

Древнейшая продовольственная культура – кукуруза – широко выращивается не только в южных регионах нашей страны, но и в средней полосе.

Все растение находит применение в пищевой и перерабатывающей промышленности.

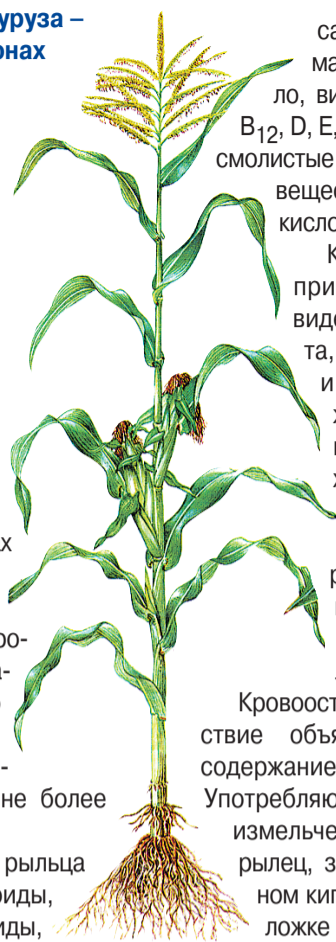
Кукуруза издавна известна как лекарственное растение, причем в традиционной медицине многих стран используют растение целиком, от корня до початка.

ОТ КОРНЯ ДО ПОЧАТКА

Натурная медицина использует в качестве лекарственного сырья так называемые кукурузные рыльца – длинные (около 20 см) нитевидные столбики с рыльцами женских цветков, собранных в початки. Заготавливают их в фазе молочной спелости початков, удаляя почерневшие части столбиков. Сушат на бумаге или ткани на чердаках или под навесами в проветриваемых помеще-

ниях. В сушилках можно сушить при температуре 40°. Сырье хорошо впитывает влагу, поэтому его хранят в сухих, хорошо проветриваемых местах не более 3 лет.

Кукурузные рыльца содержат стероиды, горькие гликозиды,



сапонины, жирное масло, эфирное масло, витамины В₁, В₂, В₆, В₁₂, D, E, K и C, флавоноиды, смолистые и камедеподобные вещества, пантотеновую кислоту, инозит и др.

Кукурузные рыльца применяют внутрь в виде жидкого экстракта, порошков, гранул и чаев в качестве желчегонного и мочегонного при холецистите, гепатите, а также как средство, ускоряющее свертывание крови при внутренних кровоизлияниях.

Кровоостанавливающее действие объясняется высоким содержанием витамина K. Употребляют настой из 10 г измельченных кукурузных рылец, заваренных 1 стаканом кипятка, по 1 столовой ложке каждые 3 часа.

Отходы кукурузы идут для получения глютаминовой кислоты, которая находит применение при лечении нервных заболеваний (психозы, депрессивные состояния и др.).

Кукурузное зерно тормозит процессы брожения и гниения в кишечнике, оно полезно при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. В народной медицине поджаренные зерна с медом употребляют как вяжущее и закрепляющее средство при расстройствах желудка.

Проросшее кукурузное зерно – природное поливитаминное средство, полезно при авитаминозе, частых простудных заболеваниях, хронической усталости. Его рекомендуют для снижения веса, оно стимулирует и регулирует работу пищеварительной системы, выводит токсины из кишечника, способствует усвоению других продуктов питания.

Для приготовления натурального биостимулятора промытое зерно помещают во влажную ткань при комнатной температуре. Спустя 2-3 дня появляются проростки. Наибольшую ценность имеют наклюнувшиеся семена с проростками длиной 1-2 мм. Проросшее зерно можно есть с фруктами, медом, растительным маслом. Подсушенное и перемолотое зерно добавляют в салаты, соусы, приправы.

Кукурузное масло – превосходный пищевой продукт, обладающий лечебными свойствами. Оно повышает секрецию печени, оказывает активное желчегонное и мочегонное действие, препятствует отложению холестерина на стенках сосудов, снижает уровень сахара в крови. В лечебных целях его рекомендуют принимать по 1-2 столовые ложки 2 раза в день за полчаса до еды.

Е. ТИМОШЕНКО

Это хорошее медоносное растение. Научное название рода – *Melilotus* происходит от слов *meli* – «мед» и *lotus* – одно из латинских названий клевера, по сходству.

Донник – двулетнее растение со стержневым, веретенообразным корнем и многочисленными корневыми ответвлениями. Стебель прямой, ветвящийся, полый, высотой до 1 м. Листочки по краю острозубчатые, нижние – продолговатояйцевидные, верхние – более узкие. На ночь они поднимаются вверх и складываются. Цветки мелкие, желтые, собраны в кисти длиной 4-10 см. Цветет с июня до сентября, плоды созревают в июле-сентябре. Плоды – яйцевидные, морщинистые односемянные бобы. Семена желтого, желто-зеленого цвета. Масса 1000 семян 1,5-2,0 г.

Донник содержит органическое ароматическое вещество кумарин во всех частях – в корнях, стеблях, листьях, цветках и семенах. В сухих степных районах содержание кумарина больше, чем в зонах с повышенным количеством осадков. В утренние и вечерние часы содержание кумарина уменьшается, в полуденные – возрастает. Благодаря сильному аромату донник используют в табачном и парфюмерном производстве. В быту его издавна раскладывали в шкафах и сундуках для предохранения вещей от моли, поэтому он получил свое народное название – мольная трава.

Сухие цветки и листья донника кладут в качестве приправы в супы, салаты и компоты.

Листья и цветки с давних пор использовали в народной медицине, недаром его научное название – лекарственный. Русское название связано с тем, что его применяют для лечения «донных» болез-

ДОННИК – МОЛЬНАЯ ТРАВА

Донник известен в первую очередь как кормовая культура. Это бобовое растение содержит много белка, а также богато минеральными веществами и витаминами. Его возделывают на зеленый корм и для приготовления сена, сенажа, силоса. Как пастбищное растение донник ценен тем, что может использоваться длительное время – с ранней весны до поздней осени. Особого внимания заслуживает его использование на зеленое удобрение: 1 кв. м его посевов равен внесению 3 кг на 1 кв. м навоза.

ней – заболеваний нижней части брюшной полости, особенно женских, из-за чего растение иногда называют «женский донник». С лечебной целью собирают верхушки стеблей с листьями и цветками в период цветения, в июне-августе. Их срезают или обрывают, сушат на чердаках, в сараях, под навесами, связывая траву в пучки или раскладывая на подстилке. Высушенные растения обмолачивают и просеивают, отбрасывая грубые стебли диаметром более 3 мм. Высушенное сырье хранят в закрытых стеклянных или металлических (с бумажной прокладкой) банках.

Настой и отвар травы донника обладает отхаркивающим, мягчительным, а также болеутоляющим, ранозаживляющим и успокаивающим действием. Применяют его как в официальной, так и в народной медицине. Для приготовления настоя берут 1 чайную ложку измельченной травы, заливают 1 стаканом кипятка, настаивают 2 часа, процеживают и принимают по 1/2-1/3 стакана 2-3 раза

в день. Траву донника входит в состав многочисленных сборов для лечения сердечно-сосудистых заболеваний, бронхита, склероза сосудов головного мозга и атеросклероза, астмы, желудочно-кишечных заболеваний, бессонницы, депрессивных состояний, невралгии, ангины и заболеваний горла, органов дыхания.

Траву донника используют для приготовления донникового пластыря, который способствует рассасыванию опухолей и вскрытию нарывов. Для этих же целей можно приготовить мазь: 2 столовые ложки свежих цветков растереть с 2-3 столовыми ложками свежего сливочного масла и нагревать на слабом огне 5-10 мин. Настой из травы используют для обмываний, припарок и компрессов при нарывах, фурункулах и других гнойничковых поражениях кожи.

В народной медицине донник лекарственный применяют для улучшения сна и как средство, успокаивающее нервную систему, при язвенной болезни желудка, при заболевании щитовидной железы и как ветрогонное при метеоризме. Используют также и корень, считая его одним из лучших средств против кашля.

Следует, однако, помнить, что при длительном применении и передозиров-

ке донник вызывает головные боли, тошноту и рвоту.

Донник достаточно часто встречается в дикорастущем виде по сухим лугам, склонам, оврагам, залежам, но растет вдоль дорог, вблизи свалок, т.е. в местах, непригодных для сбора на лекарственные цели. Однако он легко размножается семенами, и его с успехом можно вырастить на своем участке. Донник хорошо растет и на самых разнообразных почвах, выносит легкие песчаные, солонцеватые, тяжелые глинистые, каменистые и бесструктурные почвы. Плохо удаётся только на кислых и заболоченных почвах. Предпочитает солнечное место. Растение легко

выдерживает засуху благодаря мощному корню. Среди всех бобовых трав выделяется непревзойденной солеустойчивостью. Донник способен переносить морозы до -40°, но затопление талыми водами выдерживает не более двух недель. Он прекрасно отзывается на внесение фосфорных и калийных удобрений. Семена высевают рано весной на глубину 2-3 см с междурядьями 45 см и нормой высева 0,35 г (200 шт. на 1 м рядка). Семена перед посевом скарифицируют (нацарапывают) для нарушения очень плотной семенной оболочки, не пропускающей воду к зародышу.

Семена донника легко осыпаются, но хорошо дозревают в снопах. Поэтому при побурении половины плодов в соцветиях их срезают и досушивают в пучках.

Лекарственными свойствами обладает и донник белый, только в меньшей степени, он отличается от желтого белыми цветками.

В. МЕРЗЛЯКОВА

! Цветки донника кладут в сквашиваемое молоко при изготовлении сыров. В Швейцарии тщательно отобранные и высушенные листья донника добавляют в так называемый зеленый швейцарский сыр. В Германии и Польше листья и цветки донника применяют для отдушки пива и ароматизации различных настоек. В Болгарии, Венгрии, Румынии, Молдавии отваром травы запаривают бочки перед заливкой вина, засолкой томатов, огурцов и т.п. Во Франции растение используют в качестве натурального красителя. Донник – прекрасное медоносное растение. Медопродуктивность составляет 200-250 кг с 1 га.

