შიდა აჭარაში არცთუ იშვიათად აღწერილია 1700-1800 მეტრზეც ზღვის დონიდან. მაგრამ საუკეთესო ზრდით ზღვის დონიდან 1200 მეტრამდე გამოირჩევა.

ხშირადაა შერეული მუხასთან, წიფელთან, სოჭსა და რცხილასთან. ერთ პექტარზე ნაბლის მარაგი მისთვის ზრდის ოპტიმალურ პირობებში 400-600 კუბმეტრს შეადგენს. იგი მეზოფიტი და სიცივის ნაკლებმტანი ჯიშია. კარგად იზრდება ტენით უზრუნველყოფილ ღრმა ნაყოფიერ ნიადაგებზე მთის შუა სარტყელში. მისი მერქანი მეტად მაღალხარისხოვანი და ფრიად გამძლეა ლპობისა და მავნე ენტომოფაუნის მიმართ. ფართოდ გამოიყენება მშენებლობასა და სააგვეო ნარმოებაში, სხვადასხვა სახის საყრდენ მასალად სოფლის მეურნეობაში. ვიტამინებით მდიდარი მწვანე ნეკერი ფართოდ გამოიყენება მეცხოველეობაში.

ნაყოფი 60 პროცენტამდე სახამებელს, 15 პროცენტამდე შაქრებს, თითქმის 6 პროცენტამდე ცილებს და 2 პროცენტამდე ცხიმებს შეიცავს. მეტად ყუთიანია და კარგი გემოთიც გამოირჩევა, განსაკუთრებით მოხარშულ ან შემწვარ მდგომარეობაში. გამოიყენება ტორტების, შაქარლამის, ნაყინის, კანფეტების და სხვა კულინარიული ნამზადისათვის. ხმელი ნაბლის ფქვილით ამდიდრებენ პურის ფქვილს, იყენებენ ყავის შემცველად. საუცხოო საკვებია როგორც გარეული, ასევე შინაური ცხოველებისათვის. საშუალო საპექტარო მოსავალი ტყეში 1 ტონამდე აღწევს.

ნაბლის თითქმის ყველა ორგანო ტანინებით მდიდარია (მერქანში 8-18, ქერქში-10, ნაყოფის ეკლიან საბურველში-8-20, ახლად ჩამოცვენილ ფოთოლში-12, დაცვენილ ყვავილებში-13 პროცენტი). ფართო შესაძლებლობები ისახება მისი მთრიმლაკე ექსტრაქტების წარმოებაში დასაწერავად. ამ მიმართებით ნედლეული საკმაოდ უნდა იყოს, რადგან ჩამოცვენილი ფოთლების მასა ერთ ჰექტარზე 2000 კგ-ს, თანაყვავილეები 400 კგ-ს და ეკლიანი საბურველი 800 კგ-ს შეადგენს.

ნაბლი ფართოდ ცნობილი შესანიშნავი თაფლოვანი მცენარეა. ფოთლები K ვიტამინითა და ტანინებით სიმდიდრის გამო ხალხურ მედიცინაში შინაგან ორგანოებში სისხლჩაქცევების დროს გამოიყენება. ქერქისაგან მალალხარისხოვანი მელანი მზადდება. ყლორტები, ფოთლები და ნაყოფის კანი შავად და მუქყავისფრად ლებავს ქსოვილებს, საღებავად გამოიყენება ქერქიც.

წითელი მოცვი - VACCINIUM VITIS-IDAEA L.



მანანასებრთა ოჯახში შედის. მარადმწვანე 10-25 სმ სიმაღლის, ჰორიზონტალურ ფესურიანი ბუჩქია. 0,5-3 სმ სიგრძის ტყავისებრი, კიდეებქვემოთ დახრილი, ზედა მხრიდან მბრწყინავი, ქვემოდან ბაცი, მრავალმუქნერტილიანი, უკუკვერცხისებრი ან ელიფსური ფოთლები ტოტებზე მორიგეობითაა განლაგებული.

ორ-ორ ყვავილიანი, მოკლე ყუნწიანი, თეთრი ან ვარდისფერ გვირგვინიანი ყვავილები ყლორტების ბოლოებზე შეკრებილია მცირერიცხოვან ყვავილებიან თავჩაქინდრულ მტევნებად.

ნაყოფი მრავალთესლიანი, ბურთისებრი, კაშკაშა ნითელწვინანი კენკრაა. ყვავის მისი-ივნისში, ნაყოფი დაყვავილებიდან დაახლოებით 2 თვის შემდეგ აგვისტო-სექტემბერში მწიფდება.

ნითელი მოცვი, უმთავრესად მალალმთიანეთის და ჩრდილოეთის მცენარეა. საქართველოში სუბალპურ და ალპურ სარტყლებშია გავრცელებული. ხშირია სუბალპურ დეკიანებში, ფიჭვნარებში, არყნარებსა და სხვა ფორმაციის სუბალპურ ფიტოცენოზებში.

ნითელი მოცვის მოსავალი ფრიად ნაირგვარია, სხვადასხვა ადგილსამყოფელის მიხედვით იგი 1-13 ც/ჰექტ. შეადგენს, ზოგან კი მხოლოდ 300 კგ-მდე აღწევს ერთ ჰექტარზე.

შაქრების შემცველობა ნითელი მოცვის ნაყოფში 12 პროცენტამდე აღწევს. ბენზოინის მჟავის არსებობა განაპირობებს ნაყოფის ხანგრძლივი შენახვის შესაძლებლობას. გარდა ამითისა, მასში შედის 0,3-0,4 პროცენტი მთრიმლაკე ნივთიერებები და C ვიტამინი.

ფოთლები 9 პროცენტამდე არბუტინს შეიცავს.

მედიცინაში ნითელი მოცვის ფოთლები გამოიყენება ნაყენისა და გამონახარშის სახით შარდდენის გასაძლიერებლად, უმთავრესად თირკმლების კენჭოვანი დაავადებისას. უნიშნავენ აგრეთვე რევმატიზმისა და ნიკრისის ქარის სამკურნალოდ. ნაყოფს ავითამინოზის დროს იღებენ (ს. ე. ზემლინსკი, 1962).

ციმბირის მოსახლეობა ნითელი მოცვის ფოთლებს ხმარობს ღვიძლის, თირკმლების (თირკმლის ანთება და კენჭი თირკმელში), ბრმა ნაწლავის, რევმატიზმის, ნიკრისის ქარის, ჰიპერტონიის და გაციების დროს.

წყალს, რომელშიაც ნითელი მოცვის გამხმარი ნაყოფია დაღობილი, გამსხნელ საშუალებად იყენებენ. ტიბეტურ მედიცინაში ნითელი მოცვის ფოთლის ნახარშს და ფხვნილს სიცხის დამწვევად იყენებენ ნითელას დროს და ზოგჯერ კუჭის წყნის მყავიანობის შესამცირებლად.

დღეგენილია, რომ ნითელი მოცვის ნაყოფის არამარტო ახლად გამოწურულ წვეს, არამედ 25-30 კვირის განმავლობაში შენახულ წვენსაც ბაქტერიციდული თვისება გააჩნია. მეტად მნიშვნელოვანია ის ფაქტი, რომ ნითელი მოცვის ნაყოფის ექსტრაქტის მიღებით სისხლში შაქრის შემცველობა მცირდება, რაც დიაბეტის სამკურნალოდ მისი გამოყენების საშუალებას იძლევა (ვ. გ. მინაევა, 1970). ფოთოლს აგროვებენ ყვავილობის დროს ან შემოდგომით ნაყოფცვენისას. ნაყოფი დიდხანს ინახება თავისსავე წვენში წყლის დაუმატებლად.

ფოთლების ნახარშს ხალხი მარილების დაგროვების დროსაც იყენებს. ბოლო წლების გამოკვლევებით დადგინდა, რომ ნითელი მოცვის ნაყოფის ხანგრძლივი ჭამა კარგ შედეგებს იძლევა სახსრებში მარილების დაგროვების საწინააღმდეგოდ.

მ. ა. ნოსალია და ი. მ. ნოსალის (1960) ცნობით ნითელი მოცვის ნაყოფს ნედლს, წყალში დაღობილს, ხმელს და მურაბის სახით იყენებენ კუჭის კატარის სამკურნალოდ კუჭის წყნის დაბალი მყავიანობის დროს, აგრეთვე კუჭის აშლილობის, რევმატიზმის და ნიკრისის ქარის წინააღმდეგ, ნაყოფი

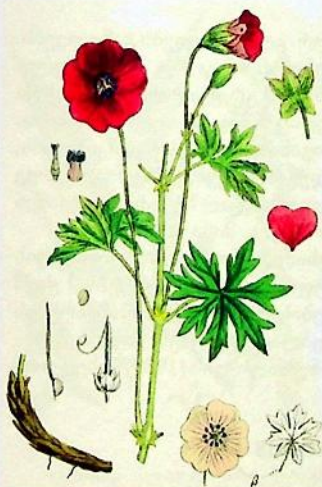
მოქმედებს ძლიერ შარდმდენად, ამასთან მიაჩნიათ, რომ არ ავნებს თირკმლებს დიდ დოზებშიც კი.

ეს ავტორებიც ხაზს უსვამენ იმ ფაქტს, რომ ნაყოფი თავის წვეწოში, აგრეთვე უშაქროდ მოხარშვის შემთხვევაშიც დიდხანს არ ფუჭდება, ამიტომ ზოგი დიასახლისი წითელი მოცვის ნაყოფს უშაქროდ ხარშავს ტკბილ მსხალსა და ვაშლთან და ასეთი ჯემი დიდხანს ინახება.

მათივე განმარტებით წითელი მოცვის ფოთლების ნახარშს სვამენ თირკმლებისა და ნაღვლის ბუშტის კენჭოვანი დაავადების სამკურნალოდ. საამისოდ იღებენ ერთ მუჭა ფოთოლს 3 ჭიქა წყალზე და 10 წუთს ადუღებენ, რომელსაც ერთი დღის განმავლობაში სვამენ სამ ნაწილად. ასეთ ნახარშს სასარგებლოდ მიიჩნევენ არამარტო თირკმლების, არამედ ღვიძლის სამკურნალოდაც. მიუხედავად იმისა, რომ ფოთლები შარდმდენად მოქმედებს, მათი ნახარშის გამოყენება კარგ შედეგს იძლევა იმ ბავშვებში, ვისაც შარდმუეკავებლობა აქვთ ღამ-ღამობით. ამ შემთხვევაში იყენებენ ნარევს: წითელი მოცვის ფოთლებსა და ნაყოფს, 2 კოვზ კრაზანას ბალახს უმატებენ, ასხამენ 3 ჭიქა წყალს და 10 წუთს ადუღებენ, მიიღება დღეში 3 ჭიქა, დანყებული დღის 4 საათიდან, დამთავრებული ძილის წინ. ხალხს ისიც მიაჩნია, რომ წითელი მოცვის ნაღობი წყალის მიღება სოლიტერის დადენას იწვევს.

ბულგარეთის მედიცინაში მიღებულია, რომ წითელი მოცვის ფოთლები სასარგებლოა თირკმლებისა და საშარდე ბუშტის ანთების დროს. იღებენ ფოთლის ნახარშს: 3-4 ჩაის კოვზი დაქუცმაცებული ფოთოლი 2 ჭიქა წყალზე, ხარშავენ 15 წუთის განმავლობაში, ესაა ორი დღის დოზა, სვამენ ყლუპობით (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

წითელი ნემსიწვერა - GERANIUM SANGUINEUM L.



ნემსიწვერასებრთა ოჯახს ეკუთვნის. წითელყვავილებიანი ნემსიწვერა მრავალწლიანი ბალახია. 30-50 სმ სიმაღლის ღერო სწორმდგომი ან წამოწეულია, უხვად დატოტვილი და აბურძგნილი ბენვით დაფარული. ბენვითაა დაფარული აგრეთვე ყვავილის ყუნწები, ჯამი და ფოთლების ყუნწები.

გარეგნული მოხაზულობით ფოთლები მომრგვალო-თირკმლისებრია და 5-7 სეგმენტადაა გაყოფილი. თითოეული სეგმენტი, თავის მხრივ, 5-7 ნაწილადაა დანაკვეთილი.

ყვავის სისხლისფერ-წითელი ყვავილებით ივნის-ივლისის განმავლობაში, ზოგჯერ აყვავებულ ეგზემპლარებს სექტემბერშიაც კი ვხვდებით. ყვავილის გვირგვინის ფურცლები უკუკვერცხისებრია და 15-20 მმ სიგრძისაა. თითო ყუნწზე თითო ყვავილია მოთავსებული.

დიდი რაოდენობით გვხვდება ფოთლოვან და წიწვოვან ტყეებში, უფრო მეტად - შეთხელებულ ტყეებში, ტყის პირას, ტყის მასივებში არსებულ ველობებსა და მდელოებზე, აგრეთვე ღია ადგილებში. მთაში ზღვის დონიდან 2200 მ სიმაღლემდე აღწევს.

წითელ ნემსიწვერას საქონელი ხალისით ძოვს, ამასთან გამხმარს უფრო გემრიელად შეექცევა. მისი ფოთლები, ღერო და ფესვები მდიდარია მთრიმლაკე ნივთიერებებით. ხალხურ მედიცინაში

ცნობილია, როგორც სისხლდენის შემაჩერებელი საშუალება. ფართოდ იყენებენ ვეტერინარიაშიც თურქულია და საქონლის ეგზემის სამკურნალოდ.

ბულგარეთის მედიცინის მონაცემების მიხედვით წითელი ნემსიწვერას ფესვურა შემკვრელ და ანთების საწინააღმდეგო გავლენას ახდენს კუჭის აშლილობის, კუჭ-ნაწლავის კატარის, დიზენტერიის დროს; გარეგან სახმარად უნიშნავენ, კერძოდ ნაყენის ტამპონებს ცხვირიდან სისხლდენის დროს. ნაყენის კომპრესი საუკეთესო საშუალებაა კანის დაავადებების - მარგულის (წყლულის ერთ-ერთი სახეობა), კანის ანთებადი ქავილის და სხვათა სამკურნალოდ.

დასაღვეად იღებენ ცივი წყლით გამოწანვლილს: 2 ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ნედლეულს ასხამენ 2 ჭიქა ცივ წყალს და 8 საათის განმავლობაში დგამენ (ერთი დღის დოზა). ამავე გამოწანვლილს ხმარობენ ტამპონებისა და კომპრესებისათვის.

წითელი ნემსიწვერას ნახარშით იზანენ თავს თმის ცვენის საწინააღმდეგოდ.

წითელი სამყურა - TRIFOLIUM PRATENSE L.



პარკოსანთა ოჯახის 15-60 სმ სიმაღლის ერთწლოვანი ან მრავალწლოვანი, სამყურა ფოთლებიანი ბალახია, მთავარღერძა ძლიერდატოტვილი ფესვით. თხლად შებუსხვილი ღეროები ფესვის ყელიდან ამოდის 2-5 ცალის რაოდენობით. ფოთოლთანები კვერცხისებრია და გრძლად წაწვეტილი. ღეროს ქვედა ნაწილის სამყურა ფოთლები გრძელყუნწიანია, ზედა ფოთლები კი მოკლეყუნწიანი. ქვედა ფოთლების ფოთოლაკები უკუკვერცხისებრია, ზედა ფოთლებისა კი ოვალური ან კვერცხისებრი, ქვემოთა მხრიდან უფრო შებუსხვილი ვიდრე ზედა მხარეს. მომრგვალო-ბურთისებრი ან კვერცხისებრი ყვავილედეები სათითაოდ ან წყვილ-წყვილადაა განლაგებული ღეროს კენწეროზე, რომლებიც ძირში გარშემოვლებულია კენწრული ფოთლებით მათ განიერ თანაფოთლებთან ერთად, ყვავილის ჯამი მილისებრ-ზარისებრია 5 კბილით, რომელთაგან ქვედა ყველაზე გრძელია. ზედა მხრიდან ჯამი და კბილებიც ჯაგრისებრ-ბუსუსიანია. ყვავილის გვირგვინი ნათელ-წითელიდან მუქხორცისფერ-წითელი შეფერვით ხასიათდება, ზოგჯერ იისფერწითელია, ძალიან იშვიათად თეთრიც კი.

პარკი, ჩვეულებრივ, ერთთესლიანია და კვერცხისებრი ფორმის.

ყვავის მაის-ივნისში და უფრო გვიანაც. იზრდება ზომიერად ტენიან მდელოებზე, გამწვანებულ და კალთაშეთხლებულ ტყეებში, ტყისპირებში, მინდვრების განაპირას, მინდვრებში გამავალი გზების პირას საქართველოს თითქმის ყველა კუთხეში.

წითელი სამყურა ყვავილედეში შეიცავს ფლაონურ და იზოფლაონურ გლიკოზიდებს, მჟავებს, ფისებს, ვიტამინ C-ს, კაროტინს, ეთერზეთებს და სხვა. მედიცინაში იყენებენ როგორც ამოსახველებელ, შარდმდენ და მადენზიფიცირებელ საშუალებას. ამზადებენ ნახარშს (20 გრ ყვავილედეები 1 ჭიქა წყალზე), რომელსაც ჩაისებრ სვამენ რაიმე ნორმის გარეშე. ხალხურ მედიცინაში წითელი სამყურას ყვავილედეებს იყენებენ ქრონიკული ხველების, ბრონქიალური ასთმის, ყვიანახველის, სტენოკარდიის, სისხლნაკლებობის, სისხლდენის შემაჩერებელ, ვაციების სანიწაღმდეგ საშუალებად, აგრეთვე ქალური დაავადებების შემთხვევაში. სამყურას ბალახის ან ყვავილედეების წყალზე ნაყენს სვამენ ჰიპერტონიის, თავის ტკივილის და განსაკუთრებით თავბრუსხვევის დროს (ე. გ. მინაევა, 1970).

ქართულ ხალხურ მედიცინაში სამყურას ფხვნილს ჭრილობების უნაწიბურო შეხორცებისათვის იყენებენ ხევსურეთში (ზ. შენგელია, 1983). მოხმარების წესები: ერთ სუფრის კოვზ ყვავილებს 1 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ და ჩაისებურად დააყენებენ. სვამენ ჭრილობების შეხორცების დაჩქარების მიზნით. სამყურას წვეწვანს თაფლთან არეულს თვალის ლიბრის მოსაცილებლად იყენებენ, ხოლო შესაზღვრულად სახსრების ტკივილის დროს (იბნ სინა-ავიცენა) ციტირებულია ი. სურალივის (1989) მიხედვით.

წიფვილი ალმოსავლეთის - FAGUS ORIENTALIS L.



წიფლისებრთა ოჯახიდანაა. ტანმაღალი ხეა 40 (50) მ სიმაღლის ხშირტოტებიანი, განიერცილინდრული ან კვერცხისებრი ფორმის ვარჯით. ღერო ღია ნაცრისფერი თხელი ქერქითაა დაფარული, ჩვილი ყლორტები ბუსუსებითაა მოფენილი.

7-12 (20) სმ სიგრძის, ტოტებზე მორიგეობით განლაგებული ელიფსური ფოთლები ზემოდან მუქმწვანე და შიშველია, ქვემოდან ღია მწვანე და ძარღვებშებუსხულია. ფოთლის ფირფიტის ფუძე სოლისებრადაა შეეინროებული, ბოლოში კი წაწვეტებულია, კიდემთლიანია ან ნაპირები ტალღისებურია.

ერთსახლიანი მცენარეა სქესგაყოფილი ყვავილებით, მდებრობითი ყვავილიდან 2-3 წახნაგოვანი ნაყოფი, ე. წ. წიწიბო ვითარდება. ნაყოფის ბუდე გარედან ჯაგრისებრ გამოწარმადებითაა დაფარული, მომწიფებისას ოთხი საგდულით იხსნება და წიწიბოები ცვივა. 1000 ცალი წიწიბო დაახლოებით 285 გრამს იწონის. ყვავის მაის-ივნისში, ნაყოფი სექტემბერ-ოქტომბერში მწიფდება, მთელი საქართველოს ტყეების 50 პროცენტამდე წიფელზე მოდის, იგი ფართოდაა გავრცელებული როგორც დასავლეთ, ისე აღმოსავლეთ სა-

ქართველოში. მაღალი წარმადობის კორომებს ზღვის დონიდან 600-1200 მ სიმაღლეზე ქმნის. მთაში 2300 მეტრამდეც გვხვდება, ე. წ. ტანდაბრეცილი ტყის სახით ანუ სუბალპური ტყის სახით.

წიფლის მერქანს ფრიად ფართო გამოყენება აქვს მშენებლობასა და საავიჯო წარმოებაში, აგრეთვე ქიმიურ მრეწველობაში.

წიფლის მერქნის მშრალად გამოხდით იღებენ კუპრს, ხოლო კუპრისაგან კრეოზოტს, რომელსაც ანტისეპტიკური თვისებები გააჩნია. წინიბო 30-50 პროცენტ ცხიმსა და 20 პროცენტზე მეტ ცილებს შეიცავს. მათ საკვებად იყენებენ, განსაკუთრებით მოხალულ მდგომარეობაში, მაგრამ არსებობს ცნობები მათ ტოქსიკურობაზე. ამიტომ საჭიროა სიფრთხილე საქმელად მისი გამოყენებისას. საერთოდ ყოველთვის უნდა გვახსოვდეს, რომ ბევრი წინიბოს ჭამა საზიანოა ორგანიზმისათვის.

წინიბოსაგან მიღებული ზეთი საუკეთესო გემოსია და საქმელად გამოიყენება. წინიბო შესანიშნავია ღორის საკვებად. ახალგაზრდა შეფოთილ ტოტებს ჭრიან და ახმობენ (მწვანე ნეკერი) როგორც ვიტამინიზებულ საკვებს მსხვილფეხა საქონლისათვის.

მედიცინაში წიფლის მერქნისაგან მიღებული კრეოზოტი გამოიყენება როგორც გარეგანი სადღეინფექციო საშუალება, დასალევად ხმარობენ სასუნთქი გზების ქრონიკული კატარის და ფილტვებში ჩირქოვანი პროცესების დროს. იმის გამო, რომ კრეოზოტი არასასიამოვნო სუნისა და გემოსია, აგრეთვე კუჭსა და თირკმლებზე გამაღიზიანებელი მოქმედება აქვს, მას ხშირად ცვლიან წიფლისგანვე მიღებულ გვაიაკოლითა და მისი პრეპარატებით, რომელთაც აქვთ ასეპტიკური მოქმედების თვისება.

წიფრი - SALIX ALBA L.



ტირიფისებრთა ოჯახს ეკუთვნის. წიფრი საკმაოდ დიდი, 25-30 მ სიმაღლის ხეა, მუქი ნაცრისფერი, ღრმად დამსკდარი ქერქით, დაკიდული ახალგაზრდა ტოტებით და ზეაღმართული გლუვქერქიანი ძველი ტოტებით.

ზედა მხრიდან პრილა, ქვემოდან (განსაკუთრებით ნორჩობაში) ვერცხლისფერბუსისიანი 130 მმ სიგრძისა და 35 მმ სიგანის, მოკლე ყუნწიანი, ბოლოწვეტიანი, კიდებებერხებილა, ლანცეტა ფოთლები ყლორტებზე მორიგეობითაა განწყობილი.

30-58 მმ სიგრძის მჭადა ყვავილელები მსხვილი და ცილინდრულია. ადრე მოყვავილე მცენარეა, ყვავის აპრილ-მაისში ფოთლის გაშლასთან ერთად, თესლი დაყვავილებიდან 4-5 კვირაში მნიფდება. ძალიან ადვილად მრავლდება ვეგეტატიურად (კალმები, სარები და სხვა).

ძირითადად მდინარეთა სანაპირო დაბლობებზეა გავრცელებული. მდინარეებს (მათ ნაპირებს) მთაში ზღვის დონიდან 2000 მ სიმაღლემდე აჰყვება ხოლმე, ნიადაგის ტენიანობისადმი დიდი მიდრეკილებისაა.

საკმაოდ დეკორატიული მცენარეა და ამიტომ მისი წიფრის ფორმები ფართოდაა დანერგული გამწვანების მეურნეობაში.

ფრიად ელასტიური მერქნის გამო ფართოდ გამოიყენება გრეხილ ნაკეთობებისათვის. ქერქი 11 პროცენტამდე ტანინებს შეიცავს, გამოიყენება ტყავის გასათრიმლად, მაგრამ საამისოდ მდგნალი და ტირიფის სხვა სახეობები უფრო გამოიყენება. ადრე ტყავის, მატყლისა და აბრეშუმის საღებავად იყენებდნენ.

გლიკოზიდ სალიცინის შემცველობის (0,5 პროცენტამდე) გამო ქერქს სიცხის დამწევი თვისება აქვს და ციებ-ციხელებისას გამოიყენება, როგორც მალარიის საწინააღმდეგო საშუალება. შემკვრელ საშუალებად ხმარობენ კუჭის აშლილობისას. ზოგჯერ ჭიისდამდენადაც, სისხლმემადეებლად და ჭრილობის შემახორცებელ საშუალებად იყენებენ.

წიფრის ქერქისაგან გამოწარმოებულ აკეთებენ: 10-15 გრ ქერქი ერთი ჭიქა წყალზე და სუფრის კოვზით სვამენ დღეში სამჯერ.

მკვლევარ მედიკოსთა ყურადღება მიიპყრო მამრობითმა მჭადა ყვავილეებმა. ვ. გ. მინაევა (1970) აღნიშნავს, რომ მისგან მიღებულმა პრეპარატებმა კლინიკურ ცდებში დადებითი მოქმედება აჩვენეს ნევროზისა და ტაქიკარდიის დროს.

ფუყე ტირიფის მამრობითი მჭადა თანაყვავილეების მონახარშით ხალხურ მედიცინაში თირკმლის ანთებას მკურნალობენ. ქერქის მონახარშს ან ფხვნილს (2 გ დღეში სამჯერ) იღებენ გინეკოლოგიური დაავადებების, ნევროზის, ელენთის სამკურნალოდ. გარეგან საშუალებად იყენებენ პირსა და ყელში გამოსავლებად, ფეხების აბაზანისათვის ვენების გასაგანიერებლად, ფხვნილს კი ჭრილობაზე აყრიან სისხლდენის შესაჩერებლად.

წნორის ქერქისა და ოროვანდის ფესვების ნახარშით (იღებენ თანაბარ ნაწილად ორივეს) თავს იბანენ კანის ქავილის, ქერტლის სამკურნალოდ და თმის ცვენის წინააღმდეგ. მონღოლეთის ხალხურ მედიცინაში წნორი რეკომენდებულია მონამვლის საწინააღმდეგოდ.

ბულგარეთის მედიცინაში (დ. იორდანოვი და სხვა, 1968) წნორის 2-3 წლიანი ტოტების ქერქი უხსოვარი დროიდან ცნობილი სიცხის დამწვევი საშუალებაა. იქ წნორის ქერქს ურჩევენ რევმატიზმის, ნიკრისის ქარის, გაციებით გამოწვეული დაავადებების, თავის ტკივილისა და ნევრალგიის დროს. იგი ადსტრინგენტულ და სიცხის დამწვევ გავლენას ახდენს კუჭის აშლილობისა და კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის კატარის შემთხვევაში.

გარეგანი ხმარებისათვის გამოიყენება ნაყენის სახით კანის დაავადებების, ფურუნკულებისა და ფეხების ოფლიანობის საწინააღმდეგოდ.

დასალევად წნორის ქერქის წყლიანი ნაყენის მოზადებას ბულგარეთში შემდეგნაირად აწარმოებენ: იღებენ ერთ ჩაის კოვზ წვრილად დაჭრილ ქერქს და ორ ჭიქა ცივ წყალს ასხამენ. დგამენ 8 საათს (დღე-ღამის დოზა), რეკომენდებულია აგრეთვე წნორის ქერქის ფხვნილის მიღება 1 გრ დღეში ჭამის წინ.

იქაური ხალხური მედიცინა წნორის ქერქს იყენებს პლევრიტის, ჭარბი და გაჭიანურებული მენსტრუაციის, კანზე გამოწყარებისა და მალარიის წინააღმდეგ. სქელ ექსტრაქტს ან ქერქის ფხვნილს იყენებენ განგრეული და ჩირქოვანი ჭრილობების სამკურნალოდ.

✓ **ჭყაპი - LAUROCERASUS OFFICINALIS ROEM.LAU**



ვარდისებრთა ოჯახიდანაა. წყავი მარადმწვანე ბუჩქი ან მცირე-ტანიანი ხეა, 1-3 (8) მ სიმაღლით, მუქი რუხი ფერის ქერქით. მისი მუქი მწვანე, ყლორტებზე მორიგეობით განლაგებული, მოკლემწვანე ფოთლებით ტყავისებურია, ზემოდან პრიალა, ქვემოდან უფრო მკრთალი, ღია მწვანე ფერის, მოყვანილობით მოგრძო ელიფსურია, კიდე-ხერხებილა ან კიდეშლიანი, სიგრძით 5-20 სმ-ს აღწევს, მთავარი ძარღვის ძირში 2-4 ჯირკვეალი აქვს.

სურნელოვანი თეთრი ყვავილები გასული წლის ფოთლების ილიებიდან ამოსული 5-13 სმ სიგრძის მტევნებადაა შეკრებილი. ნაყოფი მომრგვალო-კვერცხისებრი კურკიანაა 8 მმ სიგრძით, შავი, წვნიანი რბილობით. 1000 ცალი თესლის წონა 110-180 გრ-ს შეადგენს.

გაერცელებულია უმთავრესად დასავლეთ საქართველოში, უმეტესად ნიფლნარ და ნაძვნარ-სოჭნარ ტყეებში მარადმწვანე ქვეტყის სახით. მცირე რაოდენობით გვხვდება აღმოსავლეთ საქართველოს (ქართლისა და კახეთის) ზოგ რაიონში.

როგორც დეკორატიულ, მარადმწვანე მცენარეს, ფართოდ იყენებენ ბალ-პარკების მშენებლობაში.

ნედლი ფოთლები გამოიყენება მედიცინაში, კერძოდ მისგან გამოხდილ «წყავის წყალს» გამაყუჩებელ (დასალევ) საშუალებად ხმარობენ. მისი სამკურნალო ზემოქმედება გლიკოზიდ ამიგდალინის შემცველობითაა განპირობებული, რომლის დაშლითაც კუჭში წყალბადციანმთავა გამოიყოფა, რომელსაც მანანეთეზირებელი თვისება გააჩნია.

“წყავის წყალს” სხვადასხვა ნამღლების გემოს გასაუმჯობესებლადაც იყენებენ. ნაყოფი იხმარება ხილად, რომელსაც კუჭის აშლილობისას შემკვრელი თვისება გააჩნია.

წყლის სამყურა - MENYANTHES TRIOFOLIATA L.

წყლის სამყურასებრთა ოჯახის 15-30 სმ სიმაღლის მრავალწლოვანი, თავისებური ეკოლოგიის ბაზილია. მისი აღმა მდგომი მტევნების შემადგენელი ყვავილები მოთეთრო-ვარდისფერია (მონითალო), საყვავილე ღერო უფოთლოა. ყვავილის ძაბრისებრი გვირგვინი 5 ნაკეთიანია, რომლის შიდა მხარეც სქელბუსუსოვანია. ყვავილის ჯამიც 5 ნაკეთიანია, მტვრიანებიც 5-ია, ბუტკო ერთი, ორად გაყოფილი დინგით. გრძელყუნწა ფოთლები სამყურაა, ყველა მათგანი ფესვთანია (ფესვის ყელიდანაა გამოსული). ყვავის მაის-ივნისში, იზრდება ჭაობებში, არხების პირას, მდინარეთა სანაპიროებზე, ჭარბტენიან მდელოებზე, ტბების პირას.

მცენარე ხასიათდება გრძელი, მსობავი ქერცლებით მოფენილი ფესვურით, რომლის კვანძებიდა-



ნაც წერილი ფესვები ჯგუფ-ჯგუფად გამოსული. იზრდება ზღვის დონიდან დაწყებული მთის ზედა სარტყლამდე აფხაზეთში, აჭარაში, სამაჩაბლოში, ქართლში, თრიალეთსა და მესხეთში.

მადისმომგვრელ და საჭმლის მონელების პროცესების გაუმჯობესების საშუალებად ფოთლებს იყენებენ. გარდა ამისა მის წყალზე ნაყენს ნალვლის დენის გამაძლიერებელ საშუალებად მიიჩნევენ ღვიძლისა და ნალველსადინარების დაავადების შემთხვევაში. ხალხურ მედიცინაში ციებ-ცხელების დროსაც გამოიყენება, უმეტესწილად მაღარიის სამკურნალოდ (ო. ს. რადბილი, 1962).

მნიშვნელოვნად აუმჯობესებს ავადმყოფის საერთო ტონუსს, ამიტომ ხალხურ მედიცინას მიაჩნია, რომ იგი ტუბერკულოზს ჰკურნავს. მ. ნოსალს (1960) მოჰყავს იმის მაგალითი, რომ ტუბერკულოზიანი ავადმყოფები დიდხანს სვამდნენ წყლის სამყურას წყალზე ნაყენსა და თავს კარგად გრძობდნენ, თუთი კავერნის შემთხვევაშიც კი, რაც, მისი აზრით, კვების გაუმჯობესებით უკიდობა აიხსნას, რადგან მადის მომატების შემთხვევაში ავადმყოფი უკეთ იკვებება. ნაყენის გარდა ფოთლის ფხვნილსაც იყენებენ, 1-2 გრ ერთ ჯერზე, მაგრამ

არაუმეტეს 6 გრ-ისა დღის განმავლობაში, ჭამის წინ.

წყლის სამყურას ბუასილის სამკურნალოდაც იყენებენ (ბუასილური სისხლდენის დროს), ვიტამინ C-ს შემცველობის გამო კი სურავანდის შემთხვევაშიაც. იგი ამავე დროს ჭიის დამდენი საშუალებაცაა. ქრონიკული ყაბზობის დროს მის ოყენებს იკეთებენ.

მომზადება-მოხმარების წესები: 10 გრ ნედლეულს 200 მლ მდულარე წყალს ასხამენ. გაგრილების შემდეგ იღებენ თითო სუფრის კოვზ ნაყენს დღეში სამჯერ. ოყენისათვის ასეთ ნაყენს 1,5 -ჯერ მეტ წყალში აზავენ.

ჩეხური ხალხური მედიცინაც ზემოჩამოთვლილი დაავადებების სამკურნალოდ იყენებს წყლის სამყურას (ფ. სტარი, ვ. იირასეკი, 1982).

ბულგარეთში მას უმთავრესად იყენებენ, როგორც მადისმომგვრელსა და ნალვლის დენის გამაძლიერებელ საშუალებას. ცხელ ნაყენს (წყალზე ნაყენს) ურჩევენ კუჭის დაავადებების დროს (დისპეპსია, უმადობა, მეტეორიზმი, ნალვლის დენის შენელება), თავის ტკივილების და შაკიკის შეტევის დროს, როდესაც ისინი გამოწვეულია კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის მოშლითა და საჭმლის არასწორი მონელებით, რასაც თან სდევს აუტონიტოკოსიკაცია, წყლის სამყურა ყველაზე საუკეთესო ფიტოთერაპიულ საშუალებად ითვლება. ზოგი ავტორი მას შერეულობის სამკურნალოდ იყენებს (Weiss, 1974; Starvetal, 1977).

წყლის სამყურას უფრო ხშირად ნაყენის სახით იყენებენ - ერთ სუფრის კოვზ ხმელ ფოთლებს (წერილად დაჭრილს) 300 მლ მდულარე წყალს ასხამენ და ერთი საათის განმავლობაში დგამენ. თითო ფინჯანს სვამენ დღეში სამჯერ ჭამის წინ (თანამედროვე ფიტოთერაპია, 1988).

ფვლის ფიჭაპა, ფალიპა - POLYGONUM HYDROPIPER L.



მატიტელასებრთა ოჯახის 20-60 სმ სიმაღლის ერთწლოვანი მწარე და მწვევე გემოს ბალახია. ღერო მონითალო ელფერისაა, რომელიც ძირიდანვე დატოტვილია. წაგრძელებულ-ლანცეტა გრძლად წაწვეტებული ბლაგვწვეროიანი ან მახვილწვეროიანი ხშირად შავლაქიანი ფოთლები ძირში სოლისებრ შევიწროებულია და სიგრძით 3-8 სმ-ს აღწევს, სიგანით კი 2,5 სმ-ს არ აღემატება. ღეროს ძირა ნაწილში არსებული ფოთლები მოკლესუნიათა, კენწრული ნაწილი კი თითქმის მჯდომარეა, ფოთლის კიდები მოკლე წამწამისებრბუსუნიათა, იშვიათად თითქმის შიშველი. ფოთლის ზედაპირზე და მის განივჭრილობა და მახასიათებელი მრავალი მომრგვალო ფორმის ფისსათავსები, რითაც იგი ადვილად გამოირჩევა მისი გვარის სხვა მსგავსი სახეობებისგან. ფოთლების ყუნწების ძირში არსებული მილისებრი წარმონაქმნები ფირფიტისებრია, მონითალო და ცილინდრული ფორმის. წერილი მომწვანო ამ მოვარდისფრო ყვავილები 1-3 ცალის რაოდენობით შეკრებილია ზარისებრი თანაყვავილების ილიელებში და ღეროსა და ტოტების კენწეროებზე ქმნიან მეჩხერ, ხშირად წყვეტილ, ვიწრო და გრძელ მტევნებს, რომლებიც წვეროში მოხრილია. თანაყვავილები

მწვანე ფერისაა, 3-5 მმ სიგრძით, რომლებიც შუამდე ჩაჭრილია 4, იშვიათად 3-5 ბლავკ, კიდევში თეთრ, წითელ ან მოვარდისფრო ნაწილებად. გარეთა მხრიდან მოფენილია ოქროსფერ-ყვითელი ჯირკვლებით. ყვავის მაისიდან ოქტომბრამდე. ფართოდ გავრცელებული ბალახია. იზრდება წესტიან მდელოებზე, არხებისა და გზისპირებში, მდინარეთა სანაპიროებზე, წყალსაცავების პირას და ქაობებში.

წყლის წინაკის პრეპარატივის სისხლდენის შემაჩერებელ საშუალებად გამოიყენება უმთავრესად საშვილოსნოდან სისხლდენის შემთხვევაში (მენორაგია, დისმენორეა და სხვა), აგრეთვე ბუასილის დროს, იმავე დროს მას ტკივილგამაყუჩებელი თვისებაც გააჩნია (ე. ს. ზაბოლოტნაია, 1962). ლიტერატურული წყაროების მიხედვით წყლის წინაკა შესამიანი მცენარეა, მაგრამ ხალხურ პრაქტიკაში ამას არ აღნიშნავენ.

დასაღვეად წყლის წინაკის წყლით გამოწვლილს იყენებენ. ბუასილის სამკურნალოდ შემდეგ წესს მიმართავენ: 400 გრ ნედლ წყლის წინაკას 15 წუთს 2 ლ წყალში ხარშავენ. ამის შემდეგ 20 წუთს გასაგრილებლად დგამენ, შემდეგ წურავენ. ამ ნახარშს 2 ჭიქა მდულარე რძეს ამატებენ, რომელშიაც 400 გრ ფუნთუშა იხარშება. მთელ ამ ნარევს (წყლის წინაკის ნახარში, ფუნთუშის რძით ნახარში, თვით ფუნთუშისადაც) ტაშტიმ ასხამენ და ამით მჯდომარე აბაზანას იკეთებენ ბუასილის სამკურნალოდ. ცდილობენ, რომ ბუასილის მეჭეჭისებრი გამონაზარდები ამ ნარევთან კარგ კონტაქტში იყოს. ასეთ ცხელ აბაზანაში 15 წუთს სხედან, შემდეგ თბილი წყლით გამოიბანენ. ამ პროცედურის წინ კუჭ-ნაწლავი უნდა დაიცალოს. ასეთ აბაზანებს ყოველდღე იკეთებენ ერთი თვის განმავლობაში (მ. ა. ნოსალი, ი. მ. ნოსალი 1960). წყლის წინაკის ბალახისა და მინდვრისნემსას ყვავილების ფხვნილების ნარევს (2 ნაწილი წყლის წინაკა, 1 ნაწილი მინდვრისნემსა) ძველ ჩირქოვან მუნუეკებზე იყვრიან.

წყლის წინაკის ჩაის (20 გრ ნედლეული 1 ლ წყალზე) ნაირგვარი სისხლდენის, მათ შორის საშვილოსნოდან სისხლდენის შესაჩერებლად სვამენ.

უახლესი გამოკვლევებით წყლის წინაკის ფესვების წყალზე ნაყენი დადებით შედეგებს იძლევა იმპოტენციის დროს (მ. ა. გრინევიჩი, 1990).

ჭანგა მხოხავი - AGROPYRUM REPENS (L.) P. B.



მარცვლოვანთა ოჯახის წარმომადგენელი მრავალწლოვანი, 150 სმ-მდე სიმაღლის, თასმისებრი მხოხავფესვურიანი ბალახია. ზემოდან მქისე, ქვემო მხრიდან გლუვი, ვიწრო და ბრტყელი, გლუვკანიანი ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული.

20 სმ-მდე სიგრძის თავთავი სწორი და აღმამდგომია. თავთუხები ბრტყელი მხარით მიტკეცილია თავთავის ღერძზე. ყვავის იენის-იელისში. ერთ-ერთი აბეზარი სარეველა ბალახია. იზრდება მდინარეთა მერიებში (ჭალებში), მდელოებზე, ნასვენ მიწებზე, ნათესებში, გამეჩხრილ ტყეებსა და ტყის კულტურებში. ფრიად საშიში სარეველაა მერქნიანი მცენარეებისათვის, იგი თავისი ბიოქიმიური გამოწვევებით წამლავს მათ, გარდა ამისა ძლიერი კონკურენტუნარიანობით გამოირჩევა და მასობრივი გავრცელების შემთხვევაშიც ტყის კორომებს ღუპავს.

ჭანგის ფესვურის ნახარში სხვა სამკურნალო მცენარეებთან ნარევში სუსტ გამხსნელად გამოიყენება, ხასიათდება შარდმოგვრელი თვისებებითაც (ვ. ბ. კუვაევი, 1962).

ხალხურ მედიცინაში იყენებენ ნალღის ბუშტისა და თირკმლების კენჭოვანი დაავადების სამკურნალოდ, ნივთიერებათა ცვლის მოსაწესრიგებლად. დასავლეთ ევროპაში ხმარობენ რევმატიზმის, ნიკრისის ქარის, წყალმანკის, სიყვითლის, კუჭ-ნაწლავის კატარის, ხველების სამკურნალოდ (ვ. გ. მინაევა, 1970).

ფესვურის გამოწვლილი (60 გრ 1 ლიტრ მდულარე წყალზე) გამოიყენება კუჭ-ნაწლავის დაავადების, ნალღის ბუშტისა და თირკმლებში კენჭების, კანის დაავადებების, ფურუნკულოზის დროს. როგორც ამოსახველებელი საშუალება გამოიყენება ნარევში: თანაბარწილად იღებენ ჭანგის ფესვურებს, ცაცხვის ყვავილს, დიდგულას ყვავილს, ბუერას ფოთლებსა და ქერიფქლას ყვავილებს. ამ ნარევიდან იღებენ 1 სუფრის კოვზ ნედლეულს ერთ ჭიქა მდულარე წყალზე და სვამენ თითო ჭიქას დღეში 3-ჯერ. ქრონიკული ყაბზობისას მისი ნახარშის ოყნას იკეთებენ (მ. ა. ნოსალი, ი. მ. ნოსალი, 1960).

გარდა აღნიშნულისა, ხალხურ მედიცინაში ჭანგას იყენებენ ბუასილის, შარდგამომყოფი გზების ანთების, ნალღის ბუშტის კენჭოვანი დაავადების, თირკმლების კენჭების დროს, სიყვითლისა და წყალმანკის მკურნალობაში. ფურუნკულოზის დროს მის მაგარ ნაყენს (20 გრ წვრილად დაჭრილი ფეს-

ვურა 200 მლ მდულარე წყალზე) სვამენ თითო ჭიქას დღეში სამჯერ 3-4 კვირის განმავლობაში. ამასთან ერთად აბაზანებსაც იკეთებენ კვირაში ერთ-ორჯერ (50 გრ ფესვურა 5 ლ წყალზე). ქრონიკული ყაბზობის დროს რეკომენდებულია მჯდომარე აბაზანები და ოყნა (ა. პ. პოპოვი, 1974). ავიცენას (1982) ცნობით ჭანგას ნახარში შლის ქვევს, თესლის ნახარში კი შარდენას აძლიერებს. ჭანგას წვენი თავ-ლსა ან ღვინოსთან თანაბარი წონითი რაოდენობით მოხარშული, თვალის საუკეთესო წამალია.

ბულგარეთის ხალხურ მედიცინაში ჭანგას ანთების საწინააღმდეგოდ იყენებენ. იგი რეკომენდებულია რევმატიზმის, ცისტიტის, ცისტოპიელიტის, ნიკრისის ქარის დროს. იყენებენ დიურეზულ საშუალებად ასციტის დროს და ღვიძლის ციროზის სამკურნალოდ შემდეგი წესით: ორ ჩაის კოვზ ფესვურას 200 მლ ცივ წყალს ასხამენ და 12 საათს დგამენ, შემდეგ განურავენ. დარჩენილ ნედლეულს განმეორებით 1 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ და 10 წუთის შემდეგ ორივე წყლით გამოიწვლილს ერთმანეთში ურევენ, რომელიც ერთი დღე-ღამის დოზაა (დ. იორდანოვი და თანაავტორები, 1968).

ჭარელა - TEUCRIUM CHAMAEDRYS L.



ტუჩოსანთა ოჯახის 10-30 სმ სიმაღლის მრავალწლოვანი ბალახია. წითელგვირგვინიანი ყვავილები ფოთლების ილღიებში რგოლურადაა განლაგებული, რომელთა რიცხვი თითოეულ რგოლში 4-6-ის ფარგლებში მერყეობს და კენწრულ მტევნის მსგავს ყვავილედებად შეკრებილი, ფოთლები კვერცხისებრია, კიდეებში ღრმად დაკბილული, ძირში სოლისებრი და მოკლეყუნწიანი. ღერო მოკლებენ-ვიანია. ყვავილის ჯამი მოწითალოა, რომლის კბილებიც მიღზე მოკლეა. ყვავილის ყუნწი ჯამზე მოკლეა. ღერო ძირში გამერქნებულია. იზრდება მთის ქვედა სარტყლის ბუჩქნარებში, ტყისპირებზე, მშრალ, ქვიან ადგილებში (ა. მაყაშვილი, ტ. II, 1953; საქართველოს მცენარეუბის სარკვევი, ტ. I, 1964).

ჭარელა ნაკლებ ცნობილი სამკურნალო მცენარეა, ამიტომ ღარიბია ცნობებიც მის სამკურნალო ღირსებებზე.

ყველა აქ მოტანილი ცნობა კი ჩვენთვის ხელმისაწვდომი საზღვარგარეთის ლიტერატურადანაა მოპოვებული.

ჭარელა შეიცავს ფურანდიტერპენულ ლაქტონებს, რომელნიც მწარე გემოთი გამოირჩევიან. გარდა ამისა მასში აღრიცხულია ტან-

ინები, მცირე რაოდენობით ეთერზელი, მდიდარია კარიოფილენით.

ძირითადად ჭარელა კუჭის მკურნალობაში გამოიყენება. აუმჯობესებს მადას და კუჭის მუშაობას არეგულირებს, ნაღველის დენას აძლიერებს და დიურეტიული საშუალებაცაა (Fischer, 1978).

ამ ბალახის ნახარშის მომზადებისა და განურვის შემდეგ დარჩენილი მასის კომპრესებს ძნელად მოსარჩენ ქროლობებზე იკეთებენ, ამასვე აკეთებენ ბუხსილისა და ჩირქგროვებიანი მუნუკების სამკურნალოდ. კუჭის აშლილობის შემთხვევაში, მის ცხელ წყალზე ნაყენს სვამენ ცხელ მდგომარეობაში (სტოიანოვი, 1973), რაც იმითაა ახსნილი, რომ ასეთ ნაყენს ანტიმიკრობული თვისებები გააჩნია და ანთების საწინააღმდეგო მთრიმლაკე ნივთიერებებითაა მდიდარი.

გამოყენების წესები: ორ სუფრის კოვზ წვრილად დაჭრილ ბალახს ორ ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ და გაგრილების შემდეგ ურავენ, რაც ორი დღის დოზას წარმოადგენს (სტოიანოვი, 1973. ციტირებულია ნაშრომის „თანამედროვე ფიტოთერაპიის მიხედვით, 1988). ავიცენას (1980, წიგნი III (2), გვ. 295) მიხედვით ჭარელა კენჭების დამშლელ საშუალებას წარმოადგენს.

უახლესი მონაცემების მიხედვით ჭარელა იმპოტენციის სამკურნალოდ გამოიყენება (ე. ნ. კოვალიოვი, ა. გ. სერბინი, 1990). 4 ჩაის კოვზ წვრილად დაჭრილ მინისზედა ნაწილებს ერთ ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ, 5 წუთს ადუღებენ და ჭიქის 1/2-ს დღეში ოთხჯერ სვამენ სქესობრივი უძლურობის შემთხვევაში, აგრეთვე უხვსისხლიანი მენსტრუაციის დროს.

ჭარხალი - BETA VULGARIS L.

ჭარხალი ორწლოვანი ყველასათვის ცნობილი ფართოდ კულტივირებული მცენარეა. იგი შაქრის წარმოების მნიშვნელოვანი ნედლეულია.

ქართული ხალხური მედიცინა ჭარხალს ოდითგანვე იყენებდა სამკურნალოდ. კერძოდ, მისი ნახარშით იბანდნენ თავს და პირს თმა-წვერის ზრდის გასაძლიერებლად, სხვადასხვა სიმსივნეებზე იდებ-



დნენ ჭარხლის მოხარშულ ფოთლებს და იხვევენ. მისი ნახარშით თავის დაბანა მიჩნეული იყო როგორც ქერტლის საწინააღმდეგო საშუალება. ავიცენას (1982) მტკიცებით ჭარხლის წვენი და ნახარში კოსმეტიკაში გამოიყენებოდა ქარისა და სიცივისაგან დამაშრული კანის დასარბილებელ-გასაწმენდ-გასალამაზებლად. მის ფოთლებს იფენდნენ ჭორფლიან კერებზე, ამ პროცედურის წინ კანს სოფით იბანდნენ, მისი წვენი სპობს მეჭექებსა და ტილებს.

ფოთლების ნახარშს იყენებენ დამწვრობის სამკურნალოდ, ხოლო თაფლზე მომზადებული მისი მალამო სასარგებლოა სირსველის დროს. ჭარხლის წვენისა და წეროს ნალღლის ნარევის ცხვირში ჩანვეთებით მკურნალობენ სახის წერვის დამბლას, შველის ცხვირში არსებულ წყლულს. ჭარხლის თბილი წვენი ყურში ჩანვეთებით ყურდება ყურის ტკივილი. მისი წვენი თავის დაბანა ქერტლს აქრობს.

ერთ ჭიქა (200 გრამიანი ჭიქა) გახეხილ ჭარხალს 1 სუფრის კოვზ ძმარს უმატებენ და რამდენიმე ხანს დგამენ. ამ ნაყენს პირის ღრუსა და ყელში ივლებენ (1-2 სუფრის კოვზ ნაყენს კიდევ ცლაპავენ). ამ უბრალო საშუალებით ბევრი ავადმყოფი ქრონიკული ანგინისაგან განიკურნა (ნ. ნ. ბელოჩალოვი). ამავე ავტორის მიხედვით გულის მანკის

დროს წითელი ჭარხლის წვენს სვამენ.

ჭარხლის ძირების წვენს იყენებენ სისხლნაკლებობის, სურავანდის, ფილტვების ანთების, ბრონქიტის, ტუბერკულოზის, ჰიპერტონიული და თირკმლების დაავადების დროს (ი. ნურალიევი, 1989; ა. პ. პოპოვი, 1974). ჰიპერტონიკებს უნიშნავენ ჭარხლის წვენს 0,5-1 ჭიქას დღეში 3-4 ჯერ ჭამის შემდეგ 4 დღის განმავლობაში. სისხლნაკლებობის შემთხვევაში ჭარხლის წვენისა და თაფლის თანაბარი რაოდენობის ნარევის 0,5-1 ჭიქას აძლევენ დღეში 3-4 ჯერ (ი. ნურალიევი, 1989). ამავე ავტორის მიხედვით მოხარშული ჭარხალი გამოიყენება, როგორც გამსხნელი და შარდმდენი საშუალება. ჭარხლის გახეხილი ძირები, აგრეთვე წვრილად დაქუცმაცებული ფოთლები გამოიყენება ჭრილობების, წითელი ქარის, ფურუნკულისა და დამწვრობის სამკურნალოდ.

თანამედროვე მედიცინაში ჭარხალი გამოიყენება როგორც დიეტური და სამკურნალო საშუალება. ჭარხლის ძირებისაგან გამოყოფილია კრისტალური ნივთიერება აციდოლი (მარილმყავა ბეტაინი), რომელიც ჰიპოაციდური გასტრიტის სამკურნალოდ გამოიყენება. აციდოლი სიმსივნის ზრდას აყოვნებს. ჭარხლის წყლით გამონაწვლილები (ნაყენი და ნახარში), 25-100 მლ დოზით, კარგად გამოხატული ნალექმდენი საშუალებაა და ეფექტურია ღვიძლისა და ნალღლის ბუშტის დაავადებებისას (ვ. ი. ზაფრაფანოვი და თანაავტორები, 1962). მოხარშული ჭარხალი სასარგებლოა ქრონიკული ყაბ-ზობისა და ანემიის დროს. ჭარხალი ხელს უწყობს ორგანიზმიდან ნაირგვარი ნალექების გამოყოფას (ნ. ნ. ბრეზგინი, 1984).

ჭარხალი სასარგებლოა თირეოტიკოსიკოზის, ათეროსკლეროზისა და მისი თანმხლები გულ-სისხლძარღვთა დარღვევების დროს (ს. ი. სოკოლოვი და თანაავტორები, 1986).

✓ **ჭარხალი - ARMENIACA VULGARIS Lam.**

ვარდოსანთა ოჯახის 5-8 მ სიმაღლის ხეა მორუხო-მომურაო დახეთქილი ქერქით ყუროზე. ყლორტები მბრწყინავი, მოწითალო-მოყავისფრო, მრავალმეჭექიანი კანითაა დაფარული. გრძელყუნწიანი კვერცხისებრი, კიდებდაკბილული, 6-9 სმ სიგრძის ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული. ძალიან მოკლე ყვავილსაჯდომიანი ყვავილები სათითაოდაა გაბნეული ტოტებზე, ყვავილის გვირგვინის ფურცლები თეთრია ვარდისფერი ძარღვებით ან ვარდისფერი. ნაყოფი მომრგვალო წვნიანი კურკიანა-ა. ყვავის მარტ-აპრილში.

ჭერამს ქართული ხალხური მედიცინა იყენებდა ჩირის სახით წყურვილის მოსაკლავად. ჭერამის კურკის გულისაგან გამოხდილ ზეთს იყენებდნენ ბუასილის სამკურნალოდ, როგორც დასალევად, ასევე ბუასილური გამონაზარდების შესახელად. ამავე მიზნით გამოყენების სარგებლიანობას აღწერს ავიცენაც (1982).

ხალხურ მედიცინაში სამკურნალოდ გამოიყენება ჭერამის ფოთლები, ნაყოფი, კურკების გული და გუმფისი. ნაყოფი რეკომენდებულია ანემიისა და ღვიძლის დაავადებების შემთხვევებში. მოხუცებულობის დროს ყაბზობის საწინააღმდეგოდ ურჩევენ ჭერამის კომპოტს. კურკის გული ჭიის დამდენი საშუალებაა. ნედლ ფოთლებს კბილების გასახეხად, სტომატიტისა და კბილის ტკივილის დროს



ტრიტიანი ავადმყოფებისათვის. შაქრებით სიმდიდრის გამო არასასურველია შაქრიანი დიაბეტით დაავადებულთათვის.

იყენებენ. ჭერამს (დასალევი) იყენებენ გასტრიტისა და კუჭის წყლულის სამკურნალოდ, გარეგან სახმარად ჭრილობების, დაშპრული კანისა და დამწვრობების დროს.

ჩინურ ხალხურ მედიცინაში ჭერამის კურკის გული ხველების სანინაალმდეგო საშუალებაა (ბრონქიტი, ლარინგიტი, ყვიანახველა), ანყნარებს სლოკინს, აადვილებს ნახველის ამოღებას (20-30 გრ წყლიანი ემულსიის სახით). პაკისტანის ხალხურ მედიცინაში ჭერამის ნაყოფს იყენებენ ანემიის სამკურნალოდ, ხოლო კურკის გულს კი გულის ქრონიკული დაავადებებისას (გულის მანკი). პაკისტანელ მეცნიერთა მიხედვით ჭერამის ნაყოფის რეგულარული მიღება ხანგრძლივი სიცოცხლის ფაქტორია. ინდოეთში ჭერამის ნაყოფებს ჰიპერტონიის სამკურნალოდ იყენებენ დღეში 3-ჯერ 8-20 ნაყოფის ოდენობით თითოეულ ჯერზე (ი. ნურალიევი, 1989).

ძველ ქართულ მედიცინაში ჭერამის ნაყოფს იყენებდნენ პირის ღრუში ცუდი სუნის სალიკვიდაციოდ. ჭერამის ნაყოფების ჭამა უზმოზე არასასურველია. ჭერამის ჭამის შემდეგ წყლის დალევა კუჭის ამლას ინვევს. ჭერამის ნედლი ნაყოფი მავნეა კუჭის წყლულიანი და გას-

ჭრელი ყვავისფრჩხილა - CORONILLA VARIA L.



პარკოსანთა ოჯახის 30-100 სმ სიმაღლის მრავალწლოვანი ბალახია. ღრუ ღერო ოდნავ გართხმული, აღმამდგომი, დატოტვილი და ნანიბურებიანია. კენტფრთართული ფოთლები ლანცეტა თანაფოთლებით მორიგეობითაა განლაგებული ღეროზე. მტევნად შეკრებილი ყვავილები გრძელ ყვავილსაჯდომებზე ქოლგისებრია, რომლებშიაც ყვავილთა რაოდენობა 12-20 ცალის ფარგლებში მერყეობს. ყვავილის გვირგვინი ოდნავ მოწითალო-მოვარდისფროა, ძირში ფრჩხილად შევინროებული თანაბარი ზომის გვირგვინის ფურცლებით. ყვავილის აფრა ვარდისფერია, ფრთები და ნავეი კი თეთრი. ოთხნახნაგოვანი ხაზურა ნაყოფები თესლებშორის შეზიდული პარკებია, რომლებიც ბრჭყალით ბოლოვდება. იზრდება მდელოებზე, ტყეთაშორის მდელოებზე და ტყისპირებში.

ხალხურ მედიცინაში ჭრელი ყვავისფრჩხილა საგულე და შარდდამდენ საშუალებად გამოიყენება. მისი თესლებიდან გამოყოფილი გლიკოზიდი კორნიზიდი გულზე მოქმედებს, როგორც გლიკოზიდები (ზ.ვ. სოვა, 1962).

ჩეხოსლოვაკელი ავტორების ი.მაცკუსა და ი.კრეიჩას (1972) მიხედვით ყვავისფრჩხილას გლიკოზიდები გულზე უანგოვანა ფუტკარასებურად მოქმედებს. ხალხურ მედიცინაში კი მას ჩაის სახით სვამენ გულის ნევროზის დროს, ასთმური შეტევების თანხლებით, მაგრამ ექიმის მეთვალყურეობის გარეშე მისი გამოყენება დაუშვებლადაა მიჩნეული.

ხარისშარდა - SALVIA SCLAREA L.

ტუჩოსანთა ოჯახის ორწლოვანი ან მრავალწლოვანი 30-100 სმ სიმაღლის ოთხნახნაგოვან ღრულეროიანი ბალახია. კენწრულ ნაწილში დაფარულია ჯირკვლოვანი ბუსუსებით. გრძელყუნწიანი, ნაოჭებიანი ფოთლები ერთიმეორის პირისპირაა განლაგებული, ქვემომხრიდან კარგად შესამჩნევი ბადისებრი დაძარღვით. მათი ფორმა კვერცხისებრი ან კვერცხისებრ-გულისებრია და კიდებში მსხვილად ორჯერ დაკბილული, ფოთლის ფირფიტის სიგრძე 7-20 სმ-ის ფარგლებში მერყეობს. კენწროს ფოთლები დაკნინებული და მჯდომარეა.

2-2,5 სმ სიგრძის მოვარდისფრო-მოიასამნისფრო ყვავილები 2-6 ცალის რაოდენობით თავმოყრილია ცრუ ჩხროებად და 40 სმ-მდე სიგრძის საგველა ყვავილედს ქმნიან. უხვი ჯირკვლოვანი



შებუვის გამო მთელი საგველა ყვავილედ მნებავია. ყვავილის გვირგვინი ორტუჩიანი და ჯამზე სამჯერ გრძელია (ი.ა. ალექსინა, 1962). იზრდება ნაჩხატებში, ნათესებსა და გზისპირებში.

ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება საქმლის მომწელებელი სისტემის მუშაობის გასაუმჯობესებელ არომატულ საშუალებად და თირკმლების სამკურნალოდ.

ხარისვარდა ეთერზეთოვანი ბალახია, მისი კენწრული ნაწილი 0,240 - 0,375% (ნელდ ნონაზე) ეთერზეთს შეიცავს, რომელსაც ფარმაცევტულ პრაქტიკაში ნამლებზე გემოს მისაცემად იყენებენ (მ.ს. პალიტი, 1951; ი.ა. ალექსინა, 1962).

ტაჯიკები ხარისვარდას ყვავილედის ჩაის სვამენ, ან ჩაის უმატებენ სპეციალური არომატის მისაცემად.

ხარისვარდას ყვავილედის და ფოთლების ჩაის და სხვა სახის წყლით გამონაწილს (ნაყენს) სვამენ გულის აჩქარების, ნევროზის, ნევრასთენიის დროს (ი. ნურალიევი, 1989). 1 სუფრის კოვზ ნედლეულს 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ და 15-20 წუთს დგამენ. სვამენ 1-2 სუფრის კოვზს დღეში 2-3-ჯერ.

ხარისშუბლა - SENECIO PLATYPHYLLOIDES SOMM. ET LEV. S. et L.



რთულყვავილოვანთა ოჯახში შედის. ხარისშუბლა მრავალწლიანი, ნიადაგში ჰორიზონტალურად განოლილი, გრძელ ფესვურიანი მცენარეა. აყვავებული, გულგულით ამოვსებული ღეროს სიმაღლე 100-150 სმ-ია, ზოგან 200 სმ-საც აღწევს, რომელიც მრგვალი გარშემოწერილობისა და სიგრძეზე წვრილად დაღარულია.

გრძელყუნწიანი, განიერფუძიანი სამკუთხედისებრი, სამკუთხედ თირკმლისებრი, განიერად გულისებრ ამოჭრილ-ფუძიანი, 25-30 სმ სიგანის ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განწყობილი. ფოთლის ყუნწს გვერდებზე კარგად გამოსახული ფრთები ჩასდევს, რომელნიც ყუნწის ფუძესთან ბიბილოებივითაა გაგანიერებული და ღეროს ეხვევიან, ფოთლის ფირფიტის კიდეები ბასრი ხერხებილია, საყვავილე ღეროს კენწრულ ნაწილში ფოთლები ფრიალ დაკინებული და წაგრძელებულ-ლანცეტისებრია, ყვითელი კალათა ყვავილები კენწრულ ფარისებრ ყვავილედადაა შეკრებილი: კალათების საბურველის მწვანე ფოთლები ხაზურ-ლანცეტა, ბოლოში წანვეტებული და კიდეებში ჩაღისფერი სიფრიფანა არმით შემოვლებული.

ყვავის ივლის-აგვისტო-სექტემბერში. ჩვეულებრივ იგი სუბალპური ლიხისა და შამბის (მაღალბალახეულის) შემადგენლობაში გვხვდება. ხშირადაა სუბალპური დაბალი სიბშირის როგორც ფოთლოვან, ასევე წინფოვან ტყეებში. უფრო მეტი რაოდენობითაა ტყის ნაკადულების პირას და ჩადაბლებულ ნესტიან ადგილებში.

იგი იზრდება ტყის ზედა და სუბალპურ სარტყელში, აჭარაში, სვანეთსა და აფხაზეთში. უფრო ხშირად ზღვის დონიდან 1500-2500 მეტრამდე სიმაღლეზე ქმნის კარგად განვითარებულ შამბნარს. ამ მცენარის ყველა ნაწილში მოიპოვება ალკალოიდები (პლატიფილინი, სენეციფილინი, ნეოპლატიფილინი, სარაცინი), რომელსაც ამზადებდა ბათუმის ქიმიურ-ფარმაცევტული ქარხანა.

ფესვურისა და ფესვებისაგან, აგრეთვე მინისზედა ნაწილებისაგან იღებენ პრეპარატ „პლატიფილინის ჰიდროტარტრატს“, რომელსაც მუცლის ღრუს მუსკულატურის სპაზმების დროს იყენებენ, მასვე ხმარობენ კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის, ბრონქიალური ასთმის, ჰიპერტონიის, სტენოკარდიის, სისხლძარღვების სპაზმების დროს, აგრეთვე ოფთალმოლოგიაში თვალის გუგის გასაფართოებლად. სარაცინის ჰიდროტარტრატის მისაღებად გამოიყენება *S. rosbifolius* (willd.) Sch. Bip, - რომელიც აქ განხილული სახეობისაგან განსხვავდება იმით, რომ ღეროს შუა და ქვედა ნაწილში განლაგებული ფოთლების ყუნწებს არ გააჩნია ღერომხვევი ბიბილოები, გარდა ამისა ყვავილედში ყვავილთა რიცხვი მცირეა (5-8), სარაცინი შინაგანი ორგანოების მუსკულატურის სპაზმების დროს გამოიყენება (პილოროსპაზმა, სპასტიკური კოლიტი, საშარდე გზების სპაზმები), აგრეთვე კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის, ქოლეცისტიტისა და ბრონქიალური ასთმის სამკურნალოდ (ი.ა. გუბანოვი, ი.ლ. კრილოვა, ვ.ლ. ტიხონოვა, 1976).

ალკალოიდი სენეციფილინი ტოქსიკურია, იგი იწვევს ჰემორაგიულ ცვლილებებს ღვიძლში და მედიცინისათვის პრაქტიკული მნიშვნელობა არა აქვს. ამიტომ არაა რეკომენდებული ხარისშობლას ნაყენი და სხვა გალენური პრეპარატები, რომლებიც პლატიფილინთან ერთად სენეციფილინსაც შეიცავს (ა.ი. ბანკოვსკი, 1962).

ა.დ. ტუროვას (1974) ნაშრომის მიხედვით პლატიფილინი სპაზმატოლოგიური საშუალებაა ტკივილების მოსახსნელად კუჭისა და თირკმელთა ნაწლავის წყლულის, სპასტიკური კოლიტის, ღვიძლისა და თირკმლების ჭვალის და ქოლეცისტიტის დროს. ამ პრეპარატის დიდი დოზის მიღებისას ვლინდება სიმშრალე პირის ღრუში, გულის გაძლიერებული ცემა, თვალის გუგების გაფართოება და ქოლინორეცეპტორების ბლოკირების გამოშვებული სხვა სიმპტომები. პლატიფილინის დანიშნვა შეუძლებელია გლაუკომის, გულსისხლძარღვთა სისტემის ორგანული დაავადებების დროს სისხლის მიმოქცევის დარღვევის თანხლებით, აგრეთვე ღვიძლისა და თირკმლების ორგანული დაავადებების დროს.

სარაციინით მკურნალობისას ავადმყოფთა უმრავლესობას გაუუმჯობესდა მდგომარეობა (წყლულოვანი დაავადება, ქრონიკული ვასტრიტი და სპასტიკური კოლიტი), ქრება ან მცირდება ტკივილები და პირღებინება, უმჯობესდება მადა, იგი ანელებს გულწვას (გულის რუჯვა) და ბოყინს. სარაციინი არსებით გავლენას არ ახდენს კუჭის სეკრეტორულ და მთავისგამომყოფ ფუნქციებზე. მისი გავლენით მოხდა კუჭის მოტორული ფუნქციის ნორმალიზება. იგი არ იწვევს გვერდით მოვლენებს და ავადმყოფები კარგად იტანენ.

ხარისჩლიქა - ASARUM IBERICUM STEV.

ძირმწარასებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. ხარისჩლიქა 10 სმ-მდე სიმაღლის, მოკლე ბუსუსებით შემოსილი, მრავალწლიანი ფესვურიანი მცენარეა. მინის ზედა ნაწილები სუნითა და გემოთი წინაქის მსგავსია, გასრესილი ფესვურა კი კატაბალახას (კატაპარიას) სუნს გამოსცემს.

ფესვურიდან ორი (იშვიათად სამი) ვრძელყუნწა ფოთოლი ამოდის, ფოთლები საერთოდ მორიგეობითაა განლაგებული, მაგრამ ზოგჯერ ფოთლების ყუნწები იმდენად ახლოა ერთმანეთთან, რომ მოპირისპირედ განწყობის შთაბეჭდილებას ქმნის. თოვლის ქვეშ მოყოლილი ფოთლები, მარადმწვანე მცენარეების მსგავსად, ხშირად კარგად გადაიზამთრებს ხოლმე. ფოთლის ფორფიტა მომრგვალო თირკმლისებრია, ზემოდან მუქი მწვანე, ქვემოდან კი მკრთალი.

ფოთლების ილიეებში სათითაოდ ამოსული ყვავილის ყუნწი მინისკენაა დახრილი და ამიტომ ყვავილი თავჩაქინდრულია, იგი გარედან მწვანე-მონითალოა, შიგნიდან კი მღვრიე ნითელი ფერის. ყვავის მათ-ივლისის განმავლობაში.

იზრდება ნესტიან, ხშირ ტყეებში, განსაკუთრებით წიფლნარებში,



სოჭნარ-ნაძვნარებში, თხილის ბუჩქებში და სხვა.

ხარისჩლიქა შხამიანი მცენარეა, მაგრამ ჩვენთან მისი მიზეზით საქონლის დაცემის შემთხვევა არ არის აღნიშნული. სპეციფიური, არასასიამოვნო სუნის გამო, როგორც ჩანს, საქონელი არ ძოვს, ამავდროს ხშირ ტყეებსა და ბუჩქნარებში გავრცელების გამო პირუტყვისათვის ძნელად მისადგომია.

ხასხასა მწვანე ხარისჩლიქა ძალიან ლამაზი მცენარეა ორიგინალური ფორმის ფოთლებით, იგი საუკეთესოა დაჩრდილოელი ნესტიანი ადგილების გასამშვენიერებლად.

მედიცინაში ხარისჩლიქას ფესვები, ფესვურები და ფოთლები გამოიყენება. ხალხურ მედიცინაში ფესვურა გამოიყენება, როგორც პირსასაქმებელი და ამოსახველებელი საშუალება, ზოგ ქვეყნებში ამის გარდა სიყვითლის, წყალმანკის, ალკოჰოლიზმის წინააღმდეგ, როგორც რძის მომგვრელი და საფალარათო საშუალებაც. ფოთლებს მალარიის საწინააღმდეგო საშუალებად იყენებენ. ექსპერიმენტული მონაცემების მიხედვით ფოთლებში არსებული გლიკოზიდი აძლიერებს გულის კუმშვას, ალკალოიდი აზარინი მალაა სწევს არტერიულ წნევას, ავიწროებს პერიფერიულ ძარღვებს, ამალლებს ვენების ტონუსს, აზარინი იწვევს პირღებინებას, აგრეთვე აღმზნებად მოქმედებს გულზე (ნ.ფ. ბეზუკ-ლადნიკოვა, 1962).

გ. როზელტისა და ფ. დორფლერის (1917) მიხედვით გერმანიაში ძირითადი სასმელების არომატ-იზებისათვის გამოიყენება. მასვე აქვს ოფლმდენი მოქმედება და ამოსახველებელ საშუალებად იყენებენ გაციების დროს. მაგრამ ეს ავტორები ხაზს უსვამენ დიდი სიფრთხილის გამოჩენის აუცილებლობას

ხარისჩლიქას გამოყენებისას, რადგან დიდ დოზებში იგი თავის ტკივილს იწვევს.

უკრაინის ხალხურ მედიცინაში ხარისჩლიქას შარდმდენ საშუალებად ხმარობენ. საამისოდ ხარისჩლიქას ფესვურას თხის რძეში ხარშავენ, ან წყლით გამონახარშით სარგებლობენ, ხარისჩლიქას ჩაი ქალებს მენსტრუაციას უადვილებს, ხელს უწყობს საჭმლის მონელებას. გამოიყენება გასტრიტის, ლეიძლის დაავადებისა და სიყვითლის წინააღმდეგ; დოზა: 3-5 გ ხმელი ხარისჩლიქას ბალახი ერთ ჭიქა სითხეზე. საუკეთესოდ მიიჩნევენ მის რძესთან ერთად გამოყენებას.

მ.ა. და ი.მ. ნოსალები (1960) იძლევიან იმ ხალხურ რეცეპტებს, როდესაც ხარისჩლიქა განსაკუთრებით სასარგებლოდ ითვლება:

1. ხარისჩლიქას ბალახისა და ნეგოს ყვავილების თანაბარი რაოდენობის ნარევის წყლით გამოწვლილი სასარგებლოდ ითვლება სიყვითლის დროს (1 სუფრის კოვზი ნარევი 1 ჭიქა მდულარე წყალზე).

2. ბრონქიტის დროს გამოიყენება შემდეგი ნარევის ნახარში: ხარისჩლიქა - 2,0 გრ, ოშოშა - 3,0 გრ და ბირკავა - 2,0 გრ. 2 სუფრის კოვზ ამ ნარევს 0,5 ლიტრ წყალში 10 წუთს ხარშავენ ნელი დულილით, შემდეგ 20 წუთით დგამენ თბილ ლუმელში, წურავენ და ყლუპ-ყლუპობით სვამენ დღეში არაუმეტეს ორი ფინჯნისა (დაახლოებით ერთი ჭიქა).

ხარისჩლიქას ძლიერი ტოქსიკურობის გამო, მისი პრეპარატების გამოყენება დასაშვებია მხოლოდ ექიმის გამოწერითა და მისი უშუალო მეთვალყურეობით. ხარისჩლიქას თვითნებურად გამოყენება კატეგორიულად დაუშვებელია.

ხარისძირა - HELLEBORUS CAUCASICUS A. Br.



ხარისძირასებრთა ოჯახში შედის. ხარისძირას რაჭაში ჯუჯუყყყერას, თეთრყყაყაჩოს, აჭარაში კრუხის ბუდეს ეძახიან. მრავალწლიანი, 25-60 სმ სიმაღლის მცენარეა, ღერო მცირედ იტოტება, ფოთლები ღრმად დაკვეთილი და ნაპირებზე ხერხისებურად დაკბილულია.

ღეროს ძირში განლაგებული ფოთლები გრძელყყუნწიანი და 5-11 ნაკვთიანია. თითოეული ნაკვთი ფართოელიფსური მოყვანილობისა და ბოლოწვეტიანია.

ღეროზე განლაგებული 1-2 ფოთოლი მჯდომარეა, ღეროს კენწეროზე უვითარდება 1-3 ყვავილი. ყვავის დეკემბერ-აპრილში, იმის მიხედვით, თუ ზღვის დონიდან რა სიმაღლეზე იზრდება. გვხვდება ქართული მუხის სარტყელში. უფრო ხშირად ზღვის დონიდან 1000 მეტრამდე იზრდება, იშვიათად 1200 მ და უფრო მაღლაც გვხვდება.

ხარისძირა ჩვენი კალთაშეთხლებული ტყეების, ტყისპირების და ბუჩქნარების მკვიდრი, შხამიანი მცენარეა. ფართოდაა გავრცელებული საქართველოს თითქმის ყველა მხარეში. ლიტერატურაში აღწერილია ცნობები ხარისძირათი ცხენების მონამვლისა და სიკვდილიანობის შესახებ. 1 კგ ბალახი ცხენისათვის სასიკვდილო დოზაა.

ხარისძირას ფესვებსა და ფესვურაში მოიპოვება გლიკოზიდები, მათ რიცხვშია 0,1 პროცენტი კოლერბორინი P, რომელიც გულზე სტროფანტინის მსგავსად მოქმედებს.

კოლერბორინ P-ს იყენებენ სისხლის მიმოქცევის II და III ხარისხის დარღვევის დროს, უმთავრესად გულის ქრონიკული უემარობის შემთხვევაში. იგი განსაკუთრებით ეფექტურია იმ შემთხვევაში, როდესაც საჭიროა სწრაფი და ხანგრძლივი ეფექტი.

კოლერბორინ P-ს ერთჯერადი თერაპიული დოზაა 0,000125-0,00025 გრ, ვენაში თანდათანობით შეჰყავთ 20 მლ 40 პროცენტისანი გლუკოზის ხსნარი, დღეში ერთხელ სისხლის მიმოქცევის უკმარისობის II-III ხარისხის შემთხვევაში. კოლერბორინ K-ს აბებს უნიშნავენ 0,0002 გრ (0,2 მგ) ერთ მიღებაზე დღეში 3-4 ჯერ; საერთო რაოდენობით 0,0008 გრ-მდე (0,8 მგ-მდე) - (ა. დ. ტუროვა, 1974).

კოლერბორინ K ერთ-ერთი უძლიერესი საგულე გლიკოზიდია. ბიოლოგიური აქტიურობით აღემატება კონვალატოქსინს, ერიზოიმინსა და სტროფანტინს. ტოქსიკურობის მხრივ კი სტროფანტინსა და დიგიტოქსინს შორის დგას. უფრო კი უკანასკნელის ახლოს. მოქმედებას ჩქარა, ორგანიზმში შეყვანისთანავე იწყებს. იგი აძლიერებს სისტოლას, ახანგრძლივებს დიასტოლს, აიშვიათებს გულის რითმს, ამაღლებს სისხლძარღვების ტონუსს, ზრდის დიურეზსა და სისხლის გადატანის სისწრაფეს, კუჭ-ნაწლავის ტრაქტში თითქმის არ იშლება.

კოლერბორინი K ბიოლოგიური აქტიურობის მიხედვით კოლერბორინ P-ს უახლოვდება, მაგრამ იგი უფრო ნაკლებტოქსიკურია, მოქმედებს უფრო ჩქარა და მისი კუმულაციური თვისებაც უფრო ნაკ-

ლებადაა გამოხატული (ა.ა. დმიტრევა, ე.ს. ზაბოლოტნაია, ა.ი. ლესკოვი, მ. მ. მოლოდუენიკოვი, 1962).

ბულგარეთის ხალხური მედიცინა ხარისძირას ფესვებისა და ფესვურის ნახარშს ხმარობენ მცირე დოზით. ($1/2$ ჩაის კოვზი ფესვები 0,5 ლ წყალზე) სიმსივნეების, ბუასილის, ხველების, პლევრიტის, ტუბერკულოზის, ჩირქოვანი ქროილობის, ქერტლის სამკურნალოდ და თმის გასაზრდელად. ვეტერინარიაში ფესვურას მცირე რაოდენობით საკვებში უმატებენ ბატკნებისა და ცხვრების მოსამაგრებლად (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

ხარისძირას სამკურნალოდ გამოყენება, მისი ძლიერი ტოქსიკურობის გამო ექიმის რჩევის გარეშე დაუშვებელია.

სახმომსლა - *LYSIMACHIA VERTICILLATA* Pall.



ფურისულასებრთა ოჯახში შედის. სახვთესლა 50-100 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ფესვურიანი ბალახია. ოდნავ ნახნაგოვანი ღრუ ღერო ზედა ნაწილში დატოტვილია, რომლის მუხლებიც ხშირბუუსიანია, თვით ღერო კი მეჩხერბენვიანია.

მოგროო კვერცხისებური, ზოგჯერ ელიფსური, გრძელყუნწიანი, კიდემთლიანი, მაგრამ კიდენაწმამიანი ფოთლები ღეროზე 3-4 ცალიან რგოლებადაა განწყობილი. ფოთოლი ზემოდან მუქმწვანეა, ქვედა მხრიდან კი ბაცი ფერისაა.

ყვავილები ნახევარჩხრობადაა შეკრებილი ფოთლების ილიებში, ყვავის ყვითელი ყვავილებით მაის-აგვისტოს განმავლობაში.

ძირითადად ნესტიანი ადგილების მცენარეა. გვხვდება ნიფლნარებში, ნიფლნარ-ნაძვნარებსა და ნიფლნარ-რცხილნარებში, ნაძვნარ-სოჭნარებში და სხვა. მთაში სუბალპურ სარტყლამდე აღწევს.

ფოთლებს ხალხი ყვითელი საღებავის მისაღებად იყენებს. მისი კვამლი ხოცავს ბუზებს. ღვინოზე ნაყენს ან წყლიან გამონაცემს ჩაის სახით ხმარობენ სისხლიანი ხველის, ძლიერი კუჭის აშლილობის, დიზენტერიის და რევმატიზმის წინააღმდეგ. დასალევად ერთი დღე-ღამის

დოზას ამზადებენ შემდეგნაირად: იღებენ 2 ჩაის კოვზ წვრილად დაჭრილ სახვთესლას და ასხმან ერთ ჭიქა მდულარე წყალს, 7-10 წუთის შემდეგ ჩაისებრი გამონაწელი მზადაა მისაღებად.

სახვთესლას მონახარში შაქრით დატკობისა და ცოტაოდენი ძმრის შერევის შემდეგ გამოიყენება პირში გამოსავლებად, პირის ღრუში წვრილი გამონაყარის დროს.

მონახარშის მოსამზადებლად შესაძლოა ავილოთ 30 გრ წვრილად დაჭრილი სახვთესლა 2 ჭიქა წყალზე, რომელსაც ვადულებთ 10 წუთს, გაცივებისა და განურვის შემდეგ სვამენ თითო სუფრის კოვზს დღეში 3-4-ჯერ.

ნედლი ბალახისაგან გამონაწერი წვენი ახალ ქროილობაზე აჩერებს სისხლდენას. წვენს ხმარობენ დასალევადაც თითო სუფრის კოვზს 3-4-ჯერ დღეში.

ფხვნილადქცეული სახვთესლა წარმატებით გამოიყენება ბუზების სანინაღმდეგოდ.

სახმო - *ALLIUM CEPA* L.

სახვი საყოველთაოდ ცნობილი ბოსტნეულია. იგი მდიდარია ვიტამინ C-თი, ამიტომ მას სურავანდის შემთხვევაში სამკურნალოდ იყენებენ. გრიპის დროს ცხვირში ე. წ. სახვის ტამპონებს იკეთებენ, რისთვისაც სახვის ბოლქვს სწრაფად ხეხავენ. გახეხილ მასას 3X3 სმ სიდიდის დოლბანდის ნაჭერზე დებენ და სიგარეტისებურად ახვევენ, რომელსაც ცხვირის ნესტოში 15 წუთის განმავლობაში იდებენ დილით, შუადღეზე და საღამოთი. საშვილოსნოს ყელის ტრიქო-მონადული ანთებისას, გახეხილი სახვის მასას 10X10 სმ ზომის დოლბანდზე დებენ, სიგარეტისებურად ახვევენ და საშვილოსნოს ყელში 8-10-12 საათის განმავლობაში ათავსებენ (ა.პ. პოპოვი, 1974). იმ შემთხვევაში, როდესაც ავადმყოფი დიდ მგრძნობელობას ამჟღავნებს სახვის მიმართ, ტამპონს წინასწარ კალენდულის (გულყვითელას) ნახარში ათავსებენ.

სახვის წვენს კუჭდნაწლავის ანთებისა და ანგინის შემთხვევაში იყენებენ დასალევად (1 ჩაის კოვზი სახვის წვენი დღეში 3-4-ჯერ).

თაფლში არეული სახვის წვენი კარგი საშუალებაა თვალზე ლიბრის განვითარების წინააღმდეგ.



ხახვის წვეწვდენს სვამენ ხველების, ბრონქიტისა და ყვიანახველის დროსაც, საამისოდ ერთმანეთში არეულ 500 გ წვრილად დაჭრილ ხახვს, 50 გრ თაფლსა და 400 გრ შაქარს 3 საათის განმავლობაში ნელ ცეცხლზე ხარშავენ 1 ლ წყლით, გაგრილების შემდეგ ბოთლში ასხამენ და თავს კარგად უცობენ. სვამენ დღის განმავლობაში 4-6 სუფრის კოვზ ნახარშს (ა. პ. პოპოვი, 1974).

ყელის ანთების შემთხვევაში ა. ერტელი და ე. ბაუერი ურჩევენ გახეხილი ხახვისა და ვაშლის, აგრეთვე თაფლის (გემოვნების მიხედვით) ნარევის მიღებას 2-3 ჩაის კოვზის რაოდენობით დღეში 2-3-ჯერ. ვ. ა. ლუკაშვილი ნარმატებით იყენებდა ხახვის წვეწვდენსა და თაფლის ნარევის თავის ტვინის სისხლძარღვების ათეროსკლეროზის დროს (თითო ჩაის კოვზი ნარევი ყოველ საათში ერთხელ). დიაბეტის ინსულინით მკურნალობისას მრავალი ექიმი ხახვის წვეწვდენსა და თაფლის ნარევის დამატებით უნიშნავს ავადმყოფს (ა. პ. პოპოვი, 1974).

ხახვს ჭიისდამდენი თვისებაც გააჩნია. ამისათვის ხახვს უზმოზე ჭამენ ქაშაყთან ერთად და შემდეგ კუჭს ინმენდენ რომელიმე გამსხნელი საშუალებით.

გარეგან სახმარად თანამედროვე ხალხურ მედიცინაში ცომში გახვეული და ასე შემწვარი ან რძეში მოხარშული ხახვი კომპრესების სახით გამოიყენება ჩირქოვანი მუწუკების, ფურუნკულების სამკურნალოდ.

მეჭყეებსა და კოჭრებს იცილებენ ხახვის წვეწვდენით ან სუფრის ძმარში მოხარშული ხახვით. ხახვის წვეწვდენს თმის ზრდის დასაჩქარებლად იყენებენ (თმის ძირებში კარგად შეხეღვით კვირაში 1-2-ჯერ 2-3 სუფრის კოვზის რაოდენობით). შეხეღვის შემდეგ თავს იხვევენ 1-2 საათის განმავლობაში. ამის შემდეგ თავს საპონით იბანენ.

ხახვს სახის ნაოჭების გასაქრობად და მისი პროფილაქტიკის მიზნითაც იყენებენ. საამისოდ კ. აპინისი (1965) შემდეგი შემადგენლობის მალაშოს გამოყენებას ურჩევს: ხახვის წვეწვდენი – 30 გრ, თაფლი, თეთრი შროშანის წვეწვდენი და თეთრი სანთელი თანაბარი რაოდენობით (თითოეული 30 გრამის ოდენობით), მთელი ეს ნარევი ცხელდება თიხის ჭურჭელში ნელ ცეცხლზე ან ორთქლზე, ხის ჯოხით ხშირი მორევით და შემდომაც გაგრილებამდე. ხახვის წვეწვდენით იცილებენ ჭორფლს, ხოლო მის თაფლთან ნარევით კი კანის სოკოვან დაავადებებს მკურნალობენ. ხახვის ნაჭრების საფეთქლებსა და შუბლზე დადებით თავის ტკივილი წყნარდება.

ხახვი მომწიფებელი სისტემის ტონუსს აძლიერებს, აუმჯობესებს მადას, სისხლში შაქარს ამცირებს და ამოსახველებელ საშუალებადაც გამოიყენება (ვ. იორასეკი, ფ. სტარი, 1982).

ავიცენას (1982) მიხედვით ხახვი მარილთან არეული მეჭყეებს აქრობს. ქათმის ქონთან ერთად იგი ფეხის ტერფებზე არსებულ ნაკანრებს არჩენს. ცხვირში ჩანვეთებულ ხახვის წვეწვდენს თავს ამსუბუქებს. თავში სიმძიმის გრძობის დროს მას ყურში იწვეთებენ, ასევე იქცვიან ყურებში ხმაურის, ჩირქისა და გამონადენის არსებობისას. ხახვის დიდი დოზებით მიღება საზიანოა. თაფლისა და ხახვის წვეწვდენის ნარევი სასარგებლოა თვალის ლიბრის დროს, აგრეთვე ანგინის შემთხვევაში. ხახვი აძლიერებს სქესობრივ ლტოლვას.

ტაჯიკეთის ხალხურ მედიცინაში ხახვის თესლის ნახარში ფართოდ გამოიყენება თირკმლების კენჭოვანი დაავადების დროს. წითელი ხახვის 1-2 წვეთს აწვეთებენ თვალში ლიბრის სამკურნალოდ, ასე იქცვიან დაქვეითებულ მხედველობის აღსადგენად და გასაძლიერებლად. საამისოდ რეკომენდებულია თვეში 1-2 პროცედურის ჩატარება.

იმისათვის, რომ თვალისათვის მწვავე არ იყოს ხახვის წვეწვდენი მას რძით ანეიტრალევენ 1:1 თანაფარდობით და ამ ნარევს კვირაში 1-2-ჯერ უნიშნავენ. ხახვის წვეწვდენი, მისი გახეხილი ფაფისებური მასა, აგრეთვე სანახევროდ შემწვარი ხახვი გამოიყენება კანის სოკოვანი დაავადებების და ჩირქოვანი მუწუკების სამკურნალოდ (ი. ნურალიევი, 1989).

ანგინის სამკურნალოდ შემწვარი ხახვის ცხელი ორთქლის შესუნთქვას აწარმოებენ, ამასვე აკეთებენ გრილისა და ზედა სასუნთქი გზების კატარის შემთხვევაში. გრიპის პროფილაქტიკის მიზნით ხახვის წვეწვდენს ცხვირში აწვეთებენ. ხახვი შარდდენას აძლიერებს (ვ. ი. ზაერაჟანოვი და თანაავტორები, 1972).

უკანასკნელ წლებში დადგინდა, რომ ხახვსა და ნიორს ანტითრომბოზული თვისება გააჩნიათ. ისინი ვისაც ხახვსა და ნიორს საჭმელად არ იყენებენ, ხასიათდებიან სისხლის სწრაფშედეგების უნარით.

ხახვისა და ნიორის ეთერზეთები თრომბოციტების აგრეგაციას ეწინააღმდეგებიან (ერიკ ბლოკი, 1985). ნიორისა და ხახვის ანტითრომბოზული ქმედება ასპირინის აქტიურობაზე უფრო მაღალია. თანამედროვე მედიცინაში პრეპარატი „ალილჩეპი“ (ხახვის ბოლქვების სპირტზე ნაყენი) რეკომენდებულია

ნანლაგების ატონიის (მოდუნების), ქრონიკული კოლიტისა და ყაბზობის, პიპოაციდური გასტრიტის, ათეროსკლეროზის სამკურნალოდ. ამ პრეპარატს 15-30 წვეთის რაოდენობით იღებენ 3-ჯერ დღეში ჭამის წინ, 20-30 დღის განმავლობაში კუჭ-ნაწლავის ატონიის (მოდუნების) შემთხვევაში (ი. ნურალი-იევი, 1989).

კ. ხაიდაროვის (1988) მიხედვით გრიპის სამკურნალოდ გახეხილი ხახვის მასა ცხვირთან ახლოს მიაქვთ და 2 წუთის განმავლობაში მის ფიტონციდებს რამდენჯერმე ღრმად შეისუნთქავენ.

ავიცენას (1982) მიხედვით ხახვის წვენი შველის კატარაქტას, მაგრამ არაფერია მითითებული იმაზე, რომ ხახვის წვენის თვალში ჩაწვეთება ძალიან მტკივნეულია. ამის ასაცილებლად ნურალიევი მიუთითებს, რომ ხახვის წვენი რძეში უნდა განზავდეს 1:1 დოზით.

ხბოშუბლა სამკურნალო - GALEGA OFFICINALIS L.



პარკოსანთა ოჯახის წარმომადგენელი, მრავალწლიანი, 40-90 სმ სიმაღლის მცენარეა. ფესვის ყელიდან მრავალი ღერო ამოდის, თითოეული ღერო თავის მხრივ, დატოტვილია, ფოთლები კენტფრთართული აქვს, ფოთლის ყუნწის ფუძესთან შუბისებრი თანაფოთლებია განწყობილი. ფოთოლი 5-10 წველად ფოთოლაკს შეიცავს, რომელნიც წაგრძელებული, ხაზური და ლანცეტა მოყვანილობისაა, მცირედ ნაწვეტებული წვერით.

ღია მოცისფრო ან ღია მოიისფრო, ზოგჯერ თეთრი ყვავილები, 8-27 სმ სიგრძის მტევნებად ფოთლების ილღებშია განლაგებული, ყვავის ივნისიდან აგვისტომდე. გვხვდება ბუჩქნარებში, გამეჩხრილ ტყეებში, ტყისპირებში, მდინარეთა ნაპირებზე და მდელოებზე.

ხალხურ მედიცინაში ხბოშუბლა გამოიყენება როგორც ოფლმდენი და შარდმომგვრელი საშუალება, აგრეთვე რძის სეკრეციის გასაძლიერებლად და დიაბეტის სამკურნალოდ. ექსპერიმენტებით დადაგენილია, რომ ადგილობრივი გამოყენებისას გალეგინი იწვევს თვალის გუგის შევიწროებას, ვენებში შეყვანისას კი სისხლის წნევის მომატებას, სისხლძარღვების შევიწროებას, კუჭ-ნაწლავის მოტორული ფუნქციის დაქვეითებას. საზღვარგარეთელი ზოგი ექიმი გალეგინს იყენებს დია-

ბეტის სამკურნალოდ და მშობიარე ქალებში რძის სეკრეციის გასაძლიერებლად (ს.ე. ზემლინსკი, ვ.პ. ლინიუჩევი, ზ.ა. ტრუტჩევა, 1962).

ხბოშუბლა ინსულინისებურად მოქმედებს შაქრიანი დიაბეტის დროს, განსაკუთრებით ამ დაავადების იოლი ფორმის შემთხვევაში. დიაბეტის სამკურნალოდ მას დამატებით საშუალებად იყენებენ ინსულინით მკურნალობასთან ერთად, რაც ინსულინის დოზის შემცირების საშუალებას იძლევა. უფრო მყარი ეფექტი მიიღება ხბოშუბლას თესლის ნაყენის გამოყენებით ($1/2-1$ ჩაის კოვზი თესლი 1 ჭიქა წყალზე).

ბალახი წყლიანი ნაყენის სახით მიიღება შიგნით სახმარად (1 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ხბოშუბლას ბალახს 1 ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ, რაც ერთი დღის დოზას წარმოადგენს). ბულგარეთის ხალხური მედიცინა იმავე მიზნებისათვის ხბოშუბლას მარტო ყვავილების გამოყენებას ურჩევს (დ. იორდანოვი, პ. ნიკოლოვი, ა. ბოიჩინოვი, 1968).

ხბოშუბლას ყველა სახეობა შხამიან მცენარეებად ითვლება. მათი ბალახი განსაკუთრებით მავნეა ცხვრებისათვის, ი. გუსინინის ცნობით, 3 კგ ხბოშუბლა ცხვრისათვის სასიკვდილო დოზაა. ი. გროსპეიში კი აღნიშნავს, რომ მარილწყალში მოხარშული ხბოშუბლას ნორჩი ღერო და ფოთოლი ადამიანისათვის საჭმელად ვარგისია, როგორც ჩანს, ჩვილი ხბოშუბლა ნაკლებტოქსიკური უნდა იყოს.

სპაპლახა - SOLANUM PSEUDOPERSICUM Pojark.

ძალყურძენასებრთა ოჯახის მრავალწლიანი, ძირში ღეროგამერქნებული, 1-4 მ სიგრძის მცოცავი მცენარეა. სოსანი ყვავილები ქოლგისებრ საგველა ყვავილედადაა შეკრებილი. ნითელი, კვერცხისებრი, კენკრა ნაყოფები ღეროზე ქოლგებადაა დაკიდული. ამოკვეთილდაკბილულკიდეებთან, კვერცხისებრი ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განწყობილი.



იზრდება ტყეებში, ტყისპირებსა და ბუჩქნარებში, მდინარეთა სა-
ნაპიროებსა და არხისპირებში, ზღვის დონიდან უფრო ხშირად 1000
მეტრამდე სიმაღლეზე. გავრცელებულია აფხაზეთში, რაჭა-ლეჩხუმში,
სამეგრელოში, გურიაში, აჭარაში, ქართლში, მთიულეთში, გარე კა-
ხეთში, გარდაბანში, თრიალეთში, ქვემო ქართლსა და მესხეთში. შესან-
იშნავი მცენარეა ვერტიკალური გამწვანებისათვის.

ფარმაკოპიშიურად უფრო კარგად *S. dulcamara* L. არის შეს-
ნავლილი, რომელთანაც თავისი ქიმიზმით და სისტემატიკური მდგომარ-
ეობითაც ძალიან ახლოს დგას აქ განხილული სახეობა. ამიტომ სამკუ-
რნალოდ იგი წარმატებით გამოიყენება *S. dulcamara* L.-ს მსგავსად.

უმეტეს ავტორთა აღიარებით შხამიანი მცენარეა, მაგრამ ზოგი
მკვლევარი დასაშვებად მიიჩნევს ნაყოფის ჭამას (მ.ი. ნეიშტადტი,
1963).

ხალხურ მედიცინაში სამკურნალოდ ფოთლები გამოიყენება კა-
ტარისა და რევმატიზმის წინააღმდეგ, აგრეთვე ოფლმომდენ და შარ-
დმდენ საშუალებად. პ.ა. ვოლკოვას და სხვა (1963) მიხედვით რუსულ
ხალხურ მედიცინაში ხებალახას ხმარობენ სასუნთქი გზების კატარის,

ხველის, რევმატიზმის და კანის დაავადებების სამკურნალოდ.

ნელდ ტოტებს ბელლებში ყრიდნენ თავგებისა და ვირთხების დასაფრთხობად (ტოტების სუნს ვერ
იტანენ და გარბიან ბელლიდან, ა. ხ. როლოვი, 1908).

ატროპინის მსგავსად ხებალახას გლიკოზიდი თვალის გუგის გაფართოებას იწვევს.

ციმბირისა და რუსეთის ხალხური მედიცინა სამკურნალოდ უპირატესობას ყლორტების გამოყენე-
ბას ანიჭებს, რომელთაც ძლიერმოქმედად სცნობენ რევმატიზმის, ნიკრისის ქარის ("პოდაგრა"),
იშიაზის, წყალმანკის, სიყვითლის, ეგზემის, ექსუდაციური დიათეზის, ბრონქების კატარის,
ბრონქიალური ასთმის საწინააღმდეგოდ. მასვე ჭიისდამდენ და შარდმომგვრელ კარგ საშუალებად
მიიჩნევენ. ნაყოფის ნახარშს სვამენ ეპილეფსიისა და თავის შეტევითი ტკივილების დასაწყნარებლად.
ყვავილების ნახარშს ურჩევენ ფილტვების დაავადებისა და ზედა სასუნთქი გზების კატარის დროს (ვ.
გ. მინავეა, 1970).

ა. ბესლერის (A. Bassler, 1963) თანახმად გერმანული ხალხური მედიცინა ხებალახას იყენებს ბლ-
ერის (მუნი), ნევრალგიის, რევმატიზმის, შარდის ბუშტის სამკურნალოდ, აგრეთვე ანთებითი პროცე-
სების ჩასაქრობად ყურებსა და ყელში. გამოიყენება სპირტზე ნაყენი და ფხვნილი დღეში 1-2 გრ დოზით
რამოდენიმე დღის განმავლობაში.

უკრაინაში ადრე გაზაფხულზე ან შემოდგომით შეგროვილი ყლორტების ნახარშს იყენებენ: 1-1/2
კოვზი დაქუცმაცებული ყლორტი (15-22 გრ) ერთი საათის განმავლობაში ნელ ცეცხლზე იხარშება 2
ჩაის ჭიქა წყალში. მიიღება სუფრის კოვზით დღეში 2-3-ჯერ როგორც ამოსახველებელი, შარდმდენი,
ნივთიერებათა ცვლის გამაუმჯობესებელი და თავის ტკივილის საშუალება.

ს. ა. ტომილის ურჩევს ყლორტების ნახარშს: 1 ჩაის კოვზი (1,5-3 გრ) ნედლეული 1 ჩაის ჭიქა წყალ-
ზე (ერთი დღის დოზა) სახსრების ტკივილების, ბრონქების ქრონიკული დაავადების, აგრეთვე ნივთიე-
რებათა ცვლის მოშლის შედეგად გამოწვეული კანის დაავადების (ექსუდატური დიათეზის, საყმანვი-
ლო, სურავანდის სხვადასხვა გამონაყარების, ეგზემის, ფსორიაზის, დერმატოზების), ასთმის, ყივანახ-
ველის, ნიკრისის ქარის, წყალმანკის, სიყვითლის, კუჭის აშლილობის და პარაზიტი ქიების წინააღმდეგ.

ბულგარეთის მედიცინა ყლორტებს სამკურნალოდ იყენებს ფოთლებითურთ, რომელთა ქიმიზმი
შემდეგნაირი შემადგენლობით ხასიათდება, გლიკოალკალოიდები: სოლაცინი (1%-მდე) და სოლა-
ნინი (0,7%-მდე). ნაყოფი 0,5%-მდე ალკალოიდ სოლანინს შეიცავენ. გარდა აღნიშნულისა ფოთლებში
მ,5-11,5% ტანინები და სხვა ნივთიერებები მოიპოვება. ბულგარეთის ხალხურ მედიცინაში ყლორტები
ფოთლებიანად ნაცადი საშუალებაა კანის დაავადების, კანის მქავანა ეგზემისა და კანის ანთების,
ბრონქიალური ასთმის, გაციებისდროინდელი და მისი მიზეზით გამოწვეული შედეგების: ნევრალგიის,
რევმატიული ტკივილების, საშარდე ბუშტის ანთების, კუჭის აშლილობის, არარეგულარული მენსტრუ-
აციის, ყურების ტკივილის დროს. ბულგარელები მას ნახარშის სახით იყენებენ: 1 ჩაის კოვზ (3 გრ) ფხვ-
ნილად ქვეულ ნედლეულს 150 გრ წყალში 10 წუთს ხარშავენ (10 დღის დოზა). მიიღება 2 ჩაის კოვზი
ერთი დღის განმავლობაში. კანის დაავადების სამკურნალოდ ხებალახას ყლორტებისა და ფოთლების
ფხვნილს იყენებენ, იმდენს რასაც დანის წვერი აიღებს (0,10 გრ) დღეში სამჯერ ერთი კვირის განმავ-
ლობაში.

უფრო დიდხანს და მეტი დოზით მიღება სახიფათოა. ხებალახა, როგორც უკვე აღინიშნა, შხამიან-
ია და ექიმის დანიშნულების გარეშე მისი გამოყენება დაუშვებელია.

ხეშავი - RHAMNUS CATHARTICA L.



ხეჭრელისებრთა ოჯახში შედის. განტოტვილი 1,5 მეტრამდე სიმაღლის ბუჩქი ან 8 მეტრამდე სიმაღლის ხეა, ეკლიანი ყლორტებით. ქერქი შავი და დახეთქილია. მოპირისპირედ ან მორიგეობით განწყობილი, ზოგჯერ კი ჯგუფურადაც განლაგებული ფოთლები მოხაზულობით კვერცხისებრი ან ელიფსურია, 3 წვეილი რკალისებრი ძარღვით. მცენარე ორბინიანია, 10-15 ყვავილი შეჯგუფულია ფოთლის ყუნწის ილიაში. ნაყოფი შავია, მბრწყინავი, ბურთისებრი კურკიანა, 6-8 მმ დიამეტრში, 3-4 თესლით, ყვავის მაის-ივნისში, ნაყოფი აგვისტო-სექტემბერში მწიფდება. გავრცელებულია უმთავრესად აღმოსავლეთ საქართველოს ბარის ტყეებში, ქართულ მუხასთან და თელასთან შერევით, აგრეთვე დეგრადირებულ გამეჩხრილ ტყეებსა და ნატყევარზე, ზოგჯერ წიფლის სარტყელშიც. მთაში საერთოდ ზღვის დონიდან 1700 მეტრამდე სიმაღლეზე უფრო მაღლა იშვიათად ან თითქმის არ გვხვდება.

ხეშავის ნაყოფი შეიცავს ანტირაგლიკოზიდებს, უხსოვარი დროიდან იყენებენ მედიცინაში ნაყენისა და გამონახარშის სახით, როგორც ნაზი საფალარათო საშუალება. წინათ გამხსნელ და პირსაღებინებელ საშუალებად იყენებდნენ ქერქსაც. ფოთლები 700 მგ პროცენტამდე ვიტამინ C-ს შეიცავს, მათგან აკეთებენ კონცენტრატს კვების პროდუქტების ვიტამინიზებისათვის. ქერქსა და ნაყოფს დღემდე არ დაუკარგავთ თავისი მნიშვნელობა, როგორც საუკეთესო საღებავ საშუალებას, ძალიან მყარად ღებავს აბრეშუმს, შალის და ბამბის ქსოვილებს, რომლებიც თითქმის არ ხუნდებათ მზეზე, კარგი საღებავის მომცემია აგრეთვე იმერეთის ხეშავი და შავჯაბა. ხეშავის ნაყოფის ფაქიზი გამხსნელი თვისება გამოიყენება ქრონიკული შეკრულობის დროს. ხეშავის ქერქსაგან მიღებულია პრეპარატი ფრანგინი, რომლის აბების მიღებაც (0,05 გრ) რეკომენდებულია 1-2 ცალი ძილის წინ ქრონიკული შეკრულობისას.

ხეშავის პრეპარატების მიღებისას ყურადღება უნდა მიექცეს დოზების მკაცრად დაცვას, განსაკუთრებით ბავშვებში, რადგან გაზრდილი დოზები იწვევს საჭმლის მომნელებელი ტრაქტის ანთებას, ფალარათიანობას და პირღებინებას.

ხალხურ მედიცინაში ხეშავის ნაყოფს იყენებენ წყალმანკის, ნიკრისის ქარის, გასტრიტის, სიყვილის, სულის ხუთისა და ბუასილის დროს.

როგორც უკვე ითქვა, ქერქი და ნაყოფი საღებავად გამოიყენება, ამასთან მოუმწიფებელი ყვითლად, მწიფე კი წითლად ღებავს ქსოვილებს.

მ. ა. ნოსალს (1960) მიაჩნია, რომ ხეშავის ნაყოფს უფრო მეტად გამხსნელი კი არა, ნაწლავების მოქმედების რეგულირების თვისება აქვს. ამიტომ მიზანშეწონილია მისი შერევა ამ მიზნით ხმარებულ საშუალებებში.

ა. დ. ტუროვას (1974) მიხედვით რეკომენდებულია ხეშავის ნაყოფის ოთახის ტემპერატურის წყალზე ნაყენის სახით გამოყენება, როგორც გამხსნელი საშუალება: 20 გრ ნაყოფი 200 გრ წყალზე, ამასთან ერთად იღებენ 20 გრ რევანდის ვაჟინს (სიროფი). ამ ნარევს იღებენ 1 სუფრის კოვზს 3-4-ჯერ დღეში.

ბულგარეთის მედიცინაშიც ხეშავის ნაყოფი რეკომენდებულია, როგორც გამხსნელი, ქრონიკული შეკრულობის დროს. იყენებენ ნაყენს: 10 გრ ნაყოფი (წვრილად დაჭრილი) ერთ ჩაის ჭიქა ცივ წყალზე. დგამენ 8 საათს (ამ დროს ორ ჯერზე სვამენ დილით და საღამოს), ან სიროფის სახით - ნაყენს ურევვენ იმავე რაოდენობის შაქარს ან თავფლს (იღებენ 3-4 სუფრის კოვზს ძილის წინ). ნაყოფის პირდაპირ შეჭმაც დასაშვებია - 10-15 ცალი დილით უზმოზე.

ხეჭრელი - FRANGULA ALNUS Mill. (RHAMNUS FRANGULA L.)

ხეჭრელისებრთა ოჯახიდანაა. ბუჩქი ან დაბალტანიანი ხეა 1-3 (7) მ სიმაღლის, ტოტებზე მორიგეობით განწყობილი 8 სმ-მდე სიგრძისა და 4,5 სმ-მდე სიგანის, 7-10 წვეილი ძარღვიანი, კიდემთლიანი, განიერელიფსური ან უკუკვერცხისებრი ფოთლებით. ყვავილები 2-7 ყვავილიან ჯგუფებადაა განლაგებული ფოთლის ყუნწების უბეებში. ყვავილის ჯამი ზარისებრია 2,5-4 მმ სიგრძის, ხორცოვანი, თითქმის შუამდე ხუთად გაყოფილი. გვირგვინი ხუთფურცლიანია, მომწვანო-თეთრი. ნაყოფი წვნიანი კურკიანასებრია, დიამეტრში დაახლოებით 8 (იშვიათად 10) მმ, დასაწყისში მწვანე, შემდეგ მოწითალო და მომწიფებისას მოიისფრო შავი, 3 ერთმანეთთან სუსტად დაკავშირებული კურკით.



1000 ცალი თესლის (კურკის) ნონა 15-22 გრ. ყვავის მაის-ივნისში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

ხეჭრელისათვის დამახასიათებელია ერთი და იმავე ბუჩქზე ყვავილების, ახლად გამონასკვული მწვანე, მომწიფარი წითელი და მწიფე მოიისფრო შავი ნაყოფის ერთდროულად არსებობა. ტოტის დაბლა ნაწილში მწიფე ნაყოფია, მის ზემოთ მომწიფარი, კიდევ უფრო ზემოთ კენწრულ ნაწილში ახლად გამონასკვული ნაყოფი და ყვავილები. ამ მხრივ მართლაც, რომ ჭრელი სურათითა და ეტყობა სახელწოდებაც სწორედ ამ სიჭრელით არის განპირობებული.

საკმაოდ ფართოდაა გავრცელებული მთელ საქართველოში, მთაში ზღვის დონიდან 1700 მეტრზე და უფრო მაღლაც გვხვდება.

ქერქი შეიცავს ანტრაგლიკოზიდებს, კერძოდ ფრანგულაემოდინს, რომელიც ნაწლავების პერისტალტიკას აძლიერებს და ამიტომ უხსოვარი დროიდან გამოიყენება, როგორც ეფექტური გამხსნელი საშუალება. მას იყენებენ როგორც უბრალო გალეონური (გამონახარში, ჩაი) პრეპარატების, ასევე მზა, ქარხანაში გამზადებული პრეპარატების

სახით (თხევადი და მშრალი ექსტრაქტი, პრეპარატები ფრანგულაკსინი და კონფრანალი).

ახალი ქერქის გამოყენება დაუშვებელია, რადგან მომწამლავ ნივთიერებებს შეიცავს, იწვევს პირღებინებას და ტკივილებს მუცლის არეში. ეს ნივთიერებები იშლება ქერქის არანაკლებ ერთი წლის განმავლობაში შენახვისას. ამიტომ გალეონურ პრეპარატებს ამზადებენ მხოლოდ ერთ წელიწადს ან უფრო დიდხანს შენახულ ქერქისაგან. ქარხნებში ხეჭრელის ქერქს მომწამლავი ნივთიერებებისაგან ანთავისუფლებენ 100⁰ ტემპერატურაზე გახურებით რამოდენიმე საათის განმავლობაში.

ნაყოფი შხამიანია, შეჭმის შემთხვევაში იწვევს მონამვლას მძიმე ფორმებში. მათ იყენებენ მწვანე და იისფერი საღებავების მოსამზადებლად. ყვითელი და ყავისფერი შეღებვისათვის ქერქს იყენებენ.

მერქანი თითქმის უნაცრო ნახშირს იძლევა. უახლოეს წარსულ დრომდე მისგან საუკეთესო ხარისხის თოფის ნამალს ამზადებდნენ (ი.ა. გუბანოვი, ი.ლ. კრილოვა, ვ.ლ. ტიხონოვა, 1976).

ხეჭრელის პრეპარატები ქრონიკული შეკრულობის დროს გამოიყენება. ხანგრძლივი გამოყენებისას მას ორგანიზმი ეჩვევა, ამიტომ აუცილებელია დოზის გაზრდა, ან გამხსნელი სხვა საშუალებით შეცვლა. ხეჭრელის გამოყენება არ იწვევს კუჭ-ნაწლავების ტრაქტის მოშლას.

თბილისის ფარმაკოქიმიური კვლევითი ინსტიტუტის მიერ რეკომენდებულია იმერული ხეჭრელის ქერქის თხევადი ექსტრაქტი 40 პროცენტთან სპირტზე მომზადებით. ამ მწარე ექსტრაქტის გამოყენება 2 ჩაის კოვზი ერთ მიღებაზე ეფექტური აღმოჩნდა. გამხსნელი მოქმედება 10-12 სთ-ს შემდეგ იწყება.

30 პროცენტთან სპირტზე მომზადებული ხეჭრელის ქერქის თხევად ექსტრაქტს (ერთი ნაწილი წვრილად დაჭრილი ქერქი, ერთ ნაწილ სპირტზე) იყენებენ 20-40 წვეთს ერთ მიღებაზე დღეში სამჯერ (ა. დ. ტუროვა, 1974).

ხეჭრელის ქერქის გამონახარში (ერთი სუფრის კოვზი ერთ ჩაის ჭიქა წყალზე) მიიღება ნახევარ-ნახევარი ჭიქა ძილის წინ და დღით, პრეპარატი ფრანგულინი კი 2-3 ჩაის კოვზი ძილის წინ (მილონოვა, 1964). ხეჭრელისაგან მიღებული გლიკოზიდი ემოდინი ქოლაგოლის შემადგენლობაში შედის, რომელიც ნაღვლის ბუშტის კენჭოვანი დაავადების დროს გამოიყენება. მასვე იყენებენ ქრონიკული ქოლციტიტის (ნაღვლის ბუშტის ჩირქოვანი ანთება) და ღვიძლის ცეროზის დროს.

ხალხი ხეჭრელის ქერქის ნახარშს იყენებს მუნის წინააღმდეგ (ამით იბანენ დაავადებულ ადგილებს). ფოთლებს იყენებენ სისხლნაკლებობისას, უძველეს ხალხურ მედიცინაში იყენებდნენ სასქესო გარეგანი ორგანოების კიბოს სამკურნალოდ (გ. ვ. მინაევა, 1970).

უკრაინის ხალხური მედიცინა ხეჭრელის ქერქს ხმარობს ქრონიკული შეკრულობისას, შესიებული ღვიძლისა და ბუასილის წინააღმდეგ, დოზა 20 გრ ქერქი 0,5 ლ წყალზე. ხარშავენ 15 წუთს, ამ რაოდენობას სვამენ ერთ დღეში 5-6-ჯერად. ამ ნახარშს ხმარობენ ძალიან უხვსისხლიანი მენსტრუაციის დროსაც. მუნი თუ ძალიან ძველი და დიდხანს უმკურნალოდ მიტოვებული არაა, წარმატებით იკურნება ხეჭრელის ქერქის მაგარ მონახარშში ყოველდღიურად დაბანით (მ. ა. და ი. მ. ნოსალები, 1960).

ხუზა ჩვეულებრივი - DILOSPYROS LOTUS L.

აბანოზისებრთა ოჯახს ეკუთვნის. ხურმა 20-25 მ სიმაღლის ხეა, მისი მყიფე, ადვილად მტკრევადი ყლორტები უხვმეტეჭიანი მოყავისფრო ქერქითაა დაფარული, ტოტების ქერქი მონაცრისფროა, ღერო კი მუქი მოშავო ელფერისაა ღრმა ნალარებით. შესანიშნავი ტექნიკური მნიშვნელობის მქონე მერქანი საუცხოო მასალაა საავეჯო წარმოებისათვის.



ფოთლები დიდია, მოხაზულობით კვერცხისებრი ან მოგრძო ელიფსური, 70-100 მმ სიგრძისა და 25-40 მმ სიგანის, კიდემთლიანი, ზემოდან მუქი მწვანე, პრიალა, ქვემოდან უფრო ლეგა მწვანე. ორსახლიანი მცენარეა, ორი-სამი ყვავილი ჯგუფადაა განლაგებული ფოთლის ილღიაში, ყვავილობას მაისში იწყებს მოყვითალო ფერის ყვავილებით (ა. მაყაშვილი, 1962).

მომრგვალო ნაყოფი სრულ სიმწიფემდე მოყვითალო-წითელია, მწიფე კი მოშაო-მუქი ლეგა-ლურჯი ელფერი. მწიფე ნაყოფი მწკლარტეა, გადამწიფებული კი ძალიან ტკბილი და გემრიელია.

ხურმა ბარის მცენარეა, მთაში ზღვის დონიდან 900 მეტრზე მაღლა თითქმის არ გვხვდება. მისი ჩვეულებრივი ადგილსამყოფელია დაბლობი, ტენით უზრუნველყოფილი დაბლობები, ხევები და ნესტიანი ფერდობები. ბუნებრივად დასავლეთ საქართველოს ბევრ რაიონში, უფრო მეტად კი კოლხეთში, კახეთში ალაზნის მარცხენა მხარესაა, საკმაოდ სწრაფმზარდი ზეა ძლიერი ფესვთა სისტემით, ფართოდ კულტივირებულია საქართველოში, გამოყენებულია ხურმის მსხვილნაყოფა საუკეთესო საბალო ფორმების საძირედ.

ხურმის ნაყოფი 61 მგ პროცენტამდე ვიტამინ C-ს და კაროტინს შეიცავს. აღმოსავლეთის ხურმის ნაყოფის დაკონსერვებული წვენი თიროტოქსიკოზის დროს გამოიყენება, რომელიც შემდეგნაირად მზადდება: ახლად დაკრეფილი ნაყოფიდან გამონურულ წვენს 20 პროცენტის რაოდენობით ემატება სპირტი. ნაყოფისგანვე ამზადებენ შესქელებულ წვენს (ხურმადამბა), რომელსაც ჰიპერტონიის დროს იყენებენ, აგრეთვე სისხლნაკლებობისა და ამოსახელებელ საშუალებად სასუნთქი გზების კატარის დროს.

ხორბალი - TRITICUM L.



პური რომ ხორბლის ფქვილისგან ცხევა ყველასათვის ცნობილია, მაგრამ უმეტესობისათვის უცნობია ხორბლის სამკურნალო სიკეთე.

პურის ფქვილისგან მზ-ზე მეტ ფუნთუშულ ნამცხვარს აკეთებენ. მისგანვე მზადდება მაკარონი, ვერმიშელი, მანანის ბურღული, ნაირგვარი საკონდიტრო და კულინარული ნაწარმი. ხორბლისგან იღებენ მაღალხარისხოვან სპირტს, სახამებელსა და სხვა მრავალ პროდუქტს (ლ. ი. სკლიაროვსკი, 1975).

ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება ხორბლის ფქვილის მრავალი ნაწარმი, მოხალული ხორბალი, 14-21 დღიანი ღივები, ქატო, ბზე... პურის გულის ნახარშს სვამენ ჩვეულებრივ, აგრეთვე კუჭის სისხლიანი აშლილობის დროს. რძეში დამბალ პურის გულს იღებენ ჩირქგროვებზე მათ მოსამწიფებლად და გამოსარწყავად, აგრეთვე სიმსივნეების გასაწოვად. პურის ქატოს ნახარშსა და თვით მოხარშულ ქატოსაც კოსმეტიკურ საშუალებად იყენებენ კანის დარბილების მიზნით (ვ. პ. მახლაიუვი, 1967).

პურის მარცვლის (ხორბლის) ნახარშს საერთო გამამაგრებელ საშუალებად სვამენ, ხოლო პურის ქატოს ნახარშს თაფლთან შერევით სვამენ ზედა სასუნთქი გზების ანთებისა და ძლიერი ხველების დროს. მოხუცებულებისა და ქრონიკული ყაბზობით შეპყრობილ-თათვის რეკომენდებულია მოხალული ხორბალი 50-100 გრ-ის რაოდენობით დღეში 2-3-ჯერ ჭამის წინ. გაზაფხულობით 2-3 კვირიანი ხორბლის აღმონაცენისაგან ძალიან გემრიელ ე.წ სუმიანკას ამზადებენ აღმოსავლეთის ხალხები, რომლის მიღებასაც ძალიან დიდი მნიშვნელობა აქვს შეკრულობის პროფილაქტიკაში, პურის გაღივებული მარცვლის ან მოუწნიფებელი პურის მარცვლის წვენს 0,5 ჭიქას დღეში 2-3-ჯერ სვამენ ჭამამდე 20 წუთით ადრე უშვილობის სამკურნალოდ როგორც მამაკაცები, ასევე ქალებიც. პურის ქატო ამჟამად ფართოდ გამოიყენება ყაბზობის, სიმსუქნის, ჰიპერტონიული დაავადების, ნალვლის ბუშტის კენჭოვანი დაავადებისა და ათეროსკლეროზის დროს (ი. ნურალიევი, 1989).

გამოყენების წესები: 200 გრ პურის ქატოს 1 ლ მდულარე წყალს ასხამენ და 1 საათის განმავლობაში ხარშავენ, წურავენ, ნარჩენსაც ხელის მოჭერით წურავენ და მთელ ამ ნახარშს განმეორებით წურავენ, რომელსაც 0,5-1 ჭიქის რაოდენობით სვამენ დღეში 3-4-ჯერ ჭამის წინ. ზოგჯერ ნახარშს წვნიან

შეჭამანდებში ამატებენ, ან მისგან ბურაბს ამზადებენ. ამ მიზნით 0,5 ლ ნახარსს 25 გრ შაქარსა და 5 გრ საფურას ამატებენ. არის ცნობები იმის შესახებ, რომ გაღვივებული პურის მარცვლებისგან მიღებული ექსტრაქტი, მისი წინასწარი ფერმენტაციის შემთხვევაში ეფექტური სამკურნალო საშუალებაა ეგ ზემის დროს (ლ. ი. სკლიაროვსკი, 1975).

ხურტკმელი - GROSSULARIA RECLINATA (L.) Mill.



ხურტკმელისებრთა ოჯახიდანაა. ხურტკმელი 1 მეტრამდე სიმაღლის ეკლიანი ბუჩქია, 3-5 ბლაგვანაკეთებიანი, მცირე ზომის - 1-5 სმ სიგანის, ქვედა მხრიდან შებუსვილი ფოთლებით. ფოთლის ქვედა მხარის ძარღვების გაყოლებაზე არსებული ბუსუსები უხეში და მჩხვლეტავია.

ბუსუსებიანი ყვავილები მომწვანო ან მონითალოა და ფოთლების ილიებში თითო ან წყვილ-წყვილადაა განლაგებული. 1,5 სმ-მდე სიმსხოს ნაყოფი ელიფსური ან მრგვალია, მომწვანო, ყვითელი ან მონითალო შეფერვით. ყვავის მაის-ივნისში, ნაყოფი ივლისში მნიფდება, საჭმელად მოუმნიფებელი ნაყოფიც გამოიყენება.

ბუნებრივად გავრცელებულია ჩვენი ქვეყნის ვეროპული ნაწილის ბევრ რაიონსა და კავკასიაში მთის შუა სარტყლისა და სუბალპურ ტყეებში, ზღვის დონიდან 2200 მ სიმაღლემდე. მშრალ თხელ ხირხატ ნიადაგებზე. კარგად იტანს გვალებს და სიცხესაც. სინათლის მომთხოვნია. კულტივირებულია ფართოდ, მრავლდება თესვით და გვეტეცაციურად - კალმებით, ბუჩქის დაყოფით, ძირკვის ამონაყარს უხვად იწვითარებს.

ი.ა. გუბანოვის, ი.ლ. კრილოვას, ვ.ლ. ტიხონოვას (1976) ნაშრომის მიხედვით ხურტკმელის ნაყოფი (კენკრა) 13,5 პროცენტამდე შაქრებს, 2 პროცენტამდე ლიმონის, ვაშლის და სხვა მჟავებს, 1 პროცენტზე მეტ პექტინოვან ნივთიერებებს, 54 მგ პროცენტამდე C, 3,25 მგ პროცენტამდე P, B და A ვიტამინებს შეიცავს. გარდა ამისა მის შემადგენლობაში შედის: ფოსფორი, სპილენძი, რკინა, კალიუმი, ნატრიუმი, კალციუმი და მაგნიუმი. ნეღლი ნაყოფი კარგი ხილია, მისგან ამზადებენ მურაბას, კონფიტურს, კომპოტს, მარმელადს, ღვინოს და სხვა. საზამთროდ ნაყოფს ახმობენ, ამზადებენ მარინადს ან კონფიტურს, ჭყლეტენ, შაქარს აყრიან და ასე ინახავენ. ხურტკმელის ნაყოფი პოპულარულია ნივთიერებათა ცვლის მოშლისა და გასუქების საწინააღმდეგოდ. ხალხური მედიცინა მასვე იყენებს სასაქმებლად, შარდ და ნალღვლადმდენ საშუალებად. საუცხოო თაფლოვანი მცენარეა.

ჯადვარი, გუზულის კაბა - ORCHIS MASCULATA L.



ჯადვარისებრთა ოჯახიდანაა. ჯადვარი ტუბერაკებიანი, მრავალწლიანი, 20-60 სმ სიმაღლის მცენარეა. 4-8 წაგრძელებული, უკუკვერცხისებრი ან ლანცეტა, 6-15 სმ სიგრძის ფოთლები ზემოდან მოყავისფრო ლაქებიანია, ქვემოდან კი ღია მწვანე. კენწრული ყვავილელი ყვავილების სრულ გაშლამდე კონუსურია, შემდეგ კი ცილინდრულ ფორმას იღებს, ყვავილების სიგრძე 5-15 სმ ფარგლებში მერყეობს. ყვავილები უმთავრესად მონითალო-იისფერია. ყვავის მაის-ივნისში.

ჯადვარი უფრო ხშირად გვხვდება ტყეებსა (ნაძენარები, სოჭნარები, ნიფლნარები და სხვა) და ბუჩქნარებში, აგრეთვე მდელოებზე და იშვიათად დაჭაობებულ ადგილებში.

მედიცინაში ჯადვარის ახალი ტუბერაკები გამოიყენება, რომელსაც ყვავილობის ან დაყვავილებისთანავე აგროვებენ, მდულარე წყალში 5 წუთამდე ამყოფებენ და ჩრდილში ახმობენ, ეს იმიტომ, რომ ტუბერაკი არ გაღვივდეს და ამით ნედლეული არ გაფუჭდეს. ტუბერაკების შეგროვებისას საჭიროა დაკვირვება. ადამიანის ხელის მტევანის მსგავსი ორი ტუბერაკია ჯადვარის ღეროს ძირში მიწაში, ერთი მათგანი მუქნაცრისფერი და მოშებულა. ეს გასული წლის ტუბერაკია, გამოფიტული და უვარგისი. მეორე კი ღია მოყვითალო-მოთეთრო და გაჭედლილია, ესაა მიმდინარე წლის ახალი სამკურნალოდ ვარგისი ტუბერაკი.

ჯადვარის გამშრალი ძირბოლქვისაგან დამზადებულ პრეპარატებს სალუბს ეძახიან და იყენებენ, როგორც შიგნით მისაღებ შემომგარსველ საშუალებას, უმთავრესად ბავშვების ნაწლავთა კატარის შემთხვევაში, აგრეთვე ზოგიერთი მოწამვლის დროს. სალუბს უნიშნავენ დასალევეად ან ოყნის სახით (ა.ს. ბელიკოვი, ვ.ნ. ვოროშილოვი, 1962).

ა.დ. ტუროვას (1974) მიხედვით ჯადვარის ტუბერაკს იყენებენ კოლიტის, გასტრიტის და გასტრიტული ვარიანტის წყლულოვანი დაავადების დროს. იყენებენ აგრეთვე ზედა სასუნთქი გზების კატარის და პირის ღრუს ანთებითი დაავადებების სამკურნალოდ.

გამოიყენება სალუბის ლორწო, რომელსაც შემდეგნაირად ამზადებენ, ჯადვარის ტუბერაკებს ფხვნიან, ასხამენ ცხელ წყალს შეფარდებით: 2 გრ ტუბერაკების ფხვნილი 200 მლ მდულარე წყალზე, თქვეფავენ კოვზით 10-15 წუთის განმავლობაში. სვამენ თითო სუფურის კოვზს ჭამის წინ რამოდენიმეჯერ დღეში და ღამით ძილის წინ. იკეთებენ ოყნის სახითაც - 50 მლ ერთი ოყნისათვის.

ხალხურ მედიცინაში დიდი პოპულარობით სარგებლობს ჯადვარი, როგორც ენერგიის აღმდგენი საშუალება. ირანული წყაროების მიხედვით სხვა საჭმლის უქონლობისას დღე-ღამეში მოზრდილი ადამიანისათვის საკმარისია 40,0 გრ ჯადვარის ტუბერაკის ფხვნილი ემულსიის სახით წყალზე მომზადებული; კიდევ უკეთესია თუ ემულსია რძით მომზადდება.

ირანელთა რეკომენდაციით კარგია სათადარიგოდ ვიქონიოთ ჯადვარის ტუბერაკები შორეული გადასვლების დროს. მუსლიმანი მხედრები ყოველთვის თან ატარებდნენ ჯადვარის ტუბერაკებს საკვების უკმარისობის შემთხვევისათვის. მ. ა. ნოსალს (1960) საკუთარ თავსა და ოჯახის წევრებზე დაკვირვებით შენიშნული აქვს, რომ ჯადვარი ძალ-ღონის აღმდგენი მართლაც კარგი საშუალებაა.

სვამენ ნახარშს - 3,0-10,0 გრ ტუბერაკები 180 გრ წყალზე - კუჭის აშლილობის, მსხვილი ნაწლავის კოლიტის და საშარდე ბუშტის კატარის სამკურნალოდ. ნახარშს შემდეგნაირად ამზადებენ: საჭირო დოზის ფხვნილს 10 ნაწილ ანადულარ ცივ წყალში ათქვეფავენ, შემდეგ უმატებენ 90 ნაწილ მდულარე წყალს და ხელახლა თქვეფავენ მანამდე, ვიდრე არ მიიღება სქელი, ერთფეროვანი, უფერული და რამდენადმე გამჭვირვალე სითხე (ლორწო). წყლის მაგიერ შესაძლებელია რძის გამოყენება, რაც დიდად ამაღლებს ჯადვარის ყუთიანობას.

ჯადვარის წყლიან ნაღვეებს წარმატებით იყენებენ ოყნისათვის კუჭის აშლილობის, მათ რიცხვში დიზენტერიის დროს: ჯადვარის ემულსიას უმატებენ სელის თესლის ნახარშს (1 ჩაის კოვზი სელის თესლი 1 ჭიქა მდულარე წყალზე).

ზაფხულში ბავშვების კუჭის აშლილობისას მ.ა. ნოსალის მიერ გამოყენებული იყო ჯადვარი შემდეგი დოზით: 120,0 გრ ჯადვარის ტუბერაკების ფხვნილი და 86⁰-იანი სპირტი, მხოლოდ 0,5 გრამამდე ყოველ ორ საათში ჩაის კოვზით. ამავე ავტორის რეკომენდაციით ჯადვარი აუცილებელი საშუალებაა მოხუცების მოსამაგრებლად, ტუბერკულოზიანების, მძიმე დაავადებაგატანილი ადამიანების, ხანგრძლივი სისხლდენით დასუსტებულთა (მათ შორის ბუასილიანთა) მოსამაგრებლად.

ბულგარეთის მედიცინა ურჩევს ჯადვარის ნაყენის გამოყენებას, რომელსაც შემდეგნაირად ამზადებენ: 1 ჩაის კოვზ ჯადვარის ტუბერაკის ფხვნილს ერთ ჭიქა მდულარე წყალს ასხამენ და 15 წუთით თბილ ადგილზე დგამენ. ნაყენს ცხელ მდგომარეობაში სვამენ. ბავშვებს კუჭის აშლილობისას ცივ მდგომარეობაში ასმევენ.

ჰომეოპათია - PHLOMIS TUBEROSA L.

ტუროსანთა ოჯახში შედის. მრავალწლიანი 50-150 სმ სიმაღლის მცენარეა გრძელი თასმისებრი ფესვებით, რომელთა ნაწილზე ბოლქვისებრი მრგვალი გამსხვილებებია განვითარებული.

ღეროს ქვედა ნაწილსა და ძირში არსებული 15 სმ-მდე სიგრძის და 12 სმ სიგანის ფოთლები ღრმად გულისებრ-ამოჭრილფუძიანი და სამკუთხა კიდემრგვალებილა კონფიგურაციისაა. ღეროს შუა და ზედა ნაწილში კვერცხისებრი ფოთლები ერთიმეორის პირისპირაა განწყობილი, რომელნიც ქვედა ფოთლებზე უფრო პატარაა. კენწრული ფოთლები ღანცეცხა და მკდომარეა.

ვარდისფერგვიგინიანი ყვავილები ფოთლების ილიეებში მრავალყვავილიან (10-16) რგოლებადაა განწყობილი, ხაზურ-სადგისისებრი მრავალრიცხოვანი გაფშეკილი ბენვით.

იზრდება ბუჩქნარებში, ბალახოვან ფერდობებზე, ნასვენ მიწებზე მთის ქვედა და შუა სარტყელში. გვხვდება კახეთში, აფხაზეთში, მესხეთსა და ჯავახეთში. უფრო მცირე რაოდენობით სხვა რაიონებშიც აღინიშნება.



არეალი საკმაოდ ფართოა, მაგრამ ჯინჭარას საერთო მარაგი მცირეა.

ჯინჭარას გვარის წოდება წარმოშობილია ბერძნულიდან *Phomilus* - "ალი", ასეთი დასახელება მას იმიტომ მიეცა, რომ უძველეს დროში ჯინჭარასა და ქერიფქლას ერთ-ერთი სახეობის ფოთლებისაგან ლამპის პატრუქებს ამზადებდნენ.

კარგი ფოთლოვანი მცენარეა, იმავე დროს ფრიად მიმზიდველი შესახედაობისაცაა. ფესვების მსხვილი ბოლქვისებრი გამონაზარდები მდიდარია სახამებლით და საჭმელად გამოიყენება როგორც გამხმარ, ასევე მოხარშულ ან შემწვარ მდგომარეობაში. ზოგჯერ მას ფეჭავენ და რძის ფაფას აკეთებენ.

მინისზედა ნაწილები ალკალოიდებს შეიცავს. ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება კუჭის დაავადებების (გასტრიტი, წყულოვანი დაავადება), პნევმონიის, ბრონქიტის, ფილტვის ტუბერკულოზის, გინეკოლოგიური დაავადებების, წყალმანკის, სიყვითლის, ვაციებით გამოწვეული დაავადებების, ციებ-ცხელების და ჩირქოვანი ჭრილობების სამკურნალოდ.

ქრონიკული გასტრიტის შემთხვევაში კარგად მოქმედებს ნახარში (1-2 სუფრის კოვზი ბალახი 1 ჭიქა წყალზე), რომელსაც ნახევარ-ნახევარ ჭიქას იღებენ დღეში 3-ჯერ, ჭამამდე 30-40 წუთით ადრე, ორი თვის განმავლობაში (გუბერგრიცი, სოლომჩენკო, 1968, ციტირებულია ვ. გ. მინაევას, (1970) მიხედვით).

ჯინჭარი, ჭინჭარი - *URTICA DIOICA* L.



ჭინჭრისებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. ჯინჭარი, ჭინჭარი, 60-100 სმ სიმაღლის ფესვეურიანი, ორსახლიანი მცენარეა, ე. ი. მდედრობითი და მამრობითი ეგზემპლარები ცალკე-ცალკეა. მისი ოთხნახნაგოვანი ღერო მარტივია, იშვიათად ფოთლების ილიებიდან იძლევა წვრილ ტოტებს, მთელს სიგრძეზე ჩასდევს წვრილი ღარები.

კვერცხისებრი წაგრძელებული საკმაოდ გრძელყუნწიანი ფოთლები ღეროზე ერთიმეორის მოპირისპირედაა განლაგებული. ფოთლის ფირფიტა ძირში გულისებრამოჭრილია და ნაპირებში ხერხისებრად დაკბილული. ცალქესიანი ყვავილები დახრილ საგველა ყვავილეებადაა შეკრებილი ფოთლების ილიებში. ყვავის ივნისიდან დანყებული შემოდგომამდე.

იზრდება ტყეებში, განსაკუთრებით ნესტიან ადგილებში, ტყის მცირეფართობიან ყალთალებში, ახალ ტყეკაფებზე, გზისპირებზე, ეზოების პირას, ბაღებში და სხვა.

ჯინჭარი იმდენად ჩვეულებრივი მცენარეა, რომ მას კარგად იცნობს მოსახლეობის უმეტესი ნაწილი. იშვიათად თუ მოიძებნება ადამიანი, ვისაც არ ეგემოს ჯინჭართი დასუსხვის ტკივილები. მიუხედავად ამისა, ბევრმა არ იცის, რომ ჯინჭარს ბევრი სიკეთეც მოაქვს კაცობრიობისათვის, როგორც საკვებ და სამკურნალო მცენარეს.

საყოველთაოდ ცნობილია, რომ ჯინჭარს მოსახლეობა ფართოდ იყენებს როგორც შესანიშნავ მხალეულს, დიასახლისებმა კარგად იციან ამ მცენარის კულინარიული თვისებები და მისგან გემრიელი მხალის მოსამზადებლად სხვადასხვა ხერხებს იყენებენ.

ფოთლებს აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში ივნისიდან-სექტემბრამდე.

ჯინჭარი საკმაოდ პოპულარულია მედიცინაშიც. საკმარისია აღინიშნოს, რომ იგი ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი კომპონენტია ისეთი ფართოდ ცნობილი პრეპარატისა, როგორცაა ალლოხოლი. ლვიძლით დაავადებულებმა კარგად იციან ამ წამლის ყადრი.

მის ფოთლებში არის ვიტამინები K, C, აგრეთვე კაროტინი და ქლოროფილი. გამოიყენება როგორც სისხლდენის სანინაალმდეგო საშუალება ფილტვებიდან, საშვილოსნოდან და სწორნაწლავიდან ბუასილური სისხლდენის დროს. ამ მიზნით იღებენ ჯინჭრის ნაყენს 15-20 წვეთი 1 ჭიქა წყალზე. მიღების დოზაა თითო სუფრის კოვზი დღეში 3-4-ჯერ. ასევე კარგია მისი ექსტრაქტიც 30-40 წვეთი თითო ჯერზე.

ბოლო წლებში ცხოველებზე ჩატარებულმა ცდებმა ცხადყო, რომ ფოთლის გამონახარშს გააჩნია მაქრიანი დიაბეტის სანინაალმდეგო თვისება (შულიატევა, 1965).

ჯინჭარი მნიშვნელოვნად აუმჯობესებს ორგანიზმში ნივთიერებათა ცვლას. იგი რეკომენდებულია როგორც რევმატიზმის, ათეროსკლეროზის, ეგზემის, შეკრულობის სანინაალმდეგო საშუალება. საკმაოდ პოპულარულია თმის ცვენის წინააღმდეგ.

დასალევი გამონაწვლილის მისაღებად 4 ჩაის კოვზ წვრილად დაჭრილ ფოთოლს ასხამენ ერთ ჭიქა

მდულარე წყალს, რომელსაც სვამენ ერთი დღე-ღამის განმავლობაში.

ბულგარული წყაროების მიხედვით თმის ცვენის წინააღმდეგ იყენებენ 100 გრ წვრილად დაჭრილ ფოთოლს, რომელსაც ასხამენ 0,5 ლიტრ წყალს და 0,5 ლიტრ ძმარს და ხარშავენ 30 წუთის განმავლობაში ნელ ცეცხლზე, ამ ნახარშით ძილის წინ იბანენ თავს საპნის გამოუყენებლად.

ხალხური მეთოდით რევმატიზმს შემდეგნაირად მკურნალობენ: მტკივნეულ ადგილს სუსხავენ ახლად მოჭრილი ჯინჭრით რამოდენიმეჯერ დარტყვით და ამის შემდეგ შეიზღვენ სუფთა ნავით. მორიგეობა ამ ოპერაციებისა ასეთია - ერთ დღეს ისუსხავენ ჯინჭრით მტკივნეულ ადგილებს, მეორე დღის განმავლობაში კი იზღვენ ნავით (მ.ა. და ი.მ. ნოსალები, 1960).

ცნობილია ფაქტი იმის შესახებ, რომ ზამთარში გამხმარი ჯინჭრის ფოთლებით კვების დროს შესამჩნევად იზრდება ქათმების კვერცხმდებლობა. მას ტექნიკური გამოყენებაც აქვს - იხმარება საღებავისა და ბოჭკოს მისაღებად. ზოგან მის ბოჭკოს თოკის დასამზადებლადაც ხმარობდნენ.

ჯინჭრის დედა - LAMIAM ALBUM L.



ტუჩოსანთა ოჯახს ეკუთვნის. ჯინჭრის დედა 30-60 სმ და ზოგჯერ უფრო მაღალი გრძელფესვიანი მრავალწლიანი ბალახია. ღერო ოთხხაზნაგოვანი და დატოტილია. ფოთლები ჯინჭრის ფოთლებს ჰგავს და ღეროზე ერთიმეორის მოპირისპირედაა განლაგებული. ერთის შეხედვით მცენარე ჯინჭარი გვეგონებათ, მაგრამ მისგან განსხვავებით ხელის შეხებისას არ ხდება კანის დასუსხვა.

თეთრი ფერის (ოდნავ მოყვითალო ელფერი) ყვავილები ჩხროებადაა შეკრებილი ფოთლების ყუნწების ილიებში.

ყვავის მაისიდან დაწყებული შემოდგომამდე. იგი დიდი რაოდენობით გვხვდება კალთაშეთხლებულ ტყეებში და ბუჩქნარებში, აგრეთვე ტყის ზონაში არსებულ ბაღებში სარეველას სახით. ქმნის თავის გაბატონებით ფორმირებულ დიდ მასივებს ან თარგებს.

სამკურნალო დანიშნულებით ყვავილის გვირგვინს და ღერო-ფოთლებს აგროვებენ.

ფარსმანდუკსა და შვიტასთან ერთად ჯინჭრის დედას ყვავილები სისხლის გამწმენდ საშუალებად გამოიყენება. ხალხურ მედიცინაში მას ხმარობენ ყელის ტკივილის, სასუნთქი გზების კატარის და ფილტვის

ტუბერკულოზის დროს, აგრეთვე ელენთის სამკურნალოდ. საამისოდ ერთი ჩაის კოვზ გამხმარ ყვავილს ასხამენ ერთ ჭიქა ადუღებულ წყალს და წყლიან ნაყენს იღებენ დღეში სამჯერ თითო ჭიქას. ამავე მიზნით გამოიყენება ახლად შეგროვილი ბალახიდან გამონურული წვენი დღეში ოთხჯერ თითო სუფრის კოვზი (ვ. გ. მინაევა, 1970).

ყვავილებიდან მომზადებული წყლით გამონაწვლილი გამოიყენება შარდის გამოყოფის გასაძლიერებლად მოხუცებში გაძნელებული შარდვის დროს. წყლიანი ნაყენის მისაღებად წვრილად დაჭრილ 4-6 ჩაის კოვზ ყვავილს ასხამენ ორ ჭიქა მდულარე წყალს. ამ დოზას იღებენ ერთი დღე-ღამის განმავლობაში.

ჯორის კუა - EPHEDRA PROCERA FISCH. ET MEY.

ჯორისძუასებრთა ოჯახის წარმომადგენელია. ჯორისძუა 1-2 მ სიმაღლის ბუჩქია. ქერქი ღეროსა და ხნიერ ტოტებზე ნაცრისფერია. დამუხლული ახალგაზრდა ტოტები აღმამდგომი, მწვანე ან მონაცრისფერო მწვანე და გლუვია. მამრობითი მჭადა ყვავილეთი თითქმის მჯდომარეა, სათითაოდ განწყობილი ერთმანეთის პირისპირ, ფორმით ბურთისებრი. ბუტკოიანი ყვავილეთი ერთყვავილიანია, კვლავ მოპირისპირედ განწყობილი.

მწიფე ცრუ ნაყოფი - კენკრაგირჩა წითელი ან მოწითალო ყვითელი, კვერცხისებრ მოგრძო ან კვერცხისებრ სფერულია.

ყვავის მარტ-აპრილში, ცრუ ნაყოფი ივნის-ივლისში მწიფდება. იზრდება უმეტესად ბარში, მთაში ზღვის დონიდან 1600 (1800) მეტრამდე სიმაღლეზე გვხვება, თხელ მშრალ ხირხატთან ნიადაგებზე, არცთუ იშვიათად შიშველ კლდეებზეც სახლდება. გვხვდება სამაჩაბლოში, ქართლში, მთიულეთში, კახეთსა და მესხეთში.

მედიცინაში მწვანე ტოტები გამოიყენება, რომელთაც ყვავილობის ან ცრუ ნაყოფის მომწიფების



პერიოდში აგროვებენ. სამედიცინო პრაქტიკაში უფრო ხშირად *Ephedra vulgaris* Rich. P. P. იყენებენ.

ჯორისძუა ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება რევმატიზმის, საჭმლის მომწელებელი ორგანოების, სასუნთქი გზების დაავადებების სამკურნალოდ. მთავარ მოქმედ ნივთიერებას ალკალოდი ეფედრინი წარმოადგენს.

ჯორისძუა, როგორც სამკურნალო მცენარე, ჩინეთში ცნობილი იყო 1500 წლის წინათ ჩვენს წელთაღრიცხვამდე "მუ-გუანგის" სახელწოდებით.

ეფედრინი ალაგზნებს ცენტრალურ ნერვულ სისტემას, გულის მუშაობას, უმატებს სისხლის წნევას, ავიწროებს სისხლძარღვებს.

ჯორისძუიდან გამოყოფილია აგრეთვე ლეიკოანტოცინი ლეიკოეფედრინი, რომელიც უფრო მაღალი P ვიტამინური აქტივობის მქონეა, სამკურნალო პრაქტიკაში გამოიყენებულ ჩაის კატეხინთან შედარებით (ტარასკინა, ჩუმბალოვი, 1966).

პრეპარატი ეფედრინი მედიცინაში უმთავრესად ბრონქიალური ასთმის დროს გამოიყენება. აგრეთვე ყვიანახელების, გულის კუნთის დაავადებისას და სისხლის დაბალი წნევის საწინააღმდეგოდ.

მონღოლეთის ხალხურ მედიცინაში ჯორისძუა იციან როგორც საშუალება ღვიძლისა და ნაღველსადინარების დაავადების დროს (ხაიდავ ცენდი, 1965). ჯორისძუა საკმაოდ მზაინაია. ცნობილია მისი მიზეზით ბატკნებისა და თიკნების მონამვლის შემთხვევები დედა ცხვრებისა და თხების რძის მეშვეობით, რომელთაც ჯორისძუა ძოვებს. ეს იმაზე მიანიშნებს, რომ ჯორისძუა სამკურნალოდ მხოლოდ ექიმის დანიშნულებით უნდა იქნას გამოყენებული.

ჩამოთვლილი დაავადებების დროს ჯორისძუას პრეპარატს ჩვეულებრივ იღებენ 0,025-0,05 გრ-ს 2-3-ჯერ დღეში. ერთ წლამდე ასაკის ბავშვებს უნიშნავენ 0,002-0,003 გრ-ს, 2-5 წლისას 0,03-0,02 გრ-ს, 6-12 წლისას კი 0,01-0,02 გრ-ს ერთ მიღებაზე. მკურნალობის კურსი 10-15 დღეს გრძელდება. რაკი ეფედრინი ცენტრალურ ნერვულ სისტემას ალაგზნებს, ამიტომ დაუშვებელია, მისი ღამით მიღება ძილის მოშლის თავიდან აცილების მიზნით.

ჯორისძუს პრეპარატების მიცემა არ შეიძლება ჰიპერტონიანი, ათეროსკლეროზიანი, ძლიერ ალგზნებული ავადმყოფებისათვის, აგრეთვე უძილობადაჩემებულთათვის და გულის კუნთის მიძიმე ორგანული დაზიანების დროს.

ეფედრინი თანმხლებ მოვლენებს არ იწვევს. ზოგ შემთხვევებში ავადმყოფს ემართება სწრაფწარმავალი სუსტი ცახცახი და გულისცემა. დიდი დოზით მიღებისას შეიძლება ალგზნება, უძილობა, მთელი სხეულის ან კიდურების ცახცახი, პირღებინება, ოფლიანობის გაძლიერება, შარდის ხუთვა (ა. დ. ტუროვა, 1974).

ჰამამელინი ჰიჰიფიის - HAMAMELIS VIRGINIANA L.

ლიქშიდამბარი ზისოჰანი ანუ ამბრის ხე - LIQUIDAMBAR STYRACIFLUA L.



სიგანისაა. ყვავილები მარტივი, ყვითელი ლენტისებური გვირგვინის ფურცლებით, სურნელოვანი. სამკურნალო ღირსებების გარდა, ეს მცენარე დეკორატიულობითაც გამოირჩევა, როგორც შემოდგომით მოყვავილე ლამაზი სახეობა.

აჭარის ზღვისპირა ზონაში ინტროდუცირებული ჰამამელისსებრთა ოჯახის (Hamamelidaceae) 9 გვარის სახეობები მრავალმხრივი, მეტად საინტერესო სამეურნეო დანიშნულებით გამოირჩევიან, მათ შორის, ორი ჩრდილო-ამერიკული წარმოშობის სახეობა - *Hamamelis virginiana* L. და *Liquidambar styraciflua* L. კი სამკურნალო თვისებებით ხასიათდება.

ჰამამელისი ვირჯინიული (*Hamamelis virginiana* L.) 5 მეტრამდე სიმაღლის ფოთოლმცვენი ბუჩქია, მეჩხერი, გაშლილი ვარჯით. ჰაბიტუსით თხილს წაავავს. უკუკვერცხისებური, ფართოელფისისებური ფოთოლი 8-15 სმ სიგრძის და 5-6 სმ

აჭარის სანაპიროს კლიმატურ პირობებში ვირჯინიის ჰამამელისის აპიკალური ზრდის პროცესი აპრილის პირველი დეკადიდან იწყება და გრძელდება ივნის-ივლისამდე. შემდეგ მცენარე გადადის დროებითი მოსვენების პერიოდში და ივლისის ბოლოს იწყება მეორე ზრდის პროცესი, რომელიც გრძელდება სექტემბრის მეორე დეკადამდე. ყლორტის საშუალო წლიური ნაზარდი შეადგენს 8,3-21,5 სმ-ს. შეფოთვლა იწყება მარტის ბოლოს - აპრილის დასაწყისში და აპიკალური ზრდის დაწყებას 3-6 დღით ახსრებს. მცენარე მასიურად შეფოთვლილია აპრილის მესამე დეკადაში. ფოთლის ფერთა ცვლა შეინიშნება ოქტომბრის პირველ დეკადაში, ფოთოლცვენა ნოემბრის პირველი ნახევრიდან იწყება და გრძელდება დეკემბრის მეორე დეკადამდე. ფოთლის საშუალო წლიური ნაზარდი შეადგენს 11X4,5სმ-13,7X6,2სმ-ს. ახასიათებს შემოდგომის (ოქტომბერ-ნოემბერი) ყვავილობა. ნაყოფების მომწიფება იწყება მომავალი წლის სექტემბრის მეორე დეკადის დასასრულს და მთავრდება ოქტომბრის მეორე დეკადაში, ანუ ყვავილობიდან თითქმის ერთი წლის შემდეგ. თესლები გაბნევა სრულდება ნოემბრის 1 დეკადაში და ცარიელი პატარა ორსადგულიანი კოლოფები მცენარეზე რჩება თებერვალ-მარტამდე.

ალმონაცენები ზრდისა და განვითარების სწრაფი ტემპით ხასიათდებიან. ალმოცენების ხარისხი 40-75%-ს შეადგენს. ნათესარების იუვენული განვითარების პერიოდი გრძელდება 3-4 წელიწადს. ამ ასაკში მას აქვს ღეროს მეორე და მესამე რიგის განტოტვა, დაბუჩქებაც ამ პერიოდში იწყება. თესლიდან მიღებული სამწლიანი ნათესარების სიმაღლე 80-130 სმ-ს შეადგენს. რეპროდუქციულ განვითარებას ჰამამელისი მეოთხე წლიდან იწყებს.

კალმებით ვეგეტატიური გამრავლების შესწავლით გამოვლინდა, რომ ჰამამელისი დაფესვიანების ნორმალურ შედგენ (55%) იძლევა, სტიმულატორების გამოყენებით კი 60-90%-მდე იზრდება.

ვირჯინიის ჰამამელისის ქერქი, ფოთლები და ახალგაზრდა ყლორტები სამკურნალო პრეპარატების დასამზადებლად გამოიყენება.

მცენარეს ჩრდილოეთ ამერიკაში, ბუნებრივი გავრცელების ადგილებში, „ჯადოსნურ კაკალს“ უწოდებენ. მცენარის ნაწილები შეიცავს გლიკოზიდ ჰამამელიტანინს, რომელიც იშლება ჰალომუფავად, ჰამამელიოზად, ფლობატანინად, ეს არის მწარე ნივთიერება, რომელსაც ახასიათებს სისხლდენის შემაჩერებელი და ჭრილობის შემახორცებელი მოქმედება. ასევე, შეიცავს თავისუფალ ჰალომუფავს, კვერცხტინს, ცხიმოვან ზეთებს, რომელთა შემადგენლობაში შედის პალმიტინისა და ოლეინის მჟავების გლიცერიდები და ფიტოსტერინი. ფოთლები და ტოტები შეიცავს ეთერზეთს, რომლის მთავარი კომპონენტი არის სესკვიტერპენი, სპირტები, ფენოლები და სხვა ნივთიერებები.

ვირჯინიის ჰამამელისმა განსაკუთრებული გამოყენება ჰპოვა ჰომეოპათიურ მედიცინაში. მას უწოდებენ ვენების აკონიტი. ჰომეოპათიური პრეპარატები ინიშნება სამი ძირითადი მიმართულებით: ფზნილების, ნაყენის (ტინქტურა) და აბების სახით. ჰომეოპათიაში ფესვის, ფოთლისა და ქერქის გარდა იყენებენ ახალგაზრდა ყლორტებს და ყვავილოვან ღეროებსაც. მისი პრეპარატები გამოიყენება სხვადასხვა სახის ვენური, საშვილოსნოს, ცხვირის, ფილტვების, ჰემოროიდული, კუჭ-ნაწლავის, ვიკარული და სხვა სისხლდენების დროს, ასევე ვენების დაავადებების, ჰემორაგიული გამონაყარისა და სისხლჩაქევეების, ფლებიტების სამკურნალოდ, გინეკოლოგიური დაავადებების - მენორაგიის, ჰემორაგიის, ამენორეის, დისმენორეის შემთხვევებში, თირკმლების, შარდის ბუშტის, ორქიტის, ტროპიკული წყლოვების სამკურნალოდ.

ჰამამელისის სამკურნალო ნაყენი მზადდება სუფთა სპირტისა და ახლად გამოწურული წვენი თანაბარი რაოდენობის შერევით ან გამხმარი და გამომშრალი მასალის დაღობით. ფზნილები მზადდება დასრესილი მასალისა და რძის შაქრის ნარევით. ნაყენისა და ფზნილების გაზავება ხდება გამხსნელის - სპირტის, დისტილირებული წყლისა და რძის შაქრის ახალი დოზის დამატებით, დაავადების ტიპისა და სიმძაფრის მიხედვით ჰომეოპათები სხვადასხვა სახის - დაბალი, საშუალო და მაღალი განზავების ხსნარებს უნიშნავენ ავადმყოფებს.

ვირჯინიის ჰამამელისის პრეპარატები ცნობილია ევროპისა და ამერიკის ფარმაცევტულ ბაზრებზე. (Атлас лекарственных растений, 1962; Скворцова, 1965; Халваши, 1978; Шаретт, 1990; Попова, 1991).

ალსანიშნავია, რომ, ვირჯინიის ჰამამელისზე წარმატებით მუშაობდა საქართველოს ფარმაცოქიმიის ინსტიტუტის ქობულეთის სამკურნალო მცენარეთა საცდელი სადგური (ყოფილი სამკურნალო მცენარეების საკავშირო ინსტიტუტის ქობულეთის ფილიალი).

Liquidambar styraciflua L. - ლიქვიდამბრი ფისოვანი ანუ "ამბრის ხე" 45 მ-მდე სიმაღლის, სწორმდგომი, ფოთოლმცვენი ხეა, 120-150 სმ დიამეტრის ღეროთი, ფართო პირამიდული ვარჯით. ფოთლები 5-7-ნაკვეთიანი, 10-18 სმ სიგრძის. სამკურნალო თვისებების გარდა მას დეკორატიული და მრავალმხრივი სამრეწველო დანიშნულება აქვს.

ლიქვიდამბრის აპიკალური ზრდის პროცესი იწყება მარტის მესამე დეკადაში და გრძელდება ივლის-აგვისტომდე, ყლორტის საშუალო წლიური ნაზარდი 8,5სმ-20,5სმ-ს შეადგენს. შეფოთვლა იწყება მარტის ბოლოს - აპრილის დასაწყისში. ფოთლის ფერთა ცვლა შეინიშნება ნოემბრის პირველი დეკადიდან, ფოთოლცვენა იწყება ნოემბრის მეორე დეკადიდან და გრძელდება დეკემბრის მესამე დეკა-

დამდე. ფოთლის ზომები საშუალოდ შეადგენს 19,8X18,5სმ-21,8X19,5სმ. მცენარე ყვავილობს მარტის მესამე დეკადიდან მაისის პირველ რიცხვებამდე. ნაყოფების მომწიფება იწყება ოქტომბრის მესამე დეკადიდან და გრძელდება დეკემბრის პირველ დეკადამდე. თესლების გაბნევა მთავრდება დეკემბრის მესამე დეკადისათვის. ცარიელი ნაყოფი ხეზე რჩება გაზაფხულამდე.

გამრავლების საკითხებზე ჩატარებული კვლევის შედეგებით დადგინდა, რომ ლიქვიდამბრის თესლი სწრაფი აღმოცენების უნარით ხასიათდება. აღმონაცენი დათესვიდან 25-30 დღის შემდეგ ჩნდება, რიგ შემთხვევებში აღმოცენების პერიოდი კიდევ უფრო ნაკლებია. ჰამამელისის თესლი კი ხასიათდება ხანგრძლივი მოსვენების პერიოდით, რის გამოც საჭიროა დაბალ ტემპერატურაზე სტრატეგიკაციის და სკარიფიკაციის ჩატარება. ამ გზით თესლების მოსვენების პერიოდი 1-1,5 წლიდან 6-7 თვემდე მცირდება. თესლის აღმონაცენები, ისევე როგორც ვირჯინიის ჰამამელისისა, ზრდისა და განვითარების სწრაფი ტემპით ხასიათდებიან და აღმონაცენების ხარისხიც 40-75%-ს შეადგენს. რეპროდუქციულ განვითარებას ლიქვიდამბრი, ვირჯინიის ჰამამელისთან შედარებით, საგრძნობლად გვიან იწყებს. ასევე შედარებით ნაკლებშედეგიანია ლიქვიდამბრის კალმით გამრავლება.

ლიქვიდამბრის ახალგაზრდა ფოთლები შეიცავს ბორნეოლს, ბორნილაცეტატს, ტერპენებს. ქერქიდან მიღებულ ზეთს აქვს დარიჩინის სპირტის, სტიროლის, ნახშირწყალბადის, სესკვიტერპენების, დარიჩინის მჟავას და მისი ეთერების, ბორნეოლის და მისი ძმარმჟავა ეთერების შემადგენლობა. შეიცავს ირიდოიდებს, ფლავონოიდებს, საპონინებს, ეთერზეთებს, მთრიმლავ და ფისოვან ნივთიერებებს. ღეროში, ფოთოლში, ნაყოფში საგრძნობი რაოდენობის ფლავონოიდებია აღმოჩენილი. ღერო შეიცავს არომატულ ფისს, რომელსაც გამოიყენებენ მედიცინასა და პარფიუმერიაში.

ეს არის ბალზამური ფისი ე. წ. "ამბრი". იყენებენ კანის დაავადებათა სამკურნალოდ, სახსრების რევმატიული ანთების დროს. "ამბრი" ნაზ, აქროლად ნივთიერებებს შეიცავს, რომლებიც კარგად იხსნება სპირტში და დაავადების ხარისხის მიხედვით სხვადასხვა კონცენტრაციის ხსნარები მზადდებიან (Атлас лекарственных растений. 1962; Колесников, 1974; Васильев, 1975).

ამრიგად, ჰამამელისისებრთა ოჯახის სახეობები - *Hamamelis virginiana* L.-ს და *Liquidambar styraciflua* L. ძვირფასი სამკურნალო თვისებებით გამოირჩევიან, რომლებიც დასავლეთ საქართველოს სანაპიროს კლიმატურ პირობებში ზრდა-განვითარების ნორმალური რიტმით ხასიათდებიან. აღმონაცენებს აქვთ სწრაფი ზრდის ტემპი და 3-4 წლიანი ნათესარები უკვე შეიძლება ჩაითვალოს სამკურნალო ნედლეულის მიღების წყაროდ.

В. ПАПУНТДЗЕ, Ш. ХИДАШЕЛИ
ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ ГРУЗИИ
(РЕЗЮМЕ)

Одним из чрезвычайно важных вопросов рационального использования растительных ресурсов является применение в народном хозяйстве лесных растений, обладающих лекарственными, инсектицидными, красящими и другими полезными свойствами. Народ с незапамятных времен использует растительное богатство лесов в качестве источника богатых витаминами пищевых продуктов и для получения лекарственных средств. Следует отметить, что в прошлом в Грузии лечение различных заболеваний с помощью лекарственных растений осуществлялось на высоком уровне.

Способы лечения вначале передавались устно, а затем записывались. Эти описания дошли до нас в виде рукописей, носящих в Грузии название „Карабадин“. Известны „Бесподобный Карабадин“ Кананели, „Лечебная книга“, переведенная Ходжой Копили, „Лечебная книга“ Зазы Панаскертели-Цицишвили и другие. Однако некоторые рукописи были повреждены, часть из них расхищена, и многие уничтожены во время нескончаемых войн.

Несмотря на то, что о растительных лекарственных средствах народной и научной медицины опубликовано немало данных, вопросы практического применения распространенных в лесах Грузии полезных растений освещены в литературе крайне недостаточно: то, что опубликовано, разбросано по различным источникам, к тому же устарело и не содержит многих новых сведений о ценных свойствах лекарственных растений, используемых в советской и зарубежной фитотерапии. Так, из-за отсутствия информации о полезных свойствах многих лесных растений или их недостаточной популяризации, большая часть ресурсов леса остается неиспользованной, целью данной книги является попытка хотя бы частично восполнить этот пробел.

В книге описаны растения, распространенные в основном в лесах Грузии, а также некоторые экзотические виды, уже внедренные в лесные культуры. Помимо данных, касающихся морфологических признаков, ареалов распространения растений и содержащихся в них лекарственных веществ, приводятся сведения о лекарственных, кулинарных, медоносных, декоративных, инсектицидных и других полезных свойствах и методах их использования, в том числе рецептурные данные, опубликованные в нашей стране и за рубежом.

В народной медицине находят применение лекарственные растения для лечения сердечно-сосудистых заболеваний - шиповник, мята перечная, граната, тысячелистник, ландыш, зимовник, обвойник, грушанка, боярышник и другие; желудочно-кишечных - полынь, золотысячник, мята перечная, бузина черная, орех, зверобой, девясил лекарственный, плаун, земляника, горец, подмаренник настоящий, горевачка, бессмертник, тысячелистник, дуб грузинский, гравилат городской, и др.; некоторых заболеваний нервной системы - шиповник, мята перечная, примула, пихта кавказская, липа кавказская, и другие. Исследованиями последних лет выявлены растения, дающие положительный эффект при лечении злокачественных опухолей: горичник, земляника, очиток бледный, безвременник великолепный и другие.

По данным советских и зарубежных исследователей до 2000 видов растений обладают инсектицидными свойствами. Некоторые из них произрастают в Грузии: чемерица, живокость, гармала, аконит, безвременник великолепный, дурман, болена черная, полынь, ромашка, вербейник, (луговой чай), папоротник орляк, мытник и многие другие виды.

Многие лекарственные растения, расположенные в лесах и в лесной зоне Грузии, широко используются в кулинарии, например, лавр благородный, барбарис, яблоня дикая восточная, черника, каштан обыкновенный, крапива, душица, сумах, орех, дешевик крупноцветковый, мята болотная, игра, смородина черная.

Лесные растения широко используются и в ветеринарии.

В книге содержатся указания о времени и способах сбора, сушки и хранения растений.

V. PAPUNIDZE, SH. KHIDASHELI,
DRUG PLANTS OF GEORGIAN
(Summary)

The use of forest plants with medical, insecticidal or dyeing properties contributes greatly to the efficient utilization of forest resources in the national economy. From time immemorial people have used vegetation resources of forests to obtain both food rich in vitamins and medical drugs. In old times in Georgia the art of medical treatment with plants was on a high level. Methods of treatment were passed on orally from one generation to another and later they were recorded. These records came to us in the form of manuscripts. In Georgia these manuscripts are named „Karabadin“. There is „The incomparable Karabadin“ by Kananeli, medical Book translated by Khodja Kopili, „Medical Book“ by Zaza Panaskerteli-Tsitsishvili and others. However some manuscripts have been damaged, others stolen, and a lot of them perished during the epoch of unceasing wars.

Despite the fact that a great deal of information can be found in literature about drug plants used by folk and official medicine, very few publications are available about utilization of useful plants growing in the forests of Georgia. This published material which is scattered among different sources has become obsolete and does not contain many new data about the valuable properties of forest plants used in Soviet and foreign phytotherapy. Thus because of the lack of information about the useful properties of many forest plants and their insufficient popularization the most part of forest resources remains intact.

The aim of this book is to at least partly make up this deficiency. The book deals with native plants occurring mainly in the forest of Georgia and with some introduced species. Besides the morphological characters, the occurrence and the medical substances content of the plants, data are given about their medical qualities, edibility, melliferous, decorative, insecticidal and other useful properties. Application methods of the plants are described, and formulae published in our country and abroad are given.

Folk medicine applies for treatment of heart and vascular diseases: dog rose, peppermint, pomegranate, yarrow, lily of the valley, silk vine, shinleaf, hawthorn and others. Gastrointestinal diseases are healed with absinthium, centaury, peppermint, European elder, walnut, St. Johnswort, elecampene, club-moss, strawberry, bistort, yellow bedstraw, gentian, immortelle, yarrow, Georgian oak, roof avens, and others. For treatment of some nervous diseases dog rose, peppermint, primrose, Caucasian fir, Caucasian linden and others are used. The investigations of recent years have made it possible to detect plants effective for treatment of malignant tumors. They are hogweed, fennel, strawberry, plume stoncrop, meadow saffron and others.

According to the Soviet and foreign authors as much as 2000 species have insecticidal properties. Some of them grow in Georgia: false hellebore, larkspur, peyote, monkshood, splendid meadow saffron, datura, black hellebore, absinthium, matricaria, loosestrife, brake, woodbetony and many others. A lot of medicinal plants growing in the forests and in the forest zone are widely used in cookery, e. g. Grecian laurel, barberry, wild apple, bilberry, chestnut, nettle, origanum, sumach, walnut, winter savory, pennyroyal, junberry, black currant.

Forest plants also find application in veterinary medicine.

The book contains prescriptions concerning time and processes of picking and storing of the plants.

ს ა ძ ი ე ბ ე ლ ი
მცენარეთა გამოყენების მიხედვით

- 1) დაავადებები
აბსცესი 15, 41, 83
ავადმყოფობის გამომწვევი ბაქტერიების
საწინააღმდეგო 15, 20
ავთვისებიანი სიმსივნე 27, 90, 100, 129, 131, 139,
148, 154, 167, 168, 173, 190
ავიტამინოზი 13, 26, 59, 86, 127, 153, 166, 167,
170, 178, 200
ათეროსკლეროზი 13, 17, 24, 94, 95, 99, 110, 120,
125, 127, 146, 185, 191
ალკოჰოლიზმი 81, 189
ამოსახველებელი საშუალება 8, 10, 18, 23, 24, 26,
28, 29, 32, 35, 41, 45, 46, 68, 72, 75, 80, 87, 94, 100,
113, 115, 122, 133, 144, 144, 145, 166, 174, 180, 184,
189, 191, 193, 195
ამოქარება (ბოყინი) 20, 75, 188
ანგინა 8, 15, 22, 27, 32, 49, 59, 70, 72, 76, 98, 121,
126, 185, 191
ანემია 12, 49, 86, 135, 159
ანთება 16, 23, 28, 29, 41, 44, 48, 50, 115, 120, 122,
130, 144
ანტიბიოტიკი 72, 104
ანტიმიკრობული 45, 71, 72
ანტისეპტიკური 48, 75, 83, 90, 100, 113, 180
ანტისპაზმური საშუალება 109
არიითია გულის 14, 37, 71, 76, 135, 150
ასთმა ბრონქიალური 7, 15, 20, 22, 26, 27, 32, 41,
54, 60, 63, 79, 83, 106, 109, 113, 115, 135, 144, 148,
173, 174, 180, 188, 193, 201
არტერიოსკლეროზი 13, 169, 125
არტერიული წნევა 27, 28, 37, 71, 76, 86,
137, 152, 166
ართრიტი 33, 102, 103, 122, 137
აქილია 12, 102
ბაქტერიოციდული 53, 58, 64, 83, 90, 95,
97, 147, 173, 178
ბებერა 57, 68, 148
ბრმანაწლავი 7, 178
ბრონქების კატარი 27, 57, 58, 75, 77, 194
ბრონქიტი 8, 18, 20, 22, 26, 27, 29, 41, 45, 60, 70,
83, 89, 90, 94, 100, 110, 115, 117, 120, 121, 126,
156, 158, 159, 185, 186, 189, 191, 199
ბრონქოექტიზი 20, 33, 41, 90
ბუასილი 17, 19, 21, 23, 24, 33, 38, 49, 54, 59, 60,
62, 67, 75, 77, 89, 97, 98, 100, 107, 113, 120, 122,
123, 135, 137, 139, 140, 144, 144, 145, 154, 169,
172, 182, 183, 184, 185, 186, 190, 195, 195
გაზრდილი სქესობრივი აღზნებულობის
დამანყარებელი 45, 124
გამსხნელი საშუალება 15, 21, 28, 33, 42, 57, 66,
80, 81, 94, 97, 123, 127, 132, 139, 146, 153, 168,
170, 185
გასტრიტი 7, 14, 24, 31, 45, 49, 51, 54, 62, 69, 72,
79, 86, 89, 90, 100, 111, 120, 121, 124, 127, 130, 135,
172, 185, 186, 188, 189, 191, 195, 198, 199
გასტროენტერიტი 59
გაციება 13, 16, 26, 32, 33, 38, 58, 64, 83, 97, 119,
153, 166, 167, 170, 178, 180, 181, 199
გველის ნაკბენი 97, 112
გინგივიტი 44, 72, 107
გინეკოლოგიური 8, 16, 20, 21, 32, 43, 44, 57, 59,
66, 71, 72, 75, 80, 86, 87, 89, 99, 107, 115, 130, 137,
140, 142, 143, 152, 154, 159, 166, 173, 180, 181,
185, 189, 193, 199,
გრიპი 8, 22, 58, 81, 94, 191
გულის გასამაგრებელი 19, 56, 64, 75, 76, 120,
133, 187, 187
გულის მანკი 108, 160, 185
გულისრევა, პირღებინება 20, 104, 113
გულისტივილი 13, 20, 31, 37, 38, 64, 76, 90, 101,
118, 154, 161, 201
გულის სპაზმა 77, 132
გულწვა 12, 13, 20, 62, 72, 102, 113, 127, 145
გულსისხლძარღვთა უკმარისობა 28, 63, 76,
79, 82, 120, 124, 144, 150, 154, 160, 185, 190
დამბლა 65, 80, 167
დამწვრობა 7, 8, 15, 24, 48, 50, 53, 62, 111, 57, 72,
98, 107, 113, 122, 139, 140, 143, 185, 186
დასხივებით გამოწვეული დაავადება 143
დერმატიტი 13, 15, 29, 49, 106, 156
ღიაბეტი 12, 15, 24, 33, 38, 40, 49, 53, 59, 69, 75,
82, 98, 106, 110, 111, 117, 144, 156, 157, 178, 191,
193, 200
ღიათეზი 13, 110, 127, 153, 156, 193
დიზენტერია 22, 32, 38, 44, 69, 71, 77, 89, 103, 107,
120, 140, 148, 152, 166, 167, 168, 179, 190, 198
დისპეპსია 38, 62, 102, 107, 135, 159, 168
დისტროფია 123
დიურეზი (შარდმდენი) 8, 10, 14, 15, 19, 21, 26, 27,
28, 28, 29, 31, 32, 33, 37, 38, 38, 42, 45, 49, 52, 54,
58, 60, 66, 69, 72, 79, 80, 81, 86, 89, 90, 90, 97, 101,
104, 105, 106, 110, 111, 113, 115, 117, 120, 123,
124, 126, 131, 132, 133, 144, 148, 150, 150, 153, 154,
156, 157, 159, 160, 161, 163, 166, 173, 174, 177,
178, 180, 185, 185, 189, 190, 191, 193, 193, 201
დიფტერია 83
ეგზემა 7, 13, 15, 24, 32, 45, 50, 52, 53, 59, 62, 75,
82, 90, 97, 98, 107, 110, 111, 115, 119, 123, 127,
143, 154, 156, 162, 165, 166, 173, 193, 200
ელენთის საშუალებები 18, 62, 71, 86, 115, 144,
181, 201
ენტერიტი 100, 103, 107
ენტეროკოლიტი 49, 98, 100, 103, 107, 120, 121,
130, 139, 156, 168

ეპილეფსია 10, 14, 19, 49, 54, 58, 68, 75, 80, 82, 97, 137, 139, 148, 193
ერიორიტი 50
ვენების დაავადება 79, 114, 165, 169, 188, 189, 193, 201
ვენერიული სნეულება 59, 97
ზედმეტი სიმსუქნე 33
თავბრუხვევა 19, 75, 76, 137, 180
თავის ტკივილი 14, 15, 19, 20, 26, 51, 52, 64, 75, 100, 135, 142, 144, 147, 154, 180, 181, 182, 191, 193
თვალის ტკივილი 13, 16, 33, 52, 70, 119, 123, 124, 184, 188
თირკმლის კენჭოვანი დაავადება 8, 15, 24, 29, 35, 37, 60, 79, 82, 89, 98, 105, 109, 111, 114, 115, 120, 124, 126, 127, 128, 158, 166, 168, 173, 177, 178, 184, 191
თირკმლების დაავადება 13, 15, 22, 27, 28, 29, 33, 38, 37, 41, 53, 54, 58, 59, 62, 66, 71, 72, 77, 81, 82, 86, 90, 90, 97, 99, 101, 104, 107, 115, 120, 123, 124, 144, 146, 147, 150, 152, 153, 154, 170, 175, 178, 181, 185, 187
თმის ცვენა 41, 111, 113, 124, 179, 181, 191, 200
ისტერია 10, 14, 97, 109, 132, 173
იშიაზი 126, 129, 156, 172, 193
კანის დაავადება 12, 13, 20, 24, 29, 32, 33, 41, 43, 52, 59, 64, 75, 80, 81, 83, 89, 90, 97, 98, 100, 107, 110, 111, 113, 119, 126, 134, 135, 139, 140, 143, 144, 148, 156, 165, 166, 167, 168, 179, 181, 184, 188, 193
კატარი (სასუნთქი გზების) 15, 20, 194, 198, 201
კბილის ტკივილი 8, 19, 20, 45, 62, 66, 110, 117, 120, 12, 128, 186
კლიმაქტერია 76, 124, 137
კოლიტი 21, 24, 27, 28, 35, 49, 50, 51, 54, 60, 62, 68, 72, 79, 94, 100, 103, 105, 106, 111, 120, 122, 125, 127, 146, 168, 175, 182, 191, 198
კოლპიტი 95
კონიუქტივიტი 59, 70, 150
კორონარული ძარღვების გაგანიერება 20
კუჭაშლილობა 8, 12, 13, 14, 19, 20, 22, 22, 31, 38, 48, 54, 54, 58, 59, 66, 69, 70, 71, 72, 77, 86, 87, 89, 95, 97, 97, 98, 102, 103, 107, 114, 119, 130, 135, 139, 140, 144, 151, 153, 154, 157, 157, 166, 167, 168, 173, 174, 178, 179, 181, 185, 190, 193, 198
კუჭის დაავადებები 7, 12, 13, 19, 20, 22, 29, 32, 45, 51, 54, 59, 54, 66, 71, 75, 80, 89, 97, 111, 115, 127, 128, 135, 172, 175, 182, 185, 186, 199
კუჭის კატარი 16, 27, 38, 41, 59, 70, 97, 98, 100, 102, 122, 124, 140, 144, 152, 166, 174, 178, 179, 184
კუჭის წვენის დაბალი მჟავიანობა 14, 54, 75, 170, 173, 178
კუჭ-ნაწლავის დაავადებები 7, 10, 12, 14, 15, 19, 20, 27, 35, 42, 48, 49, 50, 54, 59, 62, 71, 72, 75, 77, 83, 89, 102, 104, 107, 122, 130, 135, 144, 144, 145, 148, 156, 159, 167, 170, 181, 182, 184, 191
კუჭ-ნაწლავის მაღალი მჟავიანობა 12, 20, 46, 70, 99, 102, 135, 178

ლამბლიოზი 90
ლარინგიტი 41, 62, 83, 120, 121
ლეიკოზი 134
ლიმფოიდური ჯირკვლების ანთება 59
მადის მომგვრელი 7, 8, 12, 22, 24, 45, 59, 60, 94, 97, 102, 110, 117, 124, 128, 135, 145, 153, 156, 182, 185, 188, 191
მალარია 13, 16, 60, 71, 75, 83, 94, 100, 135, 139, 152, 181, 189
მარილების დაგროვება 178
მეჭეჭები 24, 57, 68, 80, 148, 185, 191
მიასთენია 47, 86
მიგრენი (შაიკი) 16, 20, 26, 64, 80, 182
მიოზიტი 56
მიოპათია 47, 86, 123
მორიელის ნაკბენი 110
მონამვლა 48, 50, 54, 120, 158, 181
მსხვილი ნაწლავის კატარი 7, 103, 198
მტკივნეული მენსტრუაცია 19, 45, 107, 124
მუცლის ტკივილი, შებერილობა (გაზების დაგროვება) 7, 10, 12, 16, 22, 24, 35, 54, 58, 59, 60, 63, 75, 87, 95, 102, 103, 104, 106, 115, 115, 123, 127, 132, 135, 142, 145, 156
მღერი (მუნი) 15, 64, 65, 75, 110, 115, 148, 154, 193, 195
ნაღვლის ბუშტი, ნაღველდამდენი 7, 8, 12, 13, 19, 20, 23, 24, 35, 37, 42, 46, 57, 60, 69, 71, 72, 81, 82, 86, 90, 104, 110, 114, 115, 120, 121, 123, 124, 132, 135, 145, 146, 148, 152, 157, 158, 168, 172, 173, 178, 182, 185, 185, 195, 198
ნაწლავების ატონია და კატარი 10, 14, 45, 75, 77, 115, 123, 130, 137, 140, 152, 166, 191, 198
ნაწლავების სპაზმა 38, 94, 113, 124
ნაწოლები 48, 72, 140
ნევრასთენია 13, 119
ნევრალგია 20, 33, 67, 94, 126, 142, 162, 167, 181, 193
ნევროზი 9, 26, 62, 63, 69, 90, 106, 124, 166, 181
ნერვიტი 56, 119
ნერვული დაავადებები 13, 19, 20, 29, 31, 54, 58, 81, 132, 150
ნერვული ალგზნებულობა 10, 14, 19, 45, 56, 63, 76, 113, 124, 137, 142, 161
ნეფრიტი 28, 90, 127
ნივთიერებათა ცვლის მოშლა 26, 38, 40, 51, 59, 66, 81, 87, 98, 110, 132, 153, 159, 170, 184, 193, 198, 200
ნიკრისის ქარი 14, 16, 33, 37, 38, 52, 54, 57, 59, 67, 71, 77, 80, 82, 90, 97, 98, 102, 103, 106, 109, 110, 111, 113, 117, 126, 134, 146, 154, 157, 161, 167, 178, 181, 184, 193, 195
ოფლდამდენი 10, 16, 22, 24, 26, 27, 28, 33, 38, 41, 45, 52, 54, 58, 66, 86, 90, 97, 103, 110, 111, 119, 132, 153, 156, 159, 170, 172, 174, 189, 193, 193
ოფლიანობის სანინაალმდეგო 48, 88, 102, 140, 156, 181

პერიტონიტი 98
 პერიფლემიტი 165
 პირღებინება 20, 33, 38, 63, 98, 104, 106, 152, 188
 პირღებინება სისხლიანი 19, 38, 44, 135, 145, 148
 პირში გამოსავლები 22, 50, 58, 72, 119, 135, 139, 140, 152, 166, 181, 190
 პლევრიტი 52, 80, 89, 100, 154, 181
 პნევმონია 8, 22, 199
 პოლიართრიტი 80, 113, 122, 148
 პოლინევიტი 47
 პოლიემიელიტი 47
 რადიკულიტი 47, 67, 80, 90, 94, 110, 111, 122, 130, 137
 რაქიტი 38, 52, 59, 110, 111, 140, 156
 რევატიზმი 7, 8, 10, 14, 15, 16, 24, 29, 31, 33, 42, 52, 53, 54, 56, 57, 62, 65, 67, 68, 71, 75, 77, 80, 82, 83, 90, 94, 97, 98, 103, 109, 110, 111, 113, 117, 126, 129, 134, 135, 142, 146, 153, 154, 156, 161, 162, 166, 167, 170, 172, 178, 181, 184, 190, 193, 200, 201
 რინიტი 15
 სადენიფექციო საშუალებები 31, 41, 126, 180
 სარძევე ჯირკვლების სეკრეციის გამაძლიერებელი 14, 24, 54, 127, 193
 სასუნთქი გზების დაავადება 8, 26, 33, 35, 52, 60, 62, 75, 81, 83, 87, 94, 110, 119, 121, 122, 126, 130, 144, 175, 180, 191, 195
 სასუნთქი ორგანოების დაავადება 47, 109, 117, 197
 საფარათო საშუალება 28, 33, 80, 86, 123, 133, 148, 166, 173, 189, 195, 195
 საშვილოსნოს დაავადება 27, 44, 54, 87, 111, 115, 119, 183
 საჭმლის მომნელებელი 7, 10, 12, 20, 28, 42, 45, 59, 60, 62, 75, 81, 90, 102, 110, 115, 117, 128, 131, 140, 142, 145, 182, 189, 201
 სისხლიანი შარდვა 107, 114
 სისხლგამწმენდი 24, 31, 33, 53, 58, 72, 135, 166, 201
 სისხლდენა 15, 19, 20, 32, 54, 58, 59, 68, 71, 80, 86, 98, 103, 126, 135, 137, 163, 173, 179, 180, 183, 190, 200
 სისხლის დაავადება 13, 86, 98, 110
 სისხლის მიმოქცევის გაუმჯობესება 27, 28, 53, 80, 108
 სისხლის შემადგენელი 31, 44, 89, 97, 100, 135, 137, 140, 154, 181
 სისხლნაკლებობა 14, 17, 24, 38, 69, 86, 98, 105, 110, 120, 153, 157, 166, 180, 185, 186, 195, 196
 სირსველა 38, 75, 98, 110, 111, 123, 144, 148, 166, 185
 სიყვითლე (ლეიქლის) 8, 19, 24, 32, 35, 38, 45, 51, 54, 54, 59, 67, 68, 70, 71, 75, 94, 97, 99, 104, 110, 111, 114, 120, 124, 127, 132, 135, 140, 148, 153, 166, 167, 173, 189, 193, 195, 199
 სიცხის დამწვეი 8, 14, 22, 51, 66, 71, 110, 113, 119, 128, 148, 156, 157, 178, 181
 სკლეროზი 70, 170
 სოკოვანი დაავადება 166, 191
 სტენოკარდია 14, 20, 124, 127, 148, 180, 188
 სომატიტი 8, 16, 32, 44, 49, 59, 72, 107, 121, 135, 186
 სურავანი 15, 19, 38, 56, 71, 95, 99, 110, 114, 117, 128, 139, 185, 193
 სურდო 20, 26, 62, 72, 87
 სქესობრივი უნარის ასამაღლებელი 29, 49, 68, 183, 185, 198
 ტიფი 53, 63, 98, 120
 ტკივილგამაყუჩებელი 10, 16, 20, 54, 56, 58, 80, 97, 115, 129, 135, 137, 139, 143, 148, 158, 162, 182, 183
 ტონილიტი 72
 ტრაქეიტი 75, 83
 ტუბერკულოზი 15, 19, 24, 29, 43, 59, 60, 75, 77, 87, 90, 100, 107, 110, 111, 114, 120, 144, 154, 167, 175, 182, 185, 190, 199, 201
 ტუჩის კიბო 148
 უმაღობა 10, 45, 70, 75, 102, 135, 167
 უნაყოფობა 68
 უნებლიე შარდვა 113
 უძილობა 7, 10, 22, 26, 45, 51, 54, 56, 58, 60, 63, 76, 124, 132, 140, 150, 154, 156, 160
 ფალარათი სისხლიანი 50, 77, 130, 159, 159, 172
 ფერმკრთალობისას 102, 162
 ფილტვებიდან სისხლღებინება 20, 134, 135, 154, 200
 ფილტვის ანთება 38, 52, 63, 89, 106, 129, 185
 ფილტვის განგრენა 41, 83
 ფილტვის ტუბერკულოზი 13, 100, 154, 200, 201
 ფრონტიტი 142
 ფსორეაზი 13, 110
 ფურუნკულები 15, 16, 24, 32, 32, 38, 57, 58, 59, 64, 82, 83, 97, 98, 100, 111, 112, 115, 117, 119, 124, 139, 144, 146, 154, 173, 181, 183, 184, 185, 185, 191
 ქათმის სიბრძავე 13, 127
 ქვების დამშლელი 13, 52, 147, 184
 ქერტილი 32, 41, 49, 140, 162, 181, 185, 190
 ქოლერისტიტი 13, 14, 18, 24, 27, 35, 49, 60, 71, 100, 104, 122, 128, 148, 157, 173, 188, 195
 ლეიქლის დაავადებები 7, 12, 14, 19, 20, 29, 38, 40, 42, 45, 54, 57, 66, 71, 72, 80, 81, 90, 99, 104, 105, 107, 115, 120, 121, 123, 124, 132, 135, 142, 144, 145, 147, 148, 152, 157, 166, 168, 178, 184, 185, 186, 188, 189, 195, 200, 201
 ღრძილების სამკურნალო 8, 19, 38, 59, 72, 135, 140, 173
 ყივანახველა 45, 52, 54, 75, 79, 94, 100, 109, 153, 180, 186, 191, 201
 ყურის ტკივილი 15, 33, 51, 54, 59, 72, 117, 120, 142, 157, 185, 191, 193
 შარდის ბუშტის დაავადება 15, 19, 21, 22, 24, 26, 27, 29, 31, 32, 32, 33, 35, 38, 41, 54, 58, 59, 66, 68, 72, 75, 81, 82, 86, 87, 97, 100, 101, 104, 105, 106,

110, 113, 114, 115, 117, 120, 120, 122, 124, 126, 130, 132, 135, 140, 144, 150, 153, 154, 170, 178, 193
შარდსასაქესო ორგანოების 104, 150, 154
შარდმუეუკავებლობა ძილის პერიოდში (ბავშვებში) 52, 60, 72, 178
შემკვრელი საშუალება კუჭ-ნაწლავის აშლილობისას 22, 44, 66, 72, 87, 89, 98, 103, 114, 119, 137, 139, 159, 166, 168, 172, 174, 182
შეშუპება (თირკმლებისა და გულის დაავადებებით გამოწვეული) 28, 33, 69, 80, 82, 90, 115, 154
შიზოფრენია 56
ჩირქოვანი ქროლოზები 18, 18, 41, 50, 102, 144, 146, 190, 199
ჩიყვი 59, 68, 154, 198
ციმბირის წყლული 110, 129
ცხვირიდან სისხლდენა 8, 77, 87, 97, 120, 179
ცხვირის ლორწოვანი გარსის ანთება 83
წელკავი 71, 157
ნითელი ქარი 13, 33, 82, 113, 119, 185
წინამდებარე ჯირკვლის ჰიპერტროფია 113
წყალმანკი 8, 24, 29, 33, 38, 40, 54, 67, 75, 79, 80, 82, 90, 97, 98, 101, 109, 111, 114, 115, 117, 124, 126, 128, 156, 166, 184, 189, 193, 195, 199
წყლულები: ა) გარეგანი 13, 38, 41, 48, 50, 51, 53, 62, 72, 83, 90, 97, 100, 113, 124, 139, 144, 148; ბ) შინაგანი 27, 51, 53, 72, 100, 135, 143, 153, 158, 173, 188, 199
ჭიის გამომდენი 7, 12, 14, 15, 22, 49, 59, 63, 75, 86, 90, 95, 99, 100, 104, 109, 124, 126, 127, 135, 137, 140, 147, 163, 166, 166, 178, 182, 186, 191, 193
ჭრილობების შესახორცებელი 8, 12, 13, 14, 15, 16, 19, 24, 32, 32, 41, 42, 43, 44, 53, 54, 56, 59, 62, 64, 68, 72, 75, 77, 81, 87, 89, 94, 100, 101, 109, 111, 113, 115, 120, 124, 125, 135, 140, 143, 144, 145, 146, 148, 174, 180, 181, 185, 185, 186,
ხველების დამანყნარებელი 18, 26, 27, 33, 41, 45, 52, 54, 58, 60, 69, 77, 79, 80, 97, 100, 107, 112, 119, 120, 130, 144, 148, 152, 153, 167, 173, 175, 174, 180, 186, 190, 191, 193
ხმის ჩახლენა 18, 27, 70, 173
ხორხის კიბო 58, 86
ხორხის წყლული 114, 148
ჯანმომგვრელი საშუალება 8, 88, 156, 198
ჰაიმორიტი 142
ჰემოკოლიტი 168
ჰემორარგია 53, 165
ჰეპატიტი 13, 14, 24, 49, 71, 100, 127, 148, 156
ჰიპერტონია 13, 14, 24, 30, 38, 49, 53, 54, 60, 69, 76, 80, 86, 137, 139, 140, 153, 165, 168, 173, 174, 178, 180, 185, 186, 188, 196
ჰიპოტონია 109, 137, 163

2) სხვა გამოყენება

ავჯის წარმოებაში 8, 15, 48, 54, 56, 57, 59, 64, 180
დეკორატიული მცენარეები 26, 27, 33, 42, 44, 53, 56, 57, 58, 64, 64, 71, 83, 95, 99, 101, 103, 114, 133, 139, 139, 142, 151, 159, 176, 181, 182
ეროზიის საწინააღმდეგო წარგაობაში 48, 50, 50, 56, 64, 66, 151, 159
ეთერზეთოვანი 45, 56, 75, 89, 90, 95, 104, 135, 154
ვეტერინარიაში 31, 42, 63, 86, 98, 114, 118, 124, 148, 162, 163, 167, 170, 179, 190
თაფლოვანი 26, 44, 45, 47, 51, 57, 62, 68, 71, 97, 98, 99, 119, 132, 139, 139, 143, 154, 157, 159, 166, 170, 172, 174, 177, 198, 198
ინსექტიციდური 7, 86, 104, 123, 129, 134, 148, 162, 167
კვების მრეწველობაში 20, 27, 29, 33, 42, 45, 54, 59, 65, 76, 98, 109, 143, 151, 153, 157, 159, 165, 166, 177, 198
კოსმეტიკაში 22, 127, 135, 144, 156, 165, 185, 191
კულინარიაში 29, 45, 50, 54, 64, 65, 66, 71, 76, 86, 95, 109, 119, 143, 165, 177
ლუდისა და ლიქიორის წარმოებაში 33, 45, 54, 59, 71, 98, 124, 153, 157, 165, 170
მეტალურგიაში 81
მრეწველობაში 15, 28, 81, 93, 97
პარფიუმერიაში 20, 81, 109
საამუნებლო 15, 59, 83, 126, 140, 180
საფუთავი 38
საკვებად 8, 26, 38, 42, 59, 62, 64, 95, 96, 109, 131, 133, 133, 151, 153, 157, 165, 166, 170, 171, 180, 198, 200
საღებავად 8, 22, 31, 37, 38, 44, 48, 50, 59, 62, 64, 66, 71, 72, 86, 90, 93, 96, 97, 103, 109, 110, 113, 114, 132, 133, 139, 143, 152, 153, 154, 157, 159, 162, 167, 173, 181, 190, 195, 195, 200
ტყავის წარმოებაში 8, 15, 22, 59, 66, 72, 83, 90, 97, 103, 113, 133, 139, 140, 143, 157, 181
ფრინველების საკვებად 66, 170
ქალაქის წარმოებაში 56, 97, 113
ქიმიურ-ფარმაცევტულ წარმოებაში 64, 126, 180
შემწებავ საშუალებად 56, 137
შინაური ცხოველების საკვებად 8, 27, 44, 64, 90, 97, 137, 140, 165, 170, 176, 177, 180

ს ა რ ჩ ე ვ ი

აბზინდა > ARTEMISIA ABSIUM L.	7
აკაკი კავკასიური > CELTIS CAUCASICA WILLD.	8
ალუბალი > CERASUS VULGARIS MILL.	8
ამორფა > AMORPHA FRUTICOSA L.	9
ანგელოზა სამკურნალო > ANGELICA OFFICINALIS L.	10
ანგელოზა ტყის > ANGELICA SYLVESTRIS L.	10
ასისთავა > CENTAURIUM UMBELLATUM GILIB.	12
ასკილი > ROSA CANINA L.	13
ასფურცელა > TANACETUM VULGARE L.	14
ატამი > PERSICA VULGARIS MILL.	15
აღმოსავლური ნაძვი > PICEA ORIENTALIS LINK.	15
ბაბუნა > MATRICARIA MATRICARIOLDES (M.DISCOIDEA) L.	16
ბადრიჯანი > SOLANUM MELONGELA L.	17
ბალბა > MALVA SILVESTRIS L.	18
ბარამბო > MELISSA OFFICINALIS L.	19
ბატის მარწყვა ბალახი > POTENTILLA ANSERINA L.	19
ბადლის პიტნა > MENTHA PIPERITA L.	20
ბოსტნის წალიკა > POLYGONUM PERSICARIA L.	21
ბრინჯი > ORYZA SATIVA L.	22
ბროწეული > PUNICA GRANATUM L.	22
ბუერა, დიმელა > PETASITES ALBUS L.	23
ბურბუმელა, ბაბუაწვერა > TARAXACUM OFFICINALE L.	24
გაზაფხულის ფურისულა > PRIMULA VERIS L.	26
გვერდელა > PIMPINELLA SAXIFRAGA L.	27
გლედიჩია > GLEDITCHIA TRIACANTHOS L.	27
გლერტა, კლერტა > CYNODON DACTYLON (L.) PERS.	28
გლერძა > ASTRAGALUS PYCNOPHYLLUS PTEV. (MICROCEPHALLUS WILLD).	28
გრძელწიწვიანი ღვია > IUNIPERUS OBLONGA M. B.	29
დათვისთხილა > CORYLLUS COLURNA L.	30
დათვის კენკრა > ARCTOSTAPHYLOS CAUCASICUS LIP.	31
დედოფლისთითა > VERONICA OFFICINALIS L.	32
დვალურა > POLYGONUM BISTORTA L.	32
დიდგულა > SAMBUCUS NIGRA L.	33
დიდაკმა, ცერეცო > FOENICULUM VULGARE Mill.	35
ენდრო > RUBIA IBERICA (Fisch.) C. Koch.	37
ეწრის გვიმრა > PTERIDIUM TAURICUM (PRESL). V. Krecz.	38
ვაზი > VITIS VINIFERA L.	38
ვარდკანაფა > EUPATORIUM CANNABINUM L.	39
ვარდკაჭკა > CIHORUM INTYBUM L.	40
ვირისტერფა > TUSSILAGO FARFARA L.	41
ზეთისხილი > OLEA EUROPAEA L.	42
ზიზილა > BELLIS PERENNIS L.	43
თავისსარა > RUSCUS ACULEATUS (R. PONTICUS) AUCT. CAUC. P. P.	44
თავისსხლა > SANGUISORBA OFFICINALIS L.	44
თავშავა > ORIGANUM VULGARE L.	45
თეთრი აკაცია, ცრუაკაცია, ეკლის ხე > ROBINIA PSEUDOACACIA L.	46
თეთრყვავილა კავკასიური > GALANTHUS CAUCASICUS, (Bak.) Grossh.	47
თრიმლი > COTINUS COGGYRIA Scop.	48
თუთა > MORUS ALBA L., M.NIGRA L.	49
თუთუბო > RHUS CORIARIA L.	50
თურანულა > POPULUS TRANSCAUCASICA A. Jarm. (Ined).	50
თხაწართხალა > CHAMAENERIUM ANGUSTIFOLIUM (L) Scop.	51
ია > VIOLA ODORATA, V.TRICOLOR L.	52

იაპონური სოფორა > SOPHORA JAPONICA L.	53
ინულა, ჩვეულებრივი მზიურა > INULA VULGARIS (LAM) TREVIS.; INULA CONYZA DC.	54
იორდასალამი > PAEONIA ANOMALA L.	54
კავკასიური პანტა > PYRUS CAUCASICA A. Grossh.	56
კავკასიური სოჭი > ABIES NORDMANNIANA (STEV). SPASH.	56
კავკასიური სურო > HEDERA CAUCASIGENA POJARK. (H. HELIX AUCT. CAUC. NON L.).	57
კავკასიური ცაცხვი > TILIA CAUCASICA RUPR.	
წვრილფოთოლა ცაცხვი > TILIA CORDATA Mill.	58
კაკალი > IUGLANS REGIA L.	59
კამა > ANETHUM GRAVEOLENS L.	60
კაპარი > CAPPARIS SPINOSA L.	62
კარტოფილი > SOLANUM TUBEROSA L.	62
კატაბალანა > VALERIANA OFFICINALIS L.	63
კატაბარდა > GLEMATIS VITALBA L.	64
კევის ხე, საღსლაჯი > PISTACIA MUTICA FISCHET. MEY.	64
კეთილშობილი დაფნა > LAURUS NOBILIS L.	65
კვინჩხი > PRUNUS SPINOSA L.	66
კიტრანა > ECBALIUM ELATERIUM (L.) A. RICH.	67
კიტრი > CUCUMIS SATIVUS L.	68
კლდის დუმა > SEDUM CAUCASICUM [GROSSH.] BORIS.	68
✦ კომში > CYDONIA OBLENGA Mill. (=C. VULGARIS Pers.).	69
კორდისკბილა > EUPHRASIA OFFICINALIS L. P. P.	70
კოწახური > BERBERIS VULGARIS L.	71
კრანანა გამჭირვალე > HYPERICUM PERFORATUM L.	72
კულმუხო > INULA HELENIUM L.	75
კუნელი > CRATAEGUS SANGUINEA PALE.	76
ლაშქარა SYMPHYTUM OFFICINALE L.	77
ლეღვი > FICUS CARIA L.	79
ლეშურა > BRYONIA ALBA L.	80
ლიკოპოდიუმი > LYCOPODIUM CLAVATUM L.	81
ლობიო PHASEOLUS VULGARIS SAVI.	82
ლურჯი ანუ სფერული ევკალიპტი > EUCALYPTUS GLOBULUS LABILL. LO.	83
მაგნოლია > MAGNOLIA L.	84
✦ მაშალო > MALUS ORIENTALIS UGLITZ.	86
მარიამსაკმელა > PEGANUM HARMALA L.	86
მარმუჭი > ALCHEMILLA VULGARIS L.	87
მარწყვი > FRAGARIA VESCA L.	88
მატიტელა > POLYGONUM AVICULARE L.	89
მდგნალი > SALIX CAPREA L.	90
მეჭეჭიანი არყი > BETULA VERRUCOSA EHRH.	
ლიტვინოვის არყი, ბუსუსიანი არყი > BETULA LITWINOWLL A. DOLUCN.	90
მეჭეჭიანი ჭანჭყატი > EVONYMUS VERRUCOSA SCOP.	93
მზესუმზირა > HELIANTHUS ANNUUS L.	94
მთის პიტნა > CALAMINTHA GRANDIFLORA (L) MOENCH.	95
მთის ლანძილი > ALLIUM VICTORIALIS L.	95
მთის შროშანი, შოვიცის შროშანი > LILIUM, SZOVITSIANUM FISCH. ET AVE – LALL.	96
მთრთოლავი ვერხვი > POPULUS TREMULA L.	97
მინდვრის ნემსა > GALIUM VERUM L.	97
მოცვი > VACCINIUM MYRTILLUS L.	98
მუაველა > OXALIS ACETOSELLA L.	99
მრავალძარღვა > PLANTAGO MAJOR L.	100
მსხალიჭა მრგვალფოთოლა > PIROLA ROTUNDIFOLIA L.	101
ნაღველა ჯვრისებრი > GENTIANA CRUCIATA L.	102
ნაცარა მურყანი > ALNUS INCANA (L.) MOENCH.	103
ნავი მურყანი > ALNUS GLUTINOSA GAERTN.	103
ნეგო, უკვდავა > HELICHRYSUM PLINTHOTALYX (C. KOCH.) SOSN.	104

ნესვი > CUCUMIS MELO L.	105
ნიახური > APIUM GRAVEOLENS L.	106
ოთხფურცელა მარწყვა ბალახი > POTENTILLA ERECTA L.	107
ოლეანდრი > NERIUM OLEANDER L.	108
ომბალო > MENTHA PULEGIUM L.	109
ონტკოფა > PHYSALIS ALKEKENGII L.	109
ორკბილა > BIDENS TRIPARTITA L.	110
ორვანდი > ARCTIUM LAPPA L.	111
ოსერო, ძაღლის ენა > CYNOGLOSSUM OFFICINALE KUSN.	112
ოფი > POPULUS NIGRA L.	113
ოქროწყველა > SOLIDAGO YIRGAUREA L.	114
ომოშა > GLECHOMA HEDERACEA L.	115
ონრახუმი > PETROSELINUM CRISPUM (Mill.) A. W.	115
პირმუშხა > ARMORACIA RUSTICANA GAERTN.	117
ჟანგოვანა, ფუტკარა > DIGITALIS FERRUGINEA L.	118
ქოლო > RUBUS IDAEUS L.	119
რეჰანი, შამკვლავი > OCINUM BASILICUM L.	120
საწამთრო > CITRULUS LANATUS PANG.	120
საღბი > SALVIA OFFICINALIS, S.NEMOROSA L.	121
სელი > LINUM USITATISSIMUM L.	122
სელიჭა > LINARIA VULGARIS Mill.	123
სვია, სვე > HUMULUS LUPULUS L.	124
სოია > GLYCINE HISPIDA (MOENCH) MAXIM.	125
სოსნოვსკის ფიჭვი, კავკასიური ფიჭვი > PINUS SOSNOVSKYI NAKAI.	126
სტაფილო > DAUCUS CAROTA L.	127
ტარხუნა > ARTEMISIA DRACUNCULUS L.	128
ტილჭირი > ACONITUM NASUTUM FISCH.	129
ტუნტი > ALTHAEA OFFICINALIS L.	130
ტყის კამა > PEUCEDANUM CAUCASICUM (M. B.) C Koch.	131
ტყის ჩიტისთვალა > ASPERULA ODORATA L.	132
უნაბი > ZIZIPHUS JUJUBA Mill.	133
ურთხელი, უთხოვარი > TAXUS BACCATA L.	133
უცუნა ლამაზი > COLCHICUM SPECIOSUM STEV.	134
ფარსმანდუკი > ACHILLEA MILLEFOLIUM L.	135
ფითრი > VISCUM ALBUM L.	137
ფუნთუშა მწვავე > SEDUM ACRE L.	139
ფშატი > ELAEAGNUS ANGUSTIFOLIA L.	139
ქართული მუხა > QUERCUS IBERICA STEV.	140
ქართული ყოჩივარდა > CYCLAMEN VERNUM SWEET.	142
ქაცვი > HIPPOPHAE RHAMNOIDES L.	143
ქერი > HORDEUM VULGARE L.	144
ქერიფქლა > VERBASCUM THAPSIFORME SCHRAD.	144
ქინძი > CORIANDRUM SATIVUM L.	145
ქლიავი > PRUNUS DOMESTICA L.	146
ქონდარი ბალის > SATUREJA HORTENSIS	147
ქრისტესბეჭედა > SANICULA EUROPEA L.	148
ქრისტესისხლა > CHELIDONIUM MAJUS L.	148
ღვედკეცი > PERIPLUCA GRAECA L.	150
ღიღილო > CENTAUREA CYANUS L.	150
ყვავტყემალი > AMELANCHIER ROTUNDIFOLIA (LAM) DUM-COURS.	151
ყვანჩალა > STACHYS SILVATICA L.	152
ყვითელი ნიგვისისძირა > GEUM URBANUM L.	152
შავი მოცხარი > RIBES NIGRUM L.	153
შავწამალა > SCROPHULARIA NODOSA L.	154
შალამანდილი > SALVIA GLUTINOSA L.	154
შვიტა მინდვრის > EQUISETUM ARVENSE L.	154

შვრია > AVENA SATIVA L.	156
+ შინდი > CORNUS MAS L.	157
შმაგა > ATROPA CAUCASICA KREYER BELLADONA AUCT. CAUC.	158
შოროქანი > LIMONIUM GMELINII BOISS. KTZE.	159
შოთხვი > PADUS RACEMOSA (LAM.) GILIB.	159
შროშანა > CONVALLARIA TRANSCAUCASICA UTK.	160
შქერი > RHODODENDRON PONTICUM L.	161
შხამა > VERATRUM LOBELIANUM Bernh.	162
ჩადუნა მთის > DRYOPTERIS FILIX -MAS (L.) Schott G.	163
ჩაი > THEA CHINENSIS L.	163
ჩვეულებრივი თხილი > CORYLUS AVELLANA L.	165
ჩვეულებრივი იფანი > FRAXINUS EXCELSIOR L.	166
ჩვეულებრივი მაცვალი > RUBUS CAESIUS L.	166
ჩვეულებრივი მაჯაღვერი > DAPHNE MEZEREUM L.	167
ჩვეულებრივი ღოღო > RUMEX GRISPUS L.	168
ჩვეულებრივი ცხენისწაბლი > AESCULUS HIPPOCASTANUM L.	169
ჩვეულებრივი ჭნავი (ცირცელი) > SORBUS AUCUPARIA L.	170
ჩვეულებრივი ჯონჯოლი > STAPHYLEA PINNATA L.	
კოლხური ჯონჯოლი > S. COLCHICA Stev.	171
ცერცეკალა > ALHAGI PSEUDOALHAGI (M. B.) Dw.	172
ძაღლის სატაცური > TAMUS COMMUNIS L.	172
ძახველი > VIBURNUM OPULUS L.	173
ძეძვი > PALIURUS SPINA - CHRISTI Mill.	174
ძირმწარა > ARISTOLOCHIA CLEMATITIS L.	174
ძირტკბილი > GLYCYRRHIZA GLABRA L.	175
ძმერხლი > RUSCUS HYPOPHYLLUM L.	176
წაბლი > CASTANEA SATIVA Mill.	177
წითელი მოცვი > VACCINIUM VITIS-IDAEA L.	178
წითელი ნემსიწვერა > GERANIUM SANGUINEUM L.	179
წითელი სამყურა > TRIFOLIUM PRATENSE L.	180
წიფელი აღმოსავლეთის > FAGUS ORIENTALIS L.	180
წნორი > SALIX ALBA L.	181
წყავი > LAUROCERASUS OFFICINALIS ROEM. LAU.	182
წყლის სამყურა > MENYANTHES TRIOFOLIATA L.	182
წყლის წიწკა, წალიკა > POLYGONUM HYDROPIPER L.	183
ჭანგა მხოხავი > AGROPYRUM REPENS (L.) P. B.	184
ჭარელა > TEUCRIUM CHAMAEDRYS L.	185
ჭარხალი > BETA VULGARIS L.	185
ჭერამი > ARMENIACA VULGARIS LAM.	186
ჭრელი ყვავისფრჩხილა > CORONILLA VARIA L.	187
ხარისვარდა > SALVIA SCLAREA L.	187
ხარისშუბლა > SENECIO PLATYPHYLLOIDES SOMM. ET LEV. S. Et L.	188
ხარისჩლიქა > ASARUM IBERICUM STEV.	189
ხარისძირა > HELLEBORUS CAUCASICUS A. Br.	190
ხანჯეთსლა > LYSIMACHIA VERTICILLATA Pall.	191
ხახვი > ALLIUM CEPA L.	191
ხბოშუბლა სამკურნალო > GALEGA OFFICINALIS L.	193
ხებალანა > SOLANUM PSEUDOPERSICUM Pojark.	193
ხეშავი > RHAMNUS CATHARTICA L.	195
ხეჭრელი > FRANGULA ALNUS Mill. (RHAMNUS FRANGULA L.)	195
ხურმა ჩვეულებრივი > DILOSPYROS LOTUS L.	196
ხორბალი > Triticum L.	197
ხურტკმელი > GROSSULARIA RECLINATA (L.) Mill.	198
ჯადვარი, გუგულის კაბა > ORCHIS MASCULATA L.	198
ჯინჯარა > PHLOMIS TUBEROSA L.	199
ჯინჯარი, კინჯარი > URTICA DIOICA L.	200

ჯინჯრის ღედა > LAMIUM ALBUM L.	201
ჯორის ძუა > EPHEDRA PROCERA FISCH. ET MEY.	201
ჭამამელისი ვიჯინიის > HAMAMELIS VIRGINIANA L.	
ლიქვიდამბრი ფისოვანი ანუ ამბრის ხე > LIQUIDAMBAR STYRACIFLUA L.	202
В. ПАПУНТДЗЕ, Ш. ХИДАШЕЛИ, ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ ГРУЗИИ (РЕЗЮМЕ)	205
V. PAPUNIDZE, SH. KHIDASHELI, DRUG PLANTS OF GEORGIAN (Summary).	206
ს ა ძ ი ე ბ ე ლ ი მცენარეთა გამოყენების მიხედვით)	207
ს ა რ ჩ ე ვ ი.	211

