

ЛІКУЄ, ГОДУЄ, ОДЯГАЄ



а також солять, квасять, висушують для чаю. Відвари й настої з кропиви «всіляку чорну неміч із тіла виганяють, відновлюють силу чоловічу, зупиняють внутрішню кровотечу»... У давнину

із кропивного полотна на Русі шили найміцніші вітрила, мішки й лантухи. Велика й добра сила кропиви — вірний засіб від нечистої сили і злих намовлянь.

До речі, цю цілющу рослину здавна шанують і в Європі. Наприклад, у Франції та Німеччині існують товариства прихильників



На початку літа в Росії щороку відбувається Всесвітній фестиваль кропиви

КОМУ КРОПИВ'ЯНИХ ПИРІЖКІВ?

Із 2002-го щороку в червні мешканці села Кропивна, що поблизу Тули, проводять Міжнародний фестиваль кропиви. Організаторами цього незвичного дійства, яке відбувається в душі народних російських традицій, виступають музей-заповідник «Ясна Поляна» і Міжнародний фонд «Спадщина Л. Толстого».

У древньому селі Кропивна (у минулому — повітове містечко) кропиви люблять і цінують. Ця лікарська рослина здавна вважається символом поселення, навіть зображена на його гербі.

Поступово фестиваль набирає все більше обертів. До Кропивни приїздить чимраз більше учасників і туристів, у тому числі іноземців, які вірять у цілющу силу рослини саме на початку літа. За повір'ям, якщо обпектися кропивою у цю пору, цілісний рік сила землі перебуватиме з тобою. Кропива уособлює життєлюбство і стійкість, силу й відродження.

В основу фестивалю покладено місцеві фольклорні традиції. Гостям і учасникам пропонують масштабну концертну програму та захоплюючі інтерактивні заходи — «хрещення» кропивою, «кропив'яні бої», виготовлення і продаж сувенірів зі скла, шкіри, льону, бісеру, флористику й аквамакіаж, вогняне шоу, кулінарні поєдинки. Дійство триває одночасно на кількох майданчиках під відкритим небом.

Також гості мають нагоду скуштувати різноманітні страви з кропиви, зокрема знамениті кропив'яні пиріжки, та оглянути одяг із кропивного волокна. А стомлені від бурхливих веселощів і народних гулянь залюбки спускаються в долину річки Плави, де «винуватця» забави росте у величезній кількості, аби обпектися «на пам'ять».

У Кропивні кропиви дотепер використовують у багатьох сферах людської діяльності. Із неї готують салати, супи, соуси, начинки для випічки,

ЛИСТЯ КРОПИВИ ДВОДОМНОЇ ВХОДИТЬ ДО СКЛАДУ РІЗНИХ ПОЛІВІТАМІННИХ ЗБОРІВ, ШЛУНКОВИХ І ПРОНОСНИХ ЧАЇВ. НАСТІЙ КРОПИВИ ЗАСТОСОВУЄТЬСЯ ПРИ ГЕМОРОЇДАЛЬНИХ І ДЕЯКИХ ІНШИХ КРОВОТЕЧАХ

кропиви й навіть кропивні ферми. Із неї виготовляють ексклюзивну тканину, оригінальний папір, шампуні та лікарські препарати.

УНІВЕРСАЛЬНИЙ ЛІКАР

— Латинська назва кропиви дводомної — *Urtica dioica L.*, — зазначає канд. фарм. наук, доцент кафедри організації і економіки



фармації та технології ліків ФПО ЛНМУ ім. Данила Галицького Катерина Сметаніна. — Вона походить від слова *urere*, що означає «палити», «горіти». Кропива облікає мурашиною кислотою, яка впорскується під шкіру, наче шприцом, її пляшкоподібними клітинами-волосками. Їх кінець при дотику до тіла обламається, гострі краї встромлюються в шкіру і з клітини-пляшечки виливається пекуча кислота.

У народі кропиви називають ще й «жаліва велика», «жалюча кропива», «джигуха». А на острові Ява та в Індії існують види цієї рослини, опік яких так само небезпечний, як укуси змії.

У кропиви містяться вітамін С, каротин, мінеральні солі, вітаміни групи К і В, мурашина, пантотенова й інші органічні кислоти, хлорофіл, залізо, фітонциди.

У науковій медицині застосовують листя кропиви — *Folium Urticae*, яке рекомендовано при маткових, легневих, геморойних, кишкових кровотечах. У вигляді сухого екстракту кропива входить до складу препарату, який призначають при лікуванні гострих і хронічних запалень печінки, жовчних шляхів, хронічних запорах, жовчнокам'яній хворобі. Відвар рослини знижує вміст цукру у крові.

В офіційній медицині кропива дводомна у формі рідкого екстракту використовується при кишкових і маткових кровотечах. Проведені клінічні дослідження показали, що вона не викликає жодних побічних ефектів. Екстракт кропиви застосовують як сечогінний, протизапальний і протигарячковий засіб, він також має здатність регулювати менструальний цикл і зменшує крововтрати при місячних.

Кропива дводомна, як і багато інших лікарських рослин, широко застосовується в народній медицині різних країн. Зокрема, вже в XVII ст. цінували її кровоспинні, кровоочисні та ранозагоювальні властивості. Кровоспинні властивості обумовлені наявністю вітаміну К і вітаміну С, а також дубильних речовин. Щоб підвищити згортання крові, беруть суміш деревію і рідких екстрактів кропиви дводомної.

Кропиви дводомну застосовують для підвищення лактації у матерів-годувальниць, вона посилює діяльність залоз травлення, збільшує кількість еритроцитів і вміст гемоглобіну у крові. Народна медицина рекомендує відвар і настій листя кропиви для лікування недуг печінки, жовчних шляхів, дизентерії, сечокам'яної хвороби, при хронічних запорах, водянці, захворюваннях органів дихання, застудах. Настій кропиви вживають усередину для очищення крові, поліпшення її складу при різних шкірних захворюваннях, таких як фурункульоз і лишай. Відвар листя кропиви допомагає при грудному болю, а у зборі з іншими травами застосовується при туберкульозі легенів.

Листя кропиви дводомної входить до складу різних полівітамінних зборів, шлункових і проносних чаїв. Настій кропиви застосовується при гемороїдальних і деяких інших кровотечах. Для лікування придатні не тільки листя та коріння з кореневищами, а й насіння, квітки й сік зі свіжої трави. Сік і насіння (тільки свіжі) помічні при лікуванні остеомиєліту, трофічних і варикозних виразок. За допомогою натирань соком можна позбутися такого захворювання шкіри, як вітіліго.

Відварені корені кропиви дводомної розтирають із цукром і вживають для лікування жовчнокам'яної та сечокам'яної хвороб. Висушене листя рослини, розтерте в порошок, можна змішувати з медом і приймати по чайній ложці кілька разів на день. Також такий порошок застосовують зовнішньо, присипаючи інфіковані гнійні чи мокрі рани.

У лікувальній косметиці рідкий екстракт, настій і настоянку кропиви використовують проти облісіння і для поліпшення росту волосся.

Рецепт простий: столову ложку висушеного листя необхідно настоювати протягом години в одній склянці окропу, потім процідити. Отриманим настоем злегка змочувати голову після миття і потроху втирати у шкіру голови, після чого волосся не витирати, а дати висохнути природним шляхом. Процедуру повторювати щотижня впродовж місяця.

Попри свою уявну «простоту», кропива є складною лікарською рослиною сировиною, яка має свої тонкощі щодо стандартизації та сертифікації, їй притаманні показання, протипоказання, обмеження до використання та інші фармацевтичні аспекти. Зокрема, шляхом експерименту було встановлено, що при одночасному застосуванні екстракту листя кропиви з диклофенаком можливе посилення негативної дії останнього. При індивідуальній підвищеній чутливості до препарату можливий розвиток алергічних реакцій (висипи, свербіж, гіперемія та набряк шкіри). Не рекомендовано використовувати цю рослину з лікувальною метою і в разі набряків і застою рідини при гострій серцевій і нирковій недостатності.

Через те, що кропива здатна згущувати кров, її не слід вживати людям, схильним до тромбоутворення, і тим, хто має проблеми із серцем, а також при атеросклерозі, коли звужуються кровоносні судини.

Приймати препарати кропиви дводомної всередину протипоказано при гінекологічних кровотечах у хворих із поліпами і різними пухлинними захворюваннями яєчників і матки.

Рослина має здатність посилювати маткові скорочення у жінок, тому її не варто вживати під час вагітності, особливо в період останнього триместру.

Шляхом експериментальних досліджень було встановлено, що свіже листя кропиви та сік мають гемостатичні властивості, сухе ж листя кровоспинної дії не виявляє.



ДО СТАНДАРТІВ ЩЕ ДАЛЕКО

За словами Катерини Сметаніної, питання якості, безпеки, токсичності, доведеної ефективності рослинних препаратів є край актуальними і вимагають європейського підходу до їхньої стандартизації та сертифікації. На жаль, у нашій країні сертифікація фітозасобів наразі перебуває лише на стадії розробки, а стандартизація відбувається із грубим порушенням умов відповідності стандарту належних практик та аналітичної документації. Ми орієнтуємося на вимоги, що висуваються до рослинних розробок, здебільшого зафіксованих у фармакопейних статтях Державної фармакопеї України, тоді як за кордоном орієнтуються, насамперед, на вимоги Міжнародної фармакопеї, потім — Європейської, далі — національних.

Згідно з вимогами стандартизації, усі рослинні ліки повинні відповідати стандартам якості — GAP (Good Agricultural Practices), GFCP (Good Field Collecting Practices), GLP (Good Laboratory Practices), GCP (Good Clinical Practices), GSP (Good Storage Practices), GMP (Good Manufacture Practices). Проте в Україні більшість цих стандартів ще не прийнято за основу при виготовленні фітотерапевтичної продукції. Відтак, відсутність національної нормативної документації негативно впливає на формування критеріїв якості фітотерапевтичних лікарських засобів, що ускладнює стандартизацію сировини і препаратів. Фактично тільки на розробнику лежить відповідальність за фармакопрофілактику і фармакотерапію, а отже, збереження здоров'я пацієнта.

Ці питання розглядалися на I Міжнародній науково-практичній конференції «Функціональні харчові продукти — дієтичні добавки як дієвий засіб різнопланової профілактики захворювань», що відбулася 11–12 квітня у м. Харкові на базі НФаУ. Об'єктами дослідження були рослинні ліки, гомеопатичні препарати рослинного походження, фітокосметика та дієтичні фітодобавки.

Лариса Дедишина