

Вернется ли мода на черноплодную рябину?



Когда-то мода касалась преимущественно одежды, обуви и головных уборов. Сегодня ее влияние распространилось на все сферы жизни человека, в том числе и на медицинскую. Не исключение и мода на лекарственные растения. В определенные периоды всеобщим увлечением были поочередно облепиха, черноплодная рябина и некоторые другие растения, но затем они переставали пользоваться популярностью, и вовсе не потому, что лечение ими оказывалось малоэффективным, просто мода на них проходила...

КАПРИЗЫ МОДЫ

Родина черноплодной рябины (аронии черноплодной) — восточная часть Северной Америки (нынешняя Канада), где она занимает обширную разнообразную по природным условиям территорию. Там ее культивировали задолго до прибытия европейцев. Индейские племена делавары и дакота делали муку из плодов этого растения, а соком лечили ожоги кожи. В конце XIX в. черноплодная рябина была завезена в Европу, где быстро получила распространение в качестве декоративного растения. В России хорошо знали о ее существовании, однако не культивировали. По мере накопления сведений о лекарственных свойствах аронии интерес к ней начал пробуждаться. Наконец, после продолжительных лабораторных исследований и клинических испытаний полезные свойства черноплодной рябины были доказаны, и в 1961 г. Министерство здравоохранения СССР разрешило употребление плодов и натурального сока черноплодной рябины для лечения анацидного гастрита, атеро-

склероза и артериальной гипертензии. Вскоре появилась мода на это растение. Правилom хорошего тона считалось иметь на своем дачном участке несколько кустов черноплодной рябины и готовить из ее ягод лечебные соки, варенье, напитки и т.д. Многие совхозы отвели под аронию большие площади, и вскоре ее плоды появились в продаже даже в овощных

магазинах по самым низким ценам. Однако мода, как это обычно бывает, прошла, и следующее поколение гипертоников стало использовать аронию в лечебных целях не столь активно.

ВЕСЬМА ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА

Лечебные свойства аронии черноплодной (*Aronia melanocarpa*) определяются составом ее плодов: до 6% фенольных соединений (флавоноидов и фенолокислот), до 2,5% пектиновых веществ, сахара (4,6–9,4%), фенолкарбоновые кислоты, фолиевая кислота, рибофлавин, никотиновая кислота, токоферол, аскорбиновая кислота и микроэлементы (йодистые соединения — 5–6 мкг на 100 г свежих плодов, молибден, марганец, медь, бор, кобальт и др.).

Растению присущи гипотензивные, спазмолитические, противовоспалительные, вазопротекторные, мочегонные и желчегонные свойства. Плоды и сок рябины оказывают гипотензивное и спазмолитическое действие, их используют в лечении больных артериальной гипертензией I и II степеней. Благодаря высокому содержанию в плодах этого растения

В СВЕТЕ ПОСЛЕДНИХ ДАННЫХ НЕ ИСКЛЮЧЕНО, ЧТО ЧЕРНОПЛОДНАЯ РЯБИНА МОЖЕТ СНОВА СТАТЬ ПОПУЛЯРНЫМ ЛЕКАРСТВЕННЫМ РАСТЕНИЕМ

фенолкарбоновых кислот и йода их применяют в комплексной терапии тиреотоксикоза. В клинических и экспериментальных условиях установлено, что плоды аронии черноплодной оказывают заметное активизирующее действие на систему гемостаза, поэтому их используют при нарушениях свертывания крови, в частности при геморрагическом диатезе, капилляротоксикозе и кровотечениях различного происхождения.

Эффективной является арония черноплодная и при атеросклерозе, сахарном диабете, гломерулонефрите. Благодаря высокому содержанию пектиновых веществ она способствует выведению из организма тяжелых металлов и радионуклидов.

Установлено также, что и листья аронии черноплодной содержат вещества, способные улучшать работу печени, стимулировать образование и отток желчи.

Включение в рацион ягод черноплодной рябины положительно сказывается на эмоциональном состоянии человека: уравниваются процессы возбуждения и торможения в головном мозге.

Ягоды этого замечательного целебного растения можно использовать как в свежем виде, так и перетертыми с сахаром, сухими (для приготовления чая), в отварном виде (кисели, варенье, джем, мармелад, желе). Также из них готовят соки, вина, ликеры и настойки. В условиях хранения при температуре не выше 0 °С черноплодная рябина сохраняет все витамины и полезные свойства.

Существуют, правда, и противопоказания: не следует употреблять ее людям со склонностью к гиперкоагуляции, при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, а также при гиперацидном гастрите.

НАУКА НЕ СТОИТ НА МЕСТЕ

Исследования последних лет показали, что черноплодная рябина улучшает функционирование печени, а регулярное употребление этой ягоды повышает иммунитет и положительно влияет на работу эндокринной системы.

Также благополучно разрешилось противоречие с накопившимися за последние 50 лет данными о действии биологически активных веществ (БАВ) плодов аронии черноплодной на систему свертывания крови и их ангиопротекторных свойствах.

Благодаря проведенным клиническим исследованиям было установлено, что при повышенной кровоточивости арония черноплодная нормализует показатели свертывания крови, однако при нормальной свертываемости крови не оказывает гиперкоагулирующего действия вследствие наличия в этих плодах оксикумаринов, провоцирующих снижение показателей свертываемости крови. Одновременно витамины Р и К₁, которые также содержатся в плодах, нормализуют свертываемость крови, поэтому арония



эффективна после лечения антикоагулянтами и при кровотечениях, в том числе хронических разного генеза.

Фармакологи Варшавского медицинского университета не так давно доказали, что регулярное применение флавоноидов, содержащихся в плодах аронии черноплодной, улучшает состояние пациентов с сердечно-сосудистой патологией. Во время проведения клинического эксперимента польские ученые установили, что у больных, перенесших инфаркт миокарда и прошедших курс лечения экстрактом из плодов аронии, заметно снизился уровень содержания в крови 8-изопростана и липопротеидов низкой плотности. При этом уменьшилось продуцирование супероксидного аниона, а также стимулировалось высвобождение оксида азота из клеток эндотелия. Кроме того, было замечено прогрессивное снижение систолического артериального давления. Все это позволило сделать вывод о том, что флавоноиды, содержащиеся в плодах аронии черноплодной, можно использовать для лечения ишемической болезни сердца. В клинических исследованиях было изучено применение природных антиоксидантов, полученных из плодов аронии, для лечения олигоспермии у мужчин. Результаты исследований позволили сделать вывод, что эти антиоксиданты могут быть полезными в регулировании окислительных процессов при этом патологическом состоянии.

Учитывая результаты анализа экспериментальных и клинических исследований, можно считать перспективным создание новых ангиопротекторных препаратов на основе БАВ, содержащихся в плодах аронии черноплодной.

В свете последних данных не исключено, что черноплодная рябина может снова стать популярным лекарственным растением. Однако определенно сказать что-либо по этому поводу не представляется возможным, поскольку мода непредсказуема.

Подготовил
Руслан Примак