

Прянощі як ліки



Андрій Грицик

За даними дослідників, вже в епоху неоліту первісні люди використовували кмин, мак і пастернак для покращання смаку їжі. Шафран, фенхель, кунжут, кардамон, кріп, часник, цибуля і коріандр відомі з часів Вавилону, мешканці якого торгували прянощами з багатьма своїми сусідами. Перша відома книга практичних порад з вирощування прянощів написана володарем Ассирії Меродах-Баладано (721–710 р. до н.е.). На той час було відомо близько 60 видів прямих рослин*. У наш час широкий асортимент прянощів вирощують на промислових плантаціях, присадибних ділянках та навіть на підвіконнях у міських квартирах. Нині прянощі у моді. Однак, окрім різноманітного яскравого смаку, багатьом з них притаманні лікарські властивості, зазначає Андрій Грицик, д-р фарм. наук, проф., завідувач кафедри фармації Івано-Франківського національного медичного університету

БЕРГАМОТ

Низькоросле дерево без колючок із загостреним вічнозеленим листям, яке вирощують в Італії (провінція Калабрія). Ефірну олію отримують зі шкірки плодів, квітів і листя. Вона має приємний запах і гіркувата на смак.

Фурукумарини, які містяться у бергамотовій олії, мають сильний фотосенсибілізувальний ефект, сприяють швидкій пігментації шкіри. У науковій медицині на основі одного з компонентів дерева — бергаптену — створені препарати для лікування вітиліго і гніздового облісіння.

ВАСИЛЬКИ СПРАВЖНІ

Однорічна трав'яниста рослина із сильним і приємним ароматом. Як прянощі використовують молоді висушені пагони рослини. В її траві і листях містяться ефірна олія, глікозиди, сапоніни, рутин, каротин.

У медичній практиці васильки справжні застосовують як болезаспокійливий, протисудомний, спазмолітичний та бактеріцидний засіб.

Евгенол, що міститься в ефірній олії рослини, використовують в стоматології



як дезінфекційний і дезодораційний засіб. Експериментально встановлено, що екстракт васильків проявляє сильні спазмолітичні властивості при шлункових і кишкових кольках. Відомо також бактеріцидна дія василькової олії на різні види патогенних мікроорганізмів, а також чітко виражений протизапальний ефект.

ГІРЧИЦЯ БІЛА І ЧОРНА

Окультурені рослини, що вирощують у промислових масштабах для отримання насіння — цінної сировини для фармацевтичної і харчової промисловості.

У насінні гірчиці містяться жирна олія, білки, слиз і глікозидсинігрин, який під впливом ферменту в присутності води розкладається на калію сульфат, глюкозу та гірчичну ефірну олію, що значно подразнює шкіру. Гірчиця збуджує апетит, посилює виділення шлункового соку, має протизапальні та антисептичні властивості, входить до складу шлункового чаю, що регулює роботу травного тракту.

ІМБИР

Тростинова рослина. Кореневище містить ефірну олію, яка надає йому

характерного аромату, і цингерол, що відповідає за смак. Імбир покращує травлення, стимулює виділення шлункового соку, покращує апетит, допомагає при метеоризмі і здутті живота.

КМИН ЗВИЧАЙНИЙ

Трав'яниста рослина родини селерових, поширена на всій території України. У плодах кмину містяться флавоноїди, жирна олія, дубильні речовини та ефірна олія, до складу якої входять карвон, лимонен, карвакрол та інші терпеноїди.

Плодам кмину притаманна бактерицидна, спазмолітична, анестезувальна, відхаркувальна, проносна і жовчогінна дія, а також вони збільшують потовиділення і діурез.

Кмин використовують для покращання травлення, при атонічному закрепі, метеоризмі, хронічному холециститі, як знеболювальний засіб при альгоменорейі та як засіб, що збільшує виділення молока у жінок в період годування груддю.

ЛАВРОВИЙ ЛИСТ

Вічнозелене дерево або кущ, що росте у країнах із субтропічним кліматом. Містить ефірну олію, катехіни, флавоноїди, дубильні речовини і гіркоти.

Препарати з листя лавра мають гіпоглікемічну дію, їх застосовують при цукровому діабеті. Настій із листя на олії використовують як знеболювальний засіб при артриті, міозиті і невралгії. Леткі фітонциди лаврового листя пригнічують розвиток мікобактерій — збудників туберкульозу.

У стравах збуджує апетит і покращує травлення.

МАЙОРАН САДОВИЙ

Багаторічна трав'яниста рослина. В траві майорану містяться ефірна олія, дубильні речовини, рутин, каротин, аскорбінова кислота, пектин, пентозани, слиз та гіркоти.

Біологічно активні речовини майорану діють заспокійливо на центральну нервову систему, стимулюють діяльність шлунка і кишечника, зменшують спазми при кольках, проявляють жовчогінну та діуретичну дію.

Водні настої з трави майорану приймають при неврозі, мігрені, нервовому безсонні, ахілії, блюванні, болю в шлунку, метеоризмі та як засіб, що регулює менструальний цикл у жінок.

РОЗМАРИН СПРАВЖНИЙ

Вічнозелений кущ, поширений у Середземномор'ї. Листя рослини містить ефірну олію, алкалоїди, гіркоти, дубильні і смолисті речовини, органічні кислоти, вітаміни.

Препарати розмарину усувають спазм гладких м'язів травного тракту, жовчних і сечових шляхів та периферичних кровоносних судин, внаслідок чого спостерігаються незначне збільшення виділення сечі, слабке зниження артеріального тиску, поліпшення відтоку жовчі, покращання статевої функції у чоловіків.

Препарати розмарину протипоказані в період вагітності. При передозуванні вони діють токсично на печінку і нирки.

**Бензель Л.В., Грицик А.Р., Олійник Т.Л. Лікарські рослини у повсякденному харчуванні: пряно-ароматичні рослини. — Л., 2004.*

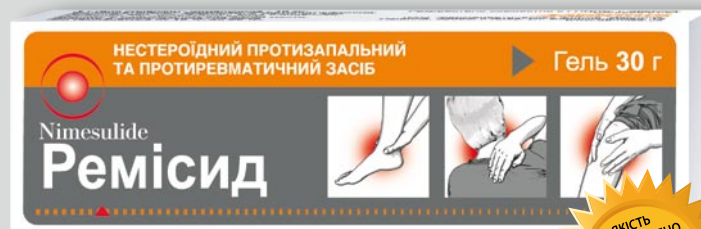
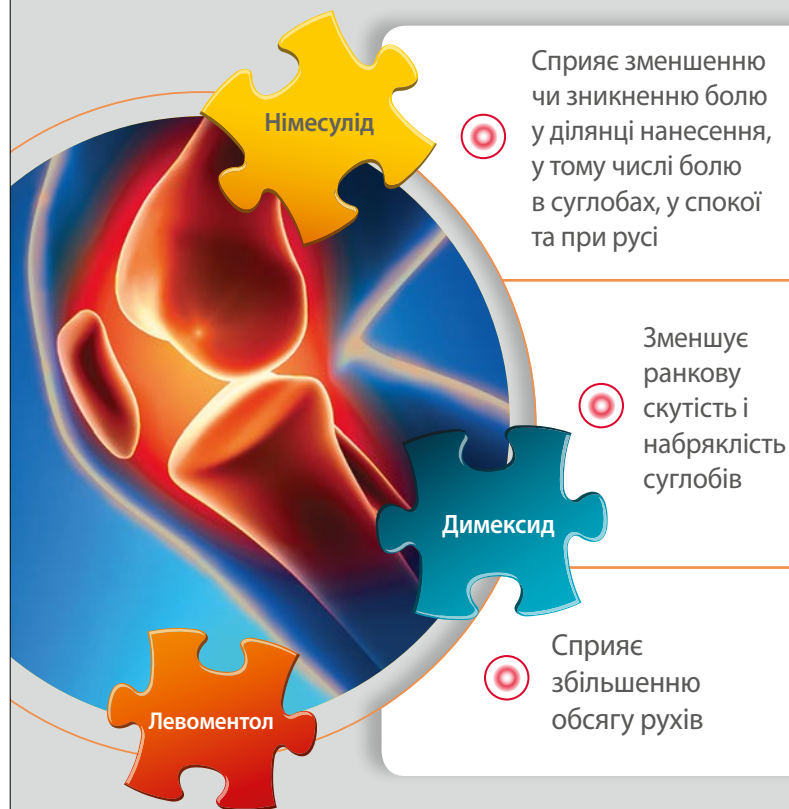


Гель 30 г

Ремісид

nimesulide

Ремісид – від болю в суглобах для спортивних перемог!



ФАРМАЦЕВТИЧНА ФІРМА
Дарниця



Інформація призначена виключно для розповсюдження в спеціалізованих виданнях, призначених для медичних установ та лікарів, а також в аптеках.

Реклама лікарського засобу. Реєстраційне посвідчення МОЗ України № UA/3980/01/01 від 04.09.2015. Ліцензія Серія АВ №598086. Відпускається без рецепта. Перед застосуванням лікарського засобу необхідно обов'язково проконсультуватися з лікарем та обов'язково ознайомитися з інструкцією на лікарський засіб. Зберігати у недоступному для дітей місці