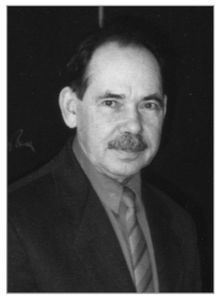
Владимир Витальевич Володин – д.б.н., профессор, заведующий лабораторий биохимии и биотехнологии Института биологии, заместитель председателя Коми НЦ УрО РАН по научно-организационной работе. Лауреат премии Правительства Республики Коми в области научных исследований за цикл работ «Ресурсы и биотехнология экдистероидсодержащих растений» (2009 г.). Внес крупный вклад в изучение ресурсов растений европейского северо-востока России – продуцентов важнейших групп биологически активных веществ и создание научных основ их биотехнологического использования и воспроизводства. Автор и соавтор более 180 научных работ, в том числе 78 статей в рецензируемых журналах, пяти монографий и 12 патентов РФ.

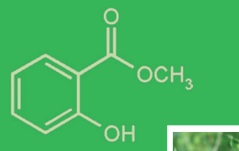


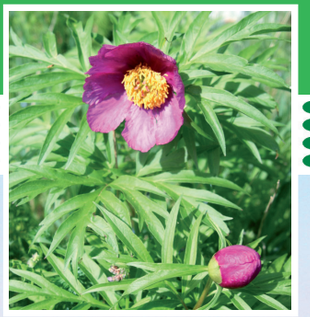
Борис Иванович Груздев – к.б.н. Окончил Пермский государственный университет (1959 г.) по специальности «ботаника». Область научных интересов: биологическое разнообразие сосудистых растений европейского северо-востока России, экология, влияние антропогенных факторов на природную флору, растительные ресурсы, распространенность и продуктивность лекарственных растений в пределах Республики Коми. Автор более 100 опубликованных работ. Неоднократно участвовал в совместных российско-американских экологических экспедициях в качестве эксперта по оценке окружающей среды в связи с эксплуатацией нефтяных месторождений.

Вера Антоновна Мартыненко – д.б.н., старший научный сотрудник отдела флоры и растительности Севера Института биологии Коми НЦ УрО РАН. Впервые выполнила систематический, географический и эколого-биологический анализы природной флоры каждой из двух таежных подзон, определила уровни ее видового разнообразия, подзональные признаки, изучила закономерности антропогенной трансформации растительного покрова, обобщила сведения о зональных ценофлорах ельников и сосняков. В составе коллектива авторов удостоена Государственной премии Республики Коми в области науки (2000 г.). Автор и соавтор около 120 публикаций, из них 10 монографий.

Владимир Алексеевич Канев – к.б.н., научный сотрудник отдела флоры и растительности Севера Института биологии Коми НЦ УрО РАН. Специализируется в области сравнительной флористики. Ведет изучение флористических комплексов сосудистых растений на территории Республики Коми и особо охраняемых природных территориях. Доцент кафедры «Воспроизводство лесных ресурсов» Сыктывкарского лесного института. Ведет активную просветительскую работу среди школьников и учителей в Малой академии, на различных слетах и олимпиадах среди учащихся. Автор и соавтор более 40 публикаций, в том числе четырех монографий.

РЕСУРСЫ ПРИРОДНОЙ ФЛОРЫ РЕСПУБЛИКИ КОМИ





I

РАСТЕНИЯ-ПРОДУЦЕНТЫ ВАЖНЕЙШИХ КЛАССОВ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ

РОСИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАУК
УРАЛЬСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ
КОМИ НАУЧНЫЙ ЦЕНТР
ИНСТИТУТ БИОЛОГИИ

РЕСУРСЫ ПРИРОДНОЙ ФЛОРЫ РЕСПУБЛИКИ КОМИ

**В.В. ВОЛОДИН, Б.И. ГРУЗДЕВ,
В.А. МАРТЫНЕНКО, В.А. КАНЕВ**

Книга первая

РАСТЕНИЯ-ПРОДУЦЕНТЫ ВАЖНЕЙШИХ КЛАССОВ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ

СЫКТЫВКАР
2014

УДК 633.88 (470.13)

Растения-продуценты важнейших классов биологически активных веществ / В. В. Володин, Б. И. Груздев, В. А. Мартыненко, В. А. Канев ; отв. ред. В. В. Володин. – Сыктывкар : Коми НЦ УрО РАН, 2014. – 206 с.

Библ. 130 назв. Илл. 352

Приведена характеристика видов сосудистых растений природной флоры Республики Коми – продуцентов важнейших групп биологически активных веществ, используемых в практической и народной медицине, а также перспективных в качестве сырья для получения ценных субстанций, фармакологических препаратов и биологически активных добавок. Даны сведения об их распространении, продуктивности в природных популяциях, химическом составе, рациональных способах заготовки лекарственного сырья и применении.

Предназначена для специалистов в области ботанического ресурсоведения, фармакогнозии и фитотерапии, студентов высших учебных заведений биологического профиля и читателей, интересующихся лекарственными растениями Севера.

Ответственный редактор
В.В. Володин

Рецензенты
доктор биологических наук К.Г. Ткаченко
кандидат биологических наук Т.В. Новаковская

ISBN 978-5-9905700-0-9

© Институт биологии Коми НЦ УрО РАН, 2014

ПРЕДИСЛОВИЕ

Растительный покров нашей планеты – один из основных блоков биосферы, который в настоящее время подвергается воздействию антропогенных факторов. Важной задачей мирового сообщества является разработка способов разумного природопользования, обеспечивающих сохранение всего разнообразия растительного мира.

Республика Коми – интенсивно развивающийся промышленный район России – обладает богатыми ресурсами лекарственных, пищевых, кормовых и технических растений, однако их изучению, за исключением видов деревьев, используемых в лесной промышленности, уделяли недостаточно внимания. Среди недревесного растительного сырья особый интерес представляют растения – продуценты ценных биологически активных веществ: эфирных масел, алкалоидов, стероидных и тритерпеновых гликозидов, экдистероидов, флавоноидов, лигнанов, липидов, ненасыщенных жирных кислот, витаминов, а также микроэлементов.

Роль отдельных официнальных видов в растительном покрове региона неодинакова. Те из них, которые встречаются на больших площадях от подзоны южной тайги до зоны тундры, имеют запасы, намного превышающие местные потребности (виды рода береза, брусника, черника, багульник болотный и др.). Наряду с ними произрастают растения, встречающиеся на территориях ограниченной протяженности, но с высокими показателями обилия, запасы которых достаточны для местных нужд (хвощ полевой, тысячелистник обыкновенный, горец большой, мать-и-мачеха и др.). Большое число видов произрастает по всей республике, но в незначительных количествах, что ограничивает их использование (валериана волжская, живокость высокая, синюха голубая и др.), или приурочены в своем распространении к южным районам (калина, горец перечный, тмин обыкновенный). Большим разнообразием отличаются виды сосудистых растений, которые употребляли или употребляют в народной медицине.

Резерватами сохранения лекарственной флоры являются Печоро-Илычский биосферный заповедник (Лавренко и др., 1995), национальный парк «Югыд ва» (Мартыненко, Дегтева, 2003) и особо охраняемые природные территории, имеющие статус заказников (Алексеева и др., 1993, 1995). Несмотря на принимаемые меры, в удаленных населенных пунктах республики имеет место браконьерский сбор охраняемых видов и, как следствие этого, происходит сокращение численности их природных популяций. Такое же положение отмечается и в соседней Архангельской области (Мироненко, 1984). Возделывание лекарственных растений в культуре позволяет в определенной мере решать проблему сохранения биоразнообразия и воспроизводства биологических ресурсов. Сотрудниками ботанического сада Института биологии Коми НЦ УрО РАН определен ассортимент официнальных видов, наиболее перспективных для

выращивания в условиях подзоны средней тайги (Мишуров и др., 2003). Значительный вклад в инвентаризацию лекарственной флоры, изучение ареалов видов, продуктивности многих из них внесли сотрудники отдела флоры и растительности Севера Института биологии Коми НЦ УрО РАН (Котелина, Мартыненко, 1988; Мартыненко и др., 1994). Важным аспектом в изучении лекарственного сырья является мониторинг состояния природных популяций видов (Фролов, Полетаева, 1998; Дымова, Тетерюк, 2000; Тетерюк, 2003; Полетаева, 2003). В лаборатории биохимии и биотехнологии Института биологии Коми НЦ УрО РАН разрабатывают биотехнологические методы получения биологически активных веществ в культурах растительных клеток, а также методы микроклонального размножения ценных генотипов лекарственных растений, что способствует сохранению редких видов растений в природных популяциях и рациональному использованию ресурсов полезных растений флоры европейского северо-востока России.

В период становления рыночных отношений в экономике страны интенсивность изучения лекарственных ресурсов резко снизилась и заготовка их практически прекратилась. В доперестроечный период в республике заготавливали лекарственные растения 30 наименований, а годовой объем заготовок достигал 79 т (Котелина, Мартыненко, 1988), в том числе багульника болотного собирали до 0.7, плодов шиповника, рябины и черники, брусничного листа – по 1.5-2.0 т/год.

В настоящее время перед специалистами, занимающимися вопросами ботанического ресурсоведения и изучения химического состава растений, ставится задача выявления местообитаний и запасов не только тех видов лекарственных растений, сырьевая база которых оказалась подорванной в силу геополитических изменений, но и альтернативной замены тех или иных официнальных видов на другие виды с высоким содержанием идентичных или близких по структуре веществ как в родовых комплексах, так и в филогенетически удаленных таксонах. Решение этой задачи оказалось возможным с использованием методов сравнительной биохимии и хемотаксономии. Большие перспективы в этом направлении открываются в связи с развитием в Институте биологии Коми НЦ УрО РАН методов молекулярной филогенетики, позволяющей выявить филогенетические связи между видами и на этой основе разрабатывать хемотаксономические прогнозы обнаружения тех или иных биологически активных веществ в ранее не изученных видах. Несмотря на то, что к настоящему времени ясны алгоритмы организации ресурсоведческих и связанных с ними биотехнологических исследований, остается актуальной и нерешенной проблема оценки состояния ресурсов хозяйственно полезных растений на обширной территории европейского северо-востока России, где нет достаточного количества дорог. Особенно малодоступны заболоченные территории в большинстве районов Республики Коми и горные массивы Полярного, Приполярного и Северного Урала. Для решения этой проблемы в Институте биологии разрабатываются современные методы дистанционного зондирования территорий на основе анализа спектрозональных спутниковых изображений и материалов аэрофотосъемки с использованием беспилотных летательных аппаратов и специальных компьютерных программ, которые позволят получить более точные оценки запасов полезных видов растений. Полученные сведения используются для создания электронных банков данных (кадастров). Это дает возможность автоматизировать анализ и обобще-

ние большого объема разнородных данных ресурсоведческих исследований. Следует отметить, что по обоим этим направлениям в Институте биологии уже накоплен достаточно обширный материал.

Авторами задумана серия монографий под общим названием «Ресурсы природной флоры Республики Коми». Появление первой книги «Растения-продуценты важнейших классов биологически активных веществ» стало возможным благодаря наличию информации о флоре таежной и тундровой зон, собранной нашими предшественниками, в том числе А.А. Дедовым, Ю.П. Юдиным, В.М. Болотовой, А.Н. Лащенковой, Н.С. Котелиной («Флора северо-востока европейской части СССР» (1974, 1976, 1977). В работе обобщены сведения об истории изучения лекарственных растений на Севере, представлена ботанико-географическая характеристика территории Республики Коми, отражена организация ресурсоведческих исследований, показан современный уровень изученности ресурсов лекарственных растений. Большую часть книги составляют очерки о конкретных видах лекарственных растений, в которых приведены сведения об их встречаемости на изучаемой территории, химическом составе, применении растений в научной медицине и народной медицине коми. Для некоторых более изученных видов приведены данные об эколого-ценотическом оптимуме и продуктивности сырья на единицу площади. Даны рекомендации по заготовке растительного сырья. Сведения о применении растений в народной медицине коми явились результатом этно-ботанических исследований, проведенных И.В. Ильиной, сотрудником Института языка, литературы и истории Коми НЦ УрО РАН. Большинство сведений о химическом составе растений авторы цитируют по многотомной монографической сводке «Растительные ресурсы СССР». Также использованы данные о содержании биологически активных веществ, полученные за последние годы специалистами лаборатории биохимии и биотехнологии Института биологии Коми НЦ УрО РАН.

В представленных читателю очерках дана информация о дикорастущих видах лекарственных растений, заготовка которых запрещена. Эти виды занесены в Красную книгу Республики Коми (2009) и приложение к ней в соответствии с приказами Министерства природных ресурсов и охраны окружающей среды Республики Коми «Об утверждении перечней (списков) объектов растительного и животного мира, занесенных в Красную книгу Республики Коми» (№ 79 от 12 февраля 2008 г.) (перечень зарегистрирован 27 февраля 2008 г. в администрации главы Республики Коми и правительства Республики Коми; реестр № 11-407-2008) и «Об утверждении перечней (списков) объектов растительного и животного мира, нуждающихся в особом внимании к их состоянию в природной среде и рекомендуемых для биологического надзора» (№ 359 от 10 июля 2008 г.).

Следующие выпуски серии будут посвящены видам или группам видов растений, встречающихся на европейском северо-востоке России, – продуцентам важнейших классов биологически активных веществ (алкалоидов, стероидных и тритерпеновых гликозидов, экдистероидов, фенольных соединений и др.), имеющим ресурсное значение. В них будут представлены результаты комплексных эколого-биологических, ресурсоведческих, биохимических, а в некоторых случаях фармакологических и биотехнологических исследований, проведенных специалистами Института биологии Коми НЦ УрО РАН.

Исследования проводили при финансовой поддержке программы Отделения биологических наук РАН «Биологические ресурсы России: оценка состояния и фундаментальные основы мониторинга» (проект № 09-Т-4-1002 «Состояние ресурсов полезных растений европейского северо-востока России, мониторинг и разработка биотехнологических подходов по рациональному использованию и воспроизводству»), а издание запланированной серии монографий осуществляется при финансовой поддержке интеграционного гранта программы фундаментальных исследований Уральского отделения РАН «Ресурсный и биотехнологический потенциал растений Урала и сопредельной территории европейского северо-востока России – продуцентов важнейших групп биологически активных веществ» (№ 12-И-2072).

С.В. Дегтева,
доктор биологических наук,
заведующая отделом флоры и растительности Севера

Глава первая

ИСТОРИЯ ИЗУЧЕНИЯ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ РЕСПУБЛИКИ КОМИ

В традиционной медицине народов России для «изгнания» болезней издавна использовались растения. Уже в русских летописях XI в. упоминались липовый цвет, шиповник, дубовая и ивовая кора, валериана, тысячелистник, ромашка. Коренное население европейского Севера (архангелогородцы, вологжане, коми-зыряне, коми-пермяки, ненцы) также использовало растения для лечения заболеваний и укрепления здоровья. Об этом пишет В.И. Кашин (1984), исследователь лекарственных растений Севера, подчеркивая давность использования растений северными народами и приводя воспоминания посетившего Архангельск в 1618 г. английского ботаника Традесканта-старшего, в ботанических сборах которого среди употреблявшихся местным населением лекарственных растений упомянуты щавель, дягиль, лапчатка и душица обыкновенная. Для своего сада в Англии Традескант увез живые образцы черемухи и шиповника, семена морошки и дерена шведского. На применение растений в народной медицине европейского Севера обращал внимание и академик И.И. Лепехин, который писал, что многие лучшие лекарственные средства «не умствованием врачей, но употреблением простолюдинов открыты были». В списке из 75 видов растений, собранных им в поездке по зырянскому краю и Архангельской губернии в 70-е годы XVIII столетия, присутствовали, например, душица, чистотел, вахта, крушина ольховидная, калган (кавган), багульник (ош табак), черника (чӧд), малина (ӧмидз), валериана (ладан турун), тысячелистник (кӧртдой турун). Научные архивы сохранили и ценнейшие материалы исследований И. Молчанова, академика П.-С. Палласа, И. Костылева, Н. Кузнецова и М. Куклина об использовании северянами лекарственных растений (Кашин, 1984).

Академик Иван Иванович Лепехин.

Академик Петр Симон Паллас.

Народная медицина в XIX столетии была единственным источником медицинской помощи. Территория современной Республики Коми была слабо заселена, отсутствовали дороги. Однако в этот период из Усть-Сысольского уезда через Архангельск вывозили в страны Европы лекарственное сырье: смолу лиственницы и лиственничную губку (гриб-трутовик) (Кашин, 1984). В каждой деревне жили свои травницы, знахари, костоправы, повитухи. Среди населения нижней Печоры были известны рукописные лечебники (Ильина, 1997а, б). И хотя в крае уже появлялись первые аптеки и больницы, спрос на лекарственные растения не снижался. Со временем многие виды растений, применяемые населением, вошли в практическую медицину и в настоящий период включены в Государственный реестр лекарственных средств (1995), например, череда трехраздельная, шиповник иглистый и ш. майский, мать-и-мачеха, подорожник большой, брусника и черника. В то же время эффективность некоторых народных средств не подтвердилась. Этнограф И.В. Ильина (1997а) замечает, что в народе растения иногда ошибочно выбирали на основании простого сходства их внешних признаков с органами человека, которые требовали лечения. Например, сердцевидными листьями фиалки лечили болезни сердца, желтыми чашелистиками морошки – желтуху.

Юрий Павлович Юдин.

Ариадна Николаевна Лащенкова.

Начиная с XVIII столетия, большинство ботанических исследований не имело своей целью изучение лекарственной флоры, а было направлено на инвентаризацию всего видового состава сосудистых растений Республики Коми, на основании которой возможно выявление лекарственного растительного сырья.

В кратком обзоре ботанических исследований В.М. Болотова (1954) называет имена ученых, которые внесли существенный вклад в познание флоры и растительности региона. В 1837 г. на севере работал член Русского географического общества А.Г. Шренк. Врач А.И. Држевецкий в 1872 г. опубликовал список из 394 видов, встречающихся в Усть-Сысольском уезде, среди которых присутствовали и лекарственные растений. С 1902 по 1912 г. выходит серия работ Р. Поле, исследовавшего флору и растительность Печорского края. В этот же период (1908-1912 гг.) в бассейны рек Луза и Сысола выезжали ботаники В.Д. Андреев и Н.В. Ильинский. В годы советской власти (после 1917 г.) интенсивность ботанических исследований существенно возросла. В 20-е годы XX столетия был организован ряд экспедиций под руководством К.Ф. Маляревского и А.П. Шенникова, обследовавших растительность бассейнов рек Печора, Вымь, Ижма, Уса и юг республики (Прилузье). В 30-е годы создается Печорская бри-

гада АН СССР для изучения природных ресурсов республики с участием ботаников, в том числе А.И. Толмачева, А.П. Шенникова, А.А. Корчагина и Ю.П. Юдина. Накопление флористической информации позволило изучать и прикладные аспекты использования растений, в том числе и лекарственных. Так, во «Флоре Северного края», подготовленной И.А. Перфильевым (1934, 1936), наряду с описанием признаков сосудистых растений приведены сведения о применении их в медицине. В годы Великой отечественной войны В.М. Болотова и А.И. Толмачев (1944), сотрудники Северной базы АН СССР, изучали возможности снабжения населения витаминоносными и лекарственными растениями. Начиная с 1944 г., все силы ботаников Северной базы были направлены на обобщение ботанической информации, завершившееся изданием тома «Растительность» (Производительные силы Коми АССР, 1954), авторами которого были Ю.П. Юдин, А.А. Дедов, В.М. Болотова и А.Н. Лащенкова. В вышедшем позднее «Определителе высших растений Коми АССР» (1962) есть упоминания о лекарственных растениях. Сведения о принадлежности видов к официнальной флоре имеются в монографии «Флора северо-востока европейской части СССР» (1974, 1976, 1977) и в книге «Сосудистые растения Республики Коми» (Мартыненко, Груздев, 2008). Данные о распространении лекарственных видов в регионе и запасах некоторых из них опубликованы в «Атласе ареалов и ресурсов лекарственных растений СССР» (1976).

Валентина Михайловна Болотова

Промышленное освоение Севера вызвало интерес и к прикладным ботаническим исследованиям. В 80-90-е годы XX столетия была завершена инвентаризация официнальной флоры (Мартыненко и др., 1980, 1994; Котелина, Мартыненко, 1988) на территории республики. Отдел флоры и растительности Севера Института биологии Коми НЦ УрО РАН совместно с республиканским Аптекоуправлением (с 1985 по 1991 г.) организовал экспедиции для изучения лекарственного растительного сырья в Сыктывдинском, Сысольском, Усть-Вымском, Корткеросском, Удорском, Усть-Куломском, Ухтинском и Троицко-Печорском районах. В этой работе участвовали сотрудники Института В.А. Мартыненко, Н.А. Рыжова, А.А. Кустышева и сотрудник Сыктывкарского государственного университета Б.И. Груздев. Было установлено, что более 100 из 1200 произрастающих на территории Республики Коми видов сосудистых растений входят в Государственную фармакопею Российской Федерации (1995). Растения приблизительно 50 видов произрастают в количествах, необходимых для организации заготовок. В этот же период Институт языка, литературы и истории Коми НЦ УрО РАН провел эт-

Нина Степановна Котелина

но-ботанические исследования, которые показали, что в народной медицине коми исключительное место занимали средства, направленные на общее укрепление организма и предупреждение заболеваний. Коми считали родиолу розовую (дзуртан турун), сон-траву и венерин башмачок (кӧкакань) средствами от «всех болезней» (Ильина, 1997). Современные биохимические исследования подтвердили необходимость включения в состав лекарственных средств и специальных пищевых диет для людей, проживающих на Севере, природных биологически активных веществ адаптогенного действия. В частности, показано, что источниками природных адаптогенов могут служить экдистероидсодержащие виды растений рода Смолевка – Silene (Фитоэкдистероиды, 2003).

В настоящее время в Институте биологии активно проводят комплексные ресурсоведческие, биохимические и биотехнологические исследования растений европейского северо-востока России – продуцентов важнейших групп биологически активных веществ. Изучают состояние и продуктивность ценопопуляций перспективных видов, для оценки биологического и эксплуатационного потенциала ресурсных видов растений стали привлекать дистанционные методы зондирования территорий, компьютерные программы распознавания образов из данных космоснимков и аэрофотосъемки. Успешно используют эколого-физиологические методы для оценки адаптационного потенциала видов в природных популяциях и условий интродукции растений внутри и вне ареала.

Для изучения закономерностей распространения важнейших групп биологически активных веществ в растениях в последние годы в лаборатории биохимии и биотехнологии Института биологии Коми НЦ УрО РАН (зав. – д.б.н., проф. В.В. Володин) стали активно применять методы молекулярной систематики, что позволило разрабатывать научно обоснованные прогнозы обнаружения тех или иных групп вторичных метаболитов растений не только во флоре европейского северо-востоке России, но и в других географически удаленных флорах.

Таким образом, на территории Республики Коми уже в достаточной мере изучены ресурсы пищевых, а также лекарственных растений, включенных в Государственную фармакопею Российской Федерации (Мартыненко и др., 1994; Котелина, Мартыненко, 1988), проведено интересное этноботаническое изучение использования растений в традиционной медицине коми (Ильина, 1997а). Однако на данной территории практически не изучены ресурсные, эколого-физиологические и биохимические характеристики многих неофицинальных видов растений, которые могут стать источниками ценных биологических активных соединений для медицины и ветеринарии.

Глава вторая

БОТАНИКО-ГЕОГРАФИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ТЕРРИТОРИИ

Республика Коми расположена на северо-востоке европейской части России (59-68° с.ш. и 45-66° в.д.), занимая площадь 416 тыс. км^2. Большая часть ее территории находится в таежной зоне, крайний север и северо-восток – в лесотундре и тундре (Атлас…, 2001). Восточная граница с Тюменской областью проходит по Уральскому хребту со средними высотами до 1000, максимальными – до 1500-1800 м над у.м. (горы Пайер, Колокольня, Народа и др.). К западу от Урала до границы с Архангельской областью простирается Русская равнина, которую с юго-востока на северо-запад пересекает низкогорный Тиманский кряж с высотами от 200 до 470 м над у.м. Пространство к западу от него занимает Мезенско-Вычегодская, к востоку – Печорская низменности. На юге по границе с Кировской областью и Пермским краем возвышаются Северные Увалы (до 230 м над у.м.), на севере граница с Ненецким автономным округом проходит по равнине.

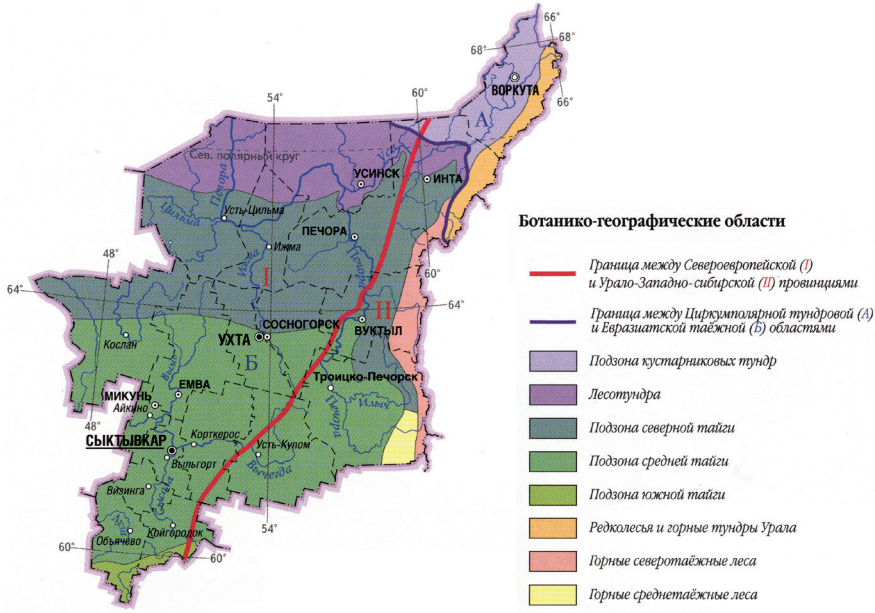
Наиболее крупными реками региона являются Печора и Вычегда с многочисленными притоками, которые в пределах Урала и Тимана имеют горный характер. Климат отличается суровостью и континентальностью. В связи с большой протяженностью территории климатические показатели в разных ее частях существенно меняются: на севере среднегодовая температура составляет –4…–6, на юге +0.3…+1.0 °С (Атлас…, 2001). Количество осадков с севера на юг возрастает от 400 до 600 мм, а в горных районах Урала достигает 800-900 мм, причем в пределах региона оно существенно превышает испарение, что вызывает переувлажнение поверхности. В холодный период года преобладает перенос воздушных масс с Атлантического океана, летом температурный режим определяют радиационные факторы, однако нередки вторжения арктических холодных воздушных масс.

Почвообразование на Севере связано либо с вымыванием минеральных веществ из верхнего горизонта почвы в нижний (оподзоливание), либо с застаиванием воды при наличии слабопроницаемых грунтов (оглеение, заболачивание). Почвообразующими являются суглинистые или супесчаные отложения ледникового периода или песчаные четвертичные материнские породы. В тундровой зоне формируются тундрово-мерзлотные и тундрово-поверхностно-глеевые, в таежной – глеево-подзолистые (северная подзона), типично подзолистые (средняя подзона) и дерново-подзолистые (южная подзона) почвы (Атлас…, 2001). На песчаных отло-

жениях тайги располагаются подзолы, на плоских водоразделах – разные типы болотно-подзолистых и болотных почв, в которых наряду с процессами оглеения происходит накопление торфа. Значительным разнообразием отличаются горные почвы Урала, к которым относятся горно-тундровые глеевые, горно-дерновые и другие типы. Для них характерны малая мощность почвенного горизонта и щебнистость.

Ботанико-географическое районирование территории республики учитывает зональные и высотные особенности растительного покрова (см. рисунок). Единицы широтной зональности определяются климатическими факторами. Самая северо-восточная, незначительная по площади часть относится к циркумполярной тундровой области (Воркутинский равнинный район южных тундр и часть западного склона Полярного Урала). Остальная территория включена в Евразиатскую таежную область (Исаченко, Лавренко, 1980), которая представлена в республике Североевропейской и Уралозападносибирской ботанико-географическими провинциями. Граница между ними проходит от верховьев рек Сысола (Северные Увалы) и Вычегда (Южный Тиман) по рекам Печора и Косью, достигая р. Уса. Таежная зона делится на северную, среднюю и южную подзоны, простирающиеся в широтном направлении. Между тундрой и тайгой располагается переходная полоса лесотундры. В растительном покрове западного склона Урала выражена вертикальная поясность (Горчаковский, 1960). Различают горно-лесной, горно-тундровый и гольцовый пояса. Верхняя граница лесной растительности на Приполярном Урале достигает 200, на Северном – 700 м над у.м.

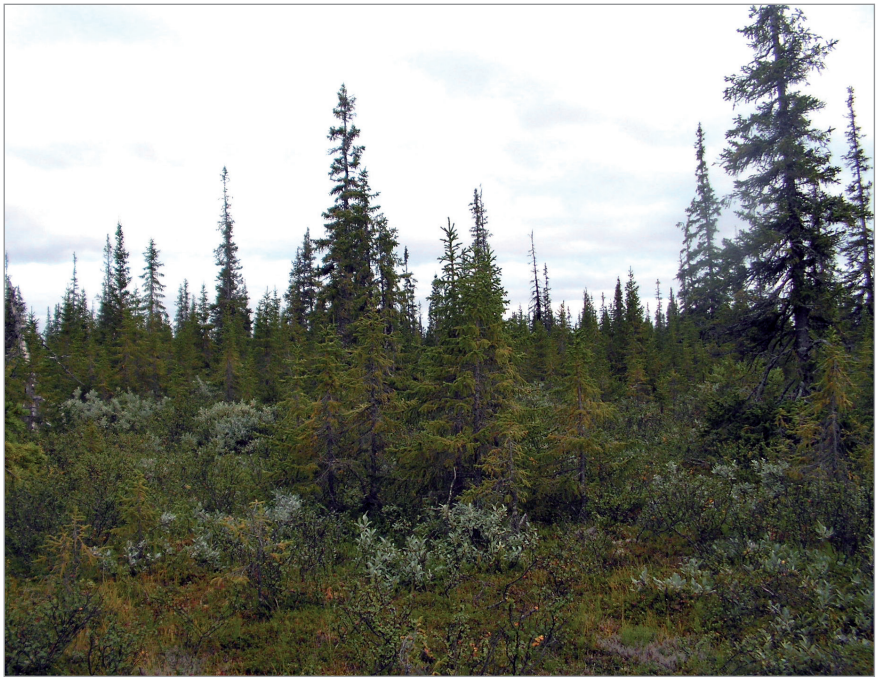
При постановке ресурсоведческих работ важно учитывать особенности растительного покрова конкретных районов, изменения в распределении растительных сообществ в них как с севера на юг, так и с запада на восток.



Ботанико-географическое районирование Республики Коми (М 1:12 000 000). Автор В.А. Мартыненко (Атлас..., 2011).

Ерниковые тундры Большеземельской тундры.

В тундровой зоне господствуют ерниковые и ивняковые тундры в сочетании с плоскобугристыми и осоково-гипновыми болотами (Дедов, 1954; Ребристая, 1977). Они охватывают бассейны рек Воркута и Сейда, частично – верховья Усы. Тундровый характер растительности прослежи-



Еловые редкостойные леса лесотундры.

Горное лиственничное редколесье Урала.

вается и на западном склоне Полярного Урала (реки Кара и Елец): у основания склонов и в речных долинах преобладают кустарниковые, выше – лишайниковые и моховые тундры, гольцовый пояс лишен растительного покрова.

Переходная лесотундровая полоса из елово-березовых редколесий, кустарниковых тундр, бугристых и сфагновых болот тянется от запад-

Горные ивняковые тундры Урала.

ной до восточной границы республики, обнаруживая на своем протяжении существенные различия растительности. На западе лесотундры, в верхнем течении рек Тобыш и Косма, 75 % поверхности покрыто редкостойными зеленомошными и сфагновыми ельниками, чередующимися с участками ерниковых и можжевельниковых тундр и многочисленными верховыми сфагновыми болотами. К востоку, в нижнем течении р. Шапкина и по ее притокам, площади редкостойных еловых с березой, а иногда и с лиственницей лесов занимают второе место после ерниковых тундр и бугристых болот. Такой же характер растительности сохраняется в лесотундре от среднего течения р. Колва до устья Лемвы и р. Юньяха. На боровых террасах ближе к р. Печора появляются редкостойные сосновые леса. Горные склоны Полярного Урала в бассейнах рек Пача и Харута и в верховьях р. Юньяха относят к лесотундровой полосе. В нижней части склонов располагаются лиственничные, березовые, а ближе к Приполярному Уралу – еловые редкостойные леса и ерниковые тундры, выше – пояс ольховниковых и ивняковых сообществ, сменяющийся кустарничковыми, моховыми и лишайниковыми горными тундрами, от 750 м над у.м. – гольцами. Долины рек облесены и закустарены.

Большая протяженность северной подзоны тайги обусловила значительное разнообразие растительных сообществ. Древостои отличаются низкорослостью и слабой сомкнутостью крон. В левобережье нижнего течения р. Печора (реки Косма, Тобыш и Цильма) господствуют заболоченные ельники и верховые сфагновые болота, на возвышенных участках появляются ельники зеленомошные и фрагменты ерниковых тундр. Восточнее, в низовьях Цильмы, Ижмы и на прилегающем к ним участке р. Печора, располагаются крупные массивы сосновых лесов лишайниковых и зеленомошных, в депрессиях – сфагновых. Повсеместно встречается лиственница. По правым (реки Ерса и Мутная) и левым (реки Вадма и Лыжа) притокам р. Печора территория сильно заболочена, наряду с

Заболоченный еловый сфагновый лес северной тайги.

Сосновые лишайниковые леса в долине нижнего течения р. Печора.

многочисленными мелкими болотами на ее правобережье находится болото Океан площадью 1790 км^2 – одно из крупнейших не только в Республике Коми, но и в Европе. Встречаются заболоченные ельники и березняки. Специфические черты растительности обнаружены в пределах Тимана (верховья рек Вымь и Мезень, реки Печорская Пижма, Белая Кедва и Ухта), где господствуют еловые, елово-лиственничные и лиственнич-

Болото Океан – одно из крупнейших в Европе.

ные леса зеленомошных типов, значительные площади заняты хвойно-мелколиственными и березовыми лесами, боровые террасы – сосновыми древостоями. Болот почти нет. В среднем течении рек Вымь и Ижма (левобережье) увеличивается роль заболоченных ельников и верховых болот, площадь последних возрастает в северном направлении.

В восточной части северной подзоны тайги (правобережье р. Ижма) площади болот уменьшаются, преобладают зелено- и долгомошные ельники, второе место принадлежит лишайниковым и зеленомошным сосновым лесам, часто с примесью лиственницы. Обширная флювиогляциальная песчаная равнина бассейна р. Кожва занята сосновыми, в низинах – заболоченными лесами. Зеленомошные, травянистые и сфагновые ельники встречаются в долине реки и по ее притокам. Южнее (реки Чикшина, Велью и Лемью) еловые и березовые леса переходят на междуречные пространства, где чередуются с болотами, среди которых Дзернюр – одно из крупных в регионе. На правобережье Печоры между ее долиной и реками Уса, Вангыр и Большой Паток характер растительности меняется мало: возрастает заболоченность, по р. Уса встречаются фрагменты ерниковых тундр и бугристых болот, здесь расположено самое большое в республике Усинское болото (Юрковская, 1980). Холмисто-увалистый рельеф Приуралья (бассейны нижнего течения Щугора, Вуктыла, Когеля) занимают елово-пихтовые леса, в низинах – с кедром, нередки болота. Южная часть Приполярного Урала от верховьев р. Косью до верховьев р. Щугор по широтному положению и характеру растительности относится к северной подзоне тайги. Это территория со средне- (650-700 м) и высокогорным (1000-1885 м) рельефом с горными елово-пихтовыми и елово-березовыми лесами с участием кедра. Верхнюю границу леса образуют древостои из лиственницы и березы извилистой. Выше 500-650 м располагаются горные тундры.

Лиственничный зеленомошный лес.

Усинское болото.

Всю северную подзону тайги пересекает р. Печора с ее широкой хорошо разработанной долиной. Боровые террасы почти на всем ее протяжении занимают сосновые леса с участием лиственницы, прирусловые части поймы – древовидные и кустарниковые ивняки. Для нижнего течения реки характерно наличие крупных массивов лугов, выше (среднее течение)

Елово-кедровый лес Приуралья.

Елово-пихтовый лес Приуралья.

их площади сокращаются. В этом же направлении меняется лесная растительность долины: в низовьях господствуют хвойно-мелколиственные леса, южнее увеличивается участие ельников, пихтарников, березняков зеленомошных и травянистых типов. В древостоях появляется кедр.

Долина нижнего течения р. Печора.

Северная граница средней подзоны тайги пересекает среднее течение р. Вашка, Мезенскую петлю, среднее течение Выми, р. Ухта, доходит до верховьев р. Ижма, пересекает р. Печора (в районе Вуктыла) и по ее правому берегу спускается до истоков этой реки. Доминируют в подзоне сомкнутые чернично-зеленомошные, на заболоченных пространствах – долгомошные и сфагновые ельники (Юдин, 1954). Значительные площади занимают болота, но распределены они неравномерно (Юрковская, 1980). В результате рубок и пожаров в средней тайге сформировались вторичные елово-березовые, березовые и осиновые древостои. Сосновые леса представлены лишайниковыми, зеленомошными и сфагновыми типами (Лащенкова, 1954б). В западной части подзоны (бассейны рек Вашка, Мезень и Вымь, долина р. Вычегда до впадения Выми) господствуют сосновые леса, занимающие боровые террасы и флювиогляциальные равнины. Обширные междуречные пространства покрыты сфагновыми болотами. Еловые леса располагаются в долинах рек и на возвышенных участках междуречий. Преобладают зеленомошные типы, в депрессиях рельефа – долгомошные и сфагновые. В древостоях обычна примесь пихты и лиственницы. Елово-пихтовых и березовых лесов немного. В поймах рек встречаются массивы лугов, древовидные ивняки. В бассейнах рек Вишера и Нившера растительность существенно меняется. Увеличивается площадь болот. Особенно крупные болотные массивы отмечаются вокруг оз. Синдор и в нижнем течении Нившеры. Еловых лесов много, но значительная их часть заболочена и представлена долгомошными и сфагновыми типами. Участки дренированных зеленомошных и травянистых ельников и елово-пихтовых сообществ встречаются в долинах рек. Местами появляется примесь кедра, который находится здесь на западном пределе своего распространения. Повсеместно присутствуют вторичные хвойно-мелколиственные леса.

Еловый чернично-зеленомошный лес подзоны средней тайги.

Сосновый зеленомошный лес подзоны средней тайги.

Значительная часть средней подзоны тайги в пределах республики расположена к югу от р. Вычегда. Западное положение занимают бассейны рек Луза и Сысола. Большие площади этой территории покрыты вторичными хвойно-мелколиственными, березовыми и осиновыми лесами (Дегтева, 2001). По р. Луза и в верховьях Сысолы господствуют ельники, часто с примесью пихты. В подлеске смешанных и темнохвойных лесов встречается липа мелколистная, не достигающая величины взрослого дерева. По р. Сысола она доходит до Сыктывкара. Долины рек облесены и закустарены. Сосняки занимают боровые террасы и возвышенные участки водоразделов, заболоченных среди них почти нет. Низинных и переходных болот мало, луга расположены в поймах рек. Вниз по течению р. Сысола сохраняются те же растительные сообщества, несколько возрастают площади сосняков (в том числе и заболоченных) и болот.

Вторичный березово-сосновый зеленомошный лес.

Более восточное положение занимает бассейн р. Локчим с притоками. В растительном покрове преобладают ельники иногда с примесью пих-

Болотный массив около оз. Синдор.

Пойменный разнотравный луг в пойме р. Сысола.

ты и лиственницы, вторичные елово-березовые и березовые сообщества. Существенную роль играют зеленомошные, лишайниковые, долгомошные и сфагновые сосновые леса. Массивы лугов в поймах невелики, болот мало. Северная Кельтма – левый приток Вычегды – занимает низменную равнину, покрытую сильно обводненными верховыми, переходными сфагновыми и низинными осоковыми болотами, образующими крупные болотные системы. Второе место занимают заболоченные еловые и елово-пихтовые леса. Сосняки на боровых террасах относятся к зеленомошным, на междуречьях – к сфагновым типам.

Крупнотравные ивняки в поймах крупных рек бассейна р. Вычегда.

Растительность Южного Тимана отличается некоторым своеобразием. Рельеф территории – от холмистого до низкогорного (200-320 м над у.м.). Господствуют елово-пихтовые, пихтовые, еловые сообщества зеленомошные и травянистые, иногда с содоминированием кислицы и папоротничков. Существенную роль, особенно на возвышенности Жежим-Парма, играют высокоствольные березняки и осинники. Сосняков, лугов и болот мало. Примесь лиственницы и кедра незначительна.

Севернее по верхней Ижме, рекам Сойва, Седью и Северная Мылва

Долина р. Локчим.

полого-увалистый и холмистый рельеф сохраняется вблизи рек, междуречья представляют собой равнины. На склонах преобладают ельники зеленомошные, в долинах рек – пихтовые и елово-пихтовые древостои, на междуречных пространствах – еловые леса с долгомошным и долгомошно-сфагновым покровом. Значительные площади заняты березняками и вторичными смешанными лесами. Крупные массивы сосняков рас-

Заболоченный сосновый сфагновый лес.

Долина верхнего течения р. Ижма.

полагаются по рекам Велью и Ижма. Встречаются участки лиственничников (реки Сойва, Ижма и Седью), в лесах присутствует кедр. На равнинах много болот, среди них Мартюшевское болото.

В бассейне р. Нем и на прилегающем к ее устью отрезке р. Вычегда господствуют сосновые лишайниковые и зеленомошные, в депрессиях –

Верховое кустарничково-сфагновое болото.

Темнохвойная тайга в бассейне р. Ильич.

долгомошные и сфагновые леса. Ельники и елово-пихтовые древостои встречаются в долинах рек и в виде отдельных массивов – на водоразделах. Большие пространства занимают болота. Березняков и осинников мало, пихта – в виде примеси в хвойных лесах, есть участки лиственничников (по р. Нем).

Долина среднего течения р. Печора.

Восточнее р. Печора располагается возвышенный район Приуралья (300-450 м над у.м.), охватывающий в подзоне средней тайги бассейны Илыча, верхней Печоры и Уньи. Темнохвойные леса представлены еловыми, пихтовыми, елово-пихтовыми зеленомошными и травянистыми, в понижениях – травяно-сфагновыми сообществами. Боровые террасы и края водоразделов заняты лишайниковыми, зеленомошными, долгомошными и сфагновыми сосновыми лесами, часто с примесью лиственницы.

Долина р. Печора пересекает среднетаежную подзону с юга на север от верховьев до р. Подчерем. Ее ширина достигает 5-6 км, в ее пределах имеется три-четыре террасы. Пойменная терраса занята лугами, елово-пихтовыми и березовыми травянистыми лесами, ивняками и низинными болотами. Надпойма сильно облесена еловыми, пихтовыми, елово-пихтовыми и смешанными березово-еловыми сообществами.

Южная подзона тайги занимает небольшую территорию на юге республики, охватывая бассейн р. Летка, верхнее течение р. Сысола (истоки) и верховья р. Луза. Доминируют еловые и елово-пихтовые леса южнобореального типа, вторичные березняки, осинники и хвойно-мелколиственные сообщества травянистых и травяно-зеленомошных типов. Слабо заболоченные ельники с березой встречаются в депрессиях междуречий. Южнотаежные черты проявляются в наличии в хвойных лесах кустарникового яруса (шиповник майский, калина, жимолость лесная), участии в подлеске липы мелколистной, а в напочвенном покрове – южных видов лесных трав (например, копытень и медуница). Лугов и болот мало. Характерно формирование сероольховых зарослей на залежах.

Глава третья

ОРГАНИЗАЦИЯ РЕСУРСОВЕДЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ В РЕСПУБЛИКЕ КОМИ

Принципы и методы ботанического ресурсоведения

Лекарственные растения относят к возобновляемым природным ресурсам, однако ненормированная их заготовка наносит непоправимый вред природным популяциям. Выявлением местообитаний, мобилизацией и воспроизводством растительных ресурсов занимается ботаническое ресурсоведение, основные принципы и методы которого следует знать при изучении лекарственных растений в региональных флорах.

Все многообразие ресурсоведческих работ укладывается в два основных направления, тесно связанных друг с другом. Теоретический аспект включает разработку общих положений ресурсоведения и методик для долгосрочных и единовременных ресурсоведческих оценок территорий, а также вопросы, связанные с сохранением биоразнообразия, экологического зонирования территорий, изучением степени загрязнения сырья в результате антропогенного воздействия. Практическое применение теоретических разработок состоит, прежде всего, в рациональной организации заготовок. Задачей ресурсоведения лекарственных растений является выявление тех видов дикорастущих растений, препараты из которых обладают выраженным фармакологическим действием и терапевтическим эффектом. Решение этой центральной задачи предполагает несколько этапов. В частности, изучение химического состава растений и динамики накопления важнейших классов биологически активных соединений, выявление зависимости их качественного состава и количественного содержания от эколого-географических условий мест произрастания растений. Параллельно проводят фармакологические испытания, в рамках которых определяют, в том числе, специфическую активность, острую и хроническую токсичность, терато- и канцерогенность. В тех случаях, когда предварительные испытания подтверждают перспективность введения в медицину исследуемого вида, разработку доводят до стадии получения препарата и лекарственного средства. Принципиально к ресурсоведческой оценке объектов и территорий существуют два основных подхода. Один из них заключается в единовременном изучении ресурсного состояния территории или конкретных видов растений и реализуется в ходе экспедиционных

обследований разного уровня точности по специальным методикам*. Другой подход связан с многолетними стационарными наблюдениями и, в конечном счете, направлен на организацию мониторинга среды и главнейших промысловых массивов.

В соответствии с методикой ресурсоведческих исследований, экспедиционное обследование складывается из нескольких основных этапов: а) отбор объектов ресурсоведческого обследования, б) подготовительные работы, в) собственно полевой сбор необходимых данных; г) камеральная обработка данных, полученных во время полевого обследования, и составление отчетных документов.

При проведении подготовительных работ в начале определяют задачи исследования, оценивают запасы лекарственного сырья и определяют объем заготовок, планируют вероятные сроки и продолжительность полевых работ. Если речь идет лишь об определении запасов одного или нескольких видов растительного сырья, то в один экспедиционный сезон могут быть обследованы несколько административных районов. Если работы связаны с прогнозированием сроков восстановления запасов после проведения заготовок, то экспедиционное обследование занимает несколько полевых сезонов. Перед началом полевых работ необходимо собрать все нужные сведения и приобрести картографический материал. Целесообразно составить достаточно полную эколого-ценотическую характеристику обследуемых растений (установить, в каких растительных сообществах встречаются данные виды и какие местообитания наиболее благоприятны для их произрастания). Для этого проводят изучение гербариев ботанических организаций. После проработки и изучения всего собранного материала разрабатывают схемы маршрутов, которые должны охватывать возможно большее число участков, где могут произрастать лекарственные растения. Довольно часто исследователи пользуются этно-ботаническими работами, а также опрашивают местное население и лесников. На подготовительном этапе определяют также основной метод оценки запасов сырья. Существуют два основных метода ресурсоведческих работ: определение запасов на конкретных зарослях и оценка запасов сырья методом ключевых участков.

При оценке запасов на конкретных зарослях получают достоверные (для обследованных массивов), но неполные сведения (для всего изучаемого региона). Такие данные можно использовать для организации заготовок, но для долгосрочного ресурсного прогнозирования они недостаточны и сравнительно быстро теряют достоверность. Использование метода ключевых участков дает менее точные (по условиям конкретных зарослей), но более полные и стабильные данные. Их целесообразно использовать для долгосрочного прогнозирования ресурсоведческой обеспеченности и планирования заготовок сырья, но для практической организации заготовок они дают меньше информации. Следует отметить, что последний метод можно применять лишь для определения запасов сырья, когда виды четко приурочены к определенным растительным сообществам или элементам рельефа. Предполагается также, что в распо-

---

* Методика определения запасов лекарственных растений. М., 1986. – (Приказ Государственного комитета СССР по лесному хозяйству от 05.03.1986 г.).

ряжении исследователей имеется весь необходимый картографический материал. Во многих случаях целесообразно применять оба метода.

Для полевых обследований организуют экспедиции. В полевых условиях используют данные, полученные в ходе подготовительных работ. Важнейшей задачей на этом этапе является выявление промысловых зарослей, установление границ массивов заготовок, определение урожайности лекарственных растений и оценка величины их запасов на этих участках и массивах. Изучая растительность на местности по разработанным в результате подготовительных работ маршрутам, устанавливают местонахождение промысловых зарослей и массивов и наносят их на выкопировки топографических карт с помощью системы условных знаков и обозначений.

Для определения площади заросли приравнивают ее вид к какой-либо геометрической фигуре и измеряют длину, ширину и диаметр, определяют и другие параметры, необходимые для расчета площади этой фигуры, общеизвестными методами. Иногда, особенно в степных районах, в тех случаях, когда заросль располагается вдоль дороги и ширина ее относительно мало изменяется, допускается измерение по спидометру автомашины. В том случае, если заросль более или менее соответствует, например, выделу геоботанической карты или плану лесонасаждений, то площадь ее устанавливают по указанным материалам с помощью палетки или путем точного взвешивания соответствующих участков выкопировки. Если растения в заросли распределяются неравномерно и образуют отдельные пятна (куртины), можно вначале определить площадь всей территории, где встречается изучаемый вид, а затем долю (%) площади, занятой этим видом. Это можно сделать путем прокладки на обследуемом участке серии параллельных и перпендикулярных маршрутных ходов, разбитых на равные по длине отрезки. В пределах каждого такого отрезка подсчитывают часть, пройденную по пятну, занятому изучаемым видом.

Определение урожайности (плотности запаса сырья). Между понятиями урожайность и плотность запаса сырья имеются определенные различия, но многие специалисты, занимающиеся ресурсоведением лекарственных растений, отождествляют их. Урожайность (плотность запаса сырья) – величина сырьевой фитомассы, полученная с единицы площади ($м^2$, га), занятой зарослью. Реальная урожайность значительно изменяется в разных зарослях и зависит от многих факторов (например, она может меняться в разные годы, а при многолетних наблюдениях за промысловыми зарослями или массивами необходимо определять этот ресурсоведческий показатель ежегодно). Обычно на практике определение урожайности производят при помощи метода использования учетных площадок, метода модельных экземпляров и на основании определения проективного покрытия.

Выбор метода необходимо связывать с особенностями жизненной формы и габитуса растения и его частью, используемой в качестве сырья. Урожайность некрупных травянистых растений и кустарников, у которых в качестве сырья используют надземные органы, обычно определяют на учетных площадках. Этот метод является точным, так как при

его использовании не производят дополнительных пересчетов, которые снижают точность оценки. При оценке урожайности подземных органов или при работе с крупными растениями, для которых требуется закладка учетных площадок большого размера, этот метод слишком трудоемок, поэтому в таких случаях расчет производят при помощи метода модельных экземпляров. В случае расчетов урожайности для травянистых низкорослых растений и кустарничков, когда они образуют плотные дерновинки, применяется метод оценки урожайности на основе проективного покрытия. Рассмотрим методику определения урожайности на учетных площадках, которая использовалась нами, на примере определения продуктивности смолевки татарской.

Определение урожайности на учетных площадках. При проведении данных работ общепринятым является следующее. Учетной площадкой называют участок поверхности определенного размера (от 0.25 до 10 м^2), заложенный в пределах промысловой заросли или массива для определения массы сырья, численности растений или учета проективного покрытия. Размер площадки любой формы (прямоугольной, круглой, квадратной) считают оптимальным, если на ней помещается не менее пяти взрослых экземпляров растений. На основании разницы между минимальной и максимальной массой сырья, собранного с одной учетной площадки, можно получить данные о необходимом числе площадок для точности результатов. При разнице не более чем в 5-7 раз можно ограничиться 15 заложенными площадками. При разнице в 15-20 раз обычно закладывают еще 15-20 площадок. Число площадок можно определить с помощью широко применяемой формулы: $n = v^2/p^2$, где n – необходимое число площадок, p – требуемая точность (обычно 15 %), v – коэффициент вариации, определенный по формуле: $v = 100S/x$, где x – среднее арифметическое, S – среднее квадратичное отклонение. Величину среднего квадратичного отклонения определяют по формуле $S = ak$, где a – разница между максимальным и минимальным значениями измеряемого признака, k – коэффициент, зависящий от числа заложенных площадок (величины выборки n).

Методология биохимических исследований лекарственных растений

Изучение распространения отдельных веществ или их групп по системе растений является предметом хемотаксономии и сравнительной биохимии. Методологической основой поиска новых перспективных видов лекарственных растений служит принцип их филогенетического родства (Высочина, 1989). Практически этот принцип уже давно используют при изучении распространения важнейших классов вторичных метаболитов в царстве растений. Так, например, новые источники алкалоидов наиболее вероятно следует искать в семействах лютиковых и рутовых, оксиметилантрахинонов – гречишных и крушиновых, кумаринов – зонтичных и рутовых и т.д. Эти же принципы лежат и в основе поиска внутри семейства. Так, флавоноиды, катехины и лейкоантоцианы можно найти в родах Polygonum L., Fagopyrum Mill., Rheum L., оксиметилантрахиноны – в родах Rumex L. и Rheum L. Однако, в пределах указанных родов могут также оказаться виды, не содержащие ожидаемых веществ. Например,

в богатом оксиметилантрахинонами р. Rumex (щавель) в растениях вида *Rumex scutatus* L. не обнаружено даже следов этих соединений. Поэтому априорное предположение о сходстве химического состава растений на основе систематической близости таксонов не всегда оправдано (Высочина, 1989).

На протяжении длительного периода развития биохимических исследований лекарственные растения характеризовала общая сумма основных действующих веществ (Минаева, 1989; Государственная фармакопея…, 1990). Между тем, действующие вещества определенной группы обычно представлены несколькими близкими, но не идентичными по структуре веществами, отличающимися и биологической активностью. Современный уровень биохимии требует не только выявления действующих веществ, но и структуры индивидуальных компонентов. Наряду с изучением основных групп действующих веществ, целесообразно выявлять и другие присутствующие в растениях биологически активные соединения других классов, наличие которых может либо усиливать, либо изменять действие основных компонентов. Можно предположить, что адаптогенное действие экдистероидов в экстракте рапонтикума сафлоровидного усилено присутствием в нем алкалоидов. Биохимические исследования растений на основе принципа филогенетического родства, например, рода полынь и родиола, семейство гречишных, имеют важное значение не только с практической точки зрения, но и с позиций фундаментальной науки, в том числе для решения вопросов филогенеза отдельных таксонов, понимания закономерностей биохимической эволюции – эволюции вторичного обмена (Минаева, 1989). Например, использование современных методов хемосистематики и молекулярной филогенетики позволило выявить закономерности распространения фитоэкдистероидов в сем. Asteraceae, Caryophyllaceae и тритерпеновых гликозидов в сем. Fabaceae (Шадрин и др., 2010; Володин и др., 2013).

Важным направлением хемотаксономических исследований является изучение внутривидовой химической изменчивости растений на внутри- и межпопуляционном уровнях. Такие исследования особенно важны для видов с широким ареалом. Так, при анализе географической изменчивости состава флавонолов у *Polygonum aviculare* L. (спорыш) удалось выделить восточно-азиатскую популяцию растений со своеобразным набором флавоноловых гликозидов, что и определило различия в характере диуретического эффекта по сравнению с растениями этого же вида, произрастающими в европейской части (Высочина, 1989). В то же время агликоновый состав флавоноидов остается неизменным во всех эколого-географических условиях, что свидетельствует об его генетической детерминированости. Варьируют лишь гликозидные формы, а именно тип, число и положение углеводных остатков, присоединенных к молекуле агликона (Высочина, 1989).

Следует отметить, что к настоящему времени уже сложился определенный стереотип биохимических исследований лекарственных растений (Минаева, 1989). Эти работы начинают с изучения отобранных в результате широкого скрининга перспективных видов растений в природных местообитаниях, при этом выявляют закономерности накопления вторичных метаболитов, характеризующие диапазон адаптивных изме-

нений в их биосинтезе. Далее следует этап первичной интродукции, когда изучают суточные, сезонные и возрастные ритмы в накоплении веществ специализированного обмена, позволяющие выявить адаптивные возможности растений при интродукции. Полученные результаты служат также основой рекомендаций для определения сроков заготовки лекарственного сырья. Важной областью биохимических исследований является выяснение эколого-биохимических взаимоотношений растений с другими организмами, в том числе растениями, микроорганизмами и насекомыми. Особо отмечается роль биохимических исследований в целях обеспечения сохранности биологически активных веществ от момента сбора растений до их переработки (Минаева, 1989).

Ресурсоведческие исследования лекарственных растений в Республике Коми

Для сохранения запасов и рационального использования лекарственного сырья, заготовка которого возможна в Республике Коми, существуют определенные правила. Во-первых, из перечня заготавливаемых исключают виды, охраняемые в России и Республике Коми (Красная книга..., 2009). Во-вторых, не допускают сбора сырья на особо охраняемых природных территориях (Печоро-Илычский биосферный заповедник, национальный парк «Югыд ва», заказники). В-третьих, запрещают заготовку лекарственных растений на загрязненных территориях (промышленные площадки, придорожные полосы, свалки).

Первый этап нашей работы включал составление списка видов для территории исследования, применяемых в практической медицине и народными целителями. Для этого использовали следующие публикации: «Атлас ареалов и ресурсов лекарственных растений СССР» (1976), «Государственная фармакопея СССР» (1990), работы С.Е. Землинского (1958), П.А. Волковой с соавторами (1963), В.П. Махлаюка (1992), И.В. Ильиной (1997а, б), С.А. Овеснова (1997), О.Г. Барановой (2002). Наличие видов в Республике Коми проверяли по картам ареалов в монографии «Флора северо-востока европейской части СССР» (1974, 1976, 1977) и спискам локальных флор (Мартыненко и др., 2008).

Результаты полевых работ на водоразделах и в долинах рек дополнили сведения о лекарственных растениях региона (Мартыненко и др., 1994; Мартыненко, 1995).

При заготовке сырья необходимо выполнять определенные правила: менять ежегодно места сбора, так как для восстановления природных популяций растений требуется время. Кроме того рекомендуется оставлять 20-25 % растений нетронутыми. Крупные заросли трав (например, лабазник вязолистный и пижма) можно косить косой или серпом, не следует выдергивать их с корнем, если используют только надземную часть. Допускают отбор трав из свежескошенного сена (например, тысячелистник и зверобой). Время заготовки травянистых растений – фаза бутонизации–цветения, у некоторых – плодоношения (например, горец змеиный, валериана и кровохлебка). В процессе сушки из 100 кг сырой массы получают 20 кг сухого сырья. Лечебные свойства растений в

сухом виде сохраняются от года до шести лет (Государственная фармакопея..., 1990). Корневища и корни выкапывают осенью, самые мелкие из них оставляют для возобновления. Меньше всего страдают в процессе заготовки растения, у которых собирают семена (тмин), плоды (рябина), ягоды (черника), если сборщики не пользуются механическими приспособлениями («комбайны» для сбора ягод), не ломают ветви деревьев (черемуха) и кустарников (калина). Семена, плоды и ягоды заготавливают в период их полного созревания. Почки (береза) и кору (крушина ольховидная) срезают рано весной. Предпочтение отдают массивам, где планируют вырубки и расчистки. В противном случае отбирают нижние ветви деревьев или три-четыре стволика кустарников. Пихтовую «лапку» стригут в конце лета. Сбор сырья проводят в сухую погоду, за исключением плауна булавовидного, споры которого заготавливают по росе или после дождя, чтобы не допустить высыпания спор из колосков. Все сырье сушат в тени под навесами или на чердаке, раскладывая тонким слоем и периодически переворачивая для равномерного высыхания. Готовое сырье помещают в бумажные пакеты, на которых указывают русское и латинское название вида, место и дату сбора, фамилию сборщика.

Условия произрастания официнальных видов определяли при описании растительных сообществ с их участием, а также по материалам Гербария Института биологии Коми НЦ УрО РАН (SYKO). Частоту встречаемости (%) каждого вида в подзонах тайги, лесных формациях и на пойменных лугах выявляли в крупных выборках (20х20 или 10х10 м) описаний (Шенников, 1984).

На основе методов, разработанных в отечественной ботанике (Работнов, 1950; Ценопопуляции…, 1976), сотрудники Института биологии изучали состояние некоторых природных популяций лекарственных растений – живучки ползучей (Дымова, Тетерюк, 2000), адониса сибирского и родиолы розовой (Полетаева, 2003), копытня европейского (Тетерюк, 2003), смолевки татарской – продуцентов фитоэкдистероидов (Володин и др., 2007). Для выявления ресурсного потенциала определяли плотность популяций (экз./м^2) и оценивали долю (%) генеративных особей на учетных площадках. Показатели продуктивности сухого лекарственного сырья (г/м^2) получены при взятии (не менее чем четырехкратная повторность) проб в сообществах с доминированием и содоминированием официнальных видов на площадках 50х50 см (Мартыненко, 1995). Урожайность ягодников приведена по данным республиканского Комитета лесов Минприроды (Лесное хозяйство…, 2000).

Содержание алкалоидов, стероидных и тритерпеновых гликозидов, экдистероидов, липидов, эфирных масел, фенольных соединений, микроэлементов определяли в лаборатории биохимии и биотехнологии и эколого-аналитической лаборатории (NOSS RU.0001.511257) Института биологии Коми НЦ УрО РАН. Содержание в плодах и ягодах аскорбиновой кислоты и дубильных веществ в коре ив определяли специалисты Аптекоуправления Республики Коми.

При описании видов лекарственных растений, произрастающих на территории Республики Коми, названия видов и семейств на латыни даны

по сводке С.К. Черепанова (1995), на русском языке – по «Флоре северо-востока европейской части СССР» (1974, 1976, 1977), на коми языке – по словарю А.Н. Ракина (1989). Для удобства поиска все виды расположены в тексте по алфавиту. После названия даны определение жизненной формы (дерево, кустарник, кустарничек), одно- или многолетнее травянистое растение, краткое описание основных признаков вегетативной и генеративной сферы. Химический состав и применение в медицине приведены по многотомной сводке «Растительные ресурсы СССР» (1984-1993) и другим источникам литературы. Указаны виды, включенные в Красную книгу Республики Коми (2009) и не подлежащие заготовке. Составлены карты распространения лекарственных растений, включенных в Государственную фармакопею СССР (1990) и дополненные новыми данными списки лекарственной флоры по административным районам республики на основе карт ареалов во «Флоре северо-востока европейской части СССР» (1974, 1976, 1977).

Помещенные в книгу сведения не являются исчерпывающими, они отражают лишь степень изученности лекарственных ресурсов в регионе.

Глава четвертая

ВИДОВОЕ РАЗНООБРАЗИЕ И КРАТКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РЕСУРСНЫХ ВИДОВ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ РЕСПУБЛИКИ КОМИ

Видовое разнообразие лекарственных растений Республики Коми

Лекарственные растения представлены 156 видами (без учета редких, заносных и культивируемых), что составляет 12.7 % всей флоры, но их список может быть дополнен. В него пока не включены виды растений, которые имеют очень ограниченное применение и их лекарственные свойства не доказаны, в том числе тайник овальнолистный (*Listera ovata*), кортуза Маттиоля (*Cortusa matthioli*), одноцветка одноцветковая (*Moneses uniflora*). Однако после изучения химического состава и фармакологических свойств растений местной флоры в список можно будет включить многие другие виды.

К растениям с большим эксплуатационным запасом, которые можно заготавливать в большем объеме как для нужд местного населения, так и для промышленных целей, условно относят 30 видов: сосна обыкновенная (*Pinus sylvestris*), ель сибирская (*Picea obovata*), лиственница сибирская (*Larix sibirica*), пихта сибирская (*Abies sibirica*), можжевельник обыкновенный (*Juniperus communis*) и м. сибирский (*J. sibirica*), чемерица Лобеля (*Veratrum lobelianum*), ива козья (*Salix caprea*), ольха серая (*Alnus incana*), береза пушистая (*Betula pubescens*), горец змеиный (*Bistorta major*), смородина черная (*Ribes nigrum*) и с. щетинистая (*R. hispidulum*), сабельник болотный (*Comarum palustre*), черемуха обыкновенная (*Padus avium*), шиповник иглистый (*Rosa acicularis*) и ш. майский (*R. majalis*), морошка (*Rubus chamaemorus*), рябина обыкновенная (*Sorbus aucuparia*), клюква болотная (*Oxycoccus palustris*) и к. мелкоплодная (*O. microcarpus*), черника (*Vaccinium myrtillus*), брусника (*V. vitis-idaea*), голубика (*V. uliginosum*), багульник болотный (*Ledum palustre*) и б. стелющийся (*L. decumbens*), вахта трехлистная (*Menyanthes trifoliata*), жимолость Палласа (*Lonicera pallasii*), береза повислая (*Betula pendula*), аконит высокий (*Aconitum septentrionale*). К растениям с небольшим запасом, имеющим малую продуктивность, ограниченное распространение или запрещенным к заготовке, относят 126 видов.

Во флоре Республики Коми встречаются растения, обладающие противовоспалительными, мочегонными, потогонными, желчегонными, ан-

тимикробными, слабительными, кровеостанавливающими, седативными, тонизирующими, противопаразитарными и другими свойствами. Большинство растений обладает несколькими лекарственными свойствами. Мочегонное действие оказывают более 40 видов, в том числе сосна обыкновенная (*Pinus sylvestris*), можжевельник обыкновенный (*Juniperus communis*), брусника (*Vaccinium vitis-idaea*), толокнянка обыкновенная (*Arctostaphylos uva-ursi*), хвощ полевой (*Equisetum arvense*), череда трехраздельная (*Bidens tripartita*). К группе растений с потогонными свойствами относится более 20 видов, среди них липа мелколистная (*Tilia cordata*), малина обыкновенная (*Rubus idaeus*), береза пушистая (*Betula pubescens*). Желчегонным действием обладают 13 видов, включая рябину обыкновенную (*Sorbus aucuparia*), шиповник иглистый (*Rosa acicularis*) и ш. майский (*R. majalis*), одуванчик лекарственный (*Taraxacum officinale*), пижму обыкновенную (*Tanacetum vulgare*). К растениям вяжущего действия принадлежат ольха серая (*Alnus incana*), черемуха обыкновенная (*Padus avium*), черника (*Vaccinium myrtillus*), горец большой (*Bistorta major*), калган (*Potentilla erecta*) и др. Для остановки кровотечений используют 21 вид, в том числе тысячелистник обыкновенный (*Achillea millefolium*), крапиву двудомную (*Urtica dioica*), кровохлебку лекарственную (*Sanguisorba officinalis*). При заболеваниях органов дыхания как отхаркивающие средства применяют 31 вид растений, например, багульник болотный (*Ledum palustre*), росянку круглолистную (*Drosera rotundifolia*), мать-и-мачеху обыкновенную (*Tussilago farfara*). Более 60 наименований растений относят к желудочным средствам, включая подорожник большой (*Plantago major*), тмин обыкновенный (*Carum carvi*), вахту трехлистную *(Menyanthes trifoliata*) и все вышеперечисленные виды вяжущего действия. Во флоре Республики Коми имеются растения, которые применяются как седативные (успокаивающие): валериана волжская (*Valeriana wolgensis*), синюха голубая (*Polemonium caeruleum*), душица обыкновенная (*Origanum vulgare*), тмин обыкновенный (*Carum carvi*) и мята полевая (*Mentha arvensis*). При лечении алкоголизма применяют плаун-баранец обыкновенный (*Huperzia selago*) и копытень европейский (*Asarum europaeum*), которые нужно использовать с особой осторожностью, так как эти растения ядовитые. Для лечения от паразитов применяют щитовник мужской (*Dryopteris filix-mas*), щавель курчавый (*Rumex crispus*), чемерицу Лобеля (*Veratrum lobelianum*), полынь горькую (*Artemisia absinthium)* и пижму обыкновенную (*Tanacetum vulgare*). В местной флоре имеются 10 видов растений, в том числе аконит высокий (*Aconitum septentrionale*), копеечник альпийский (*Hedysarum alpinum*), которые содержат вещества болеутоляющего действия. Некоторые из указанных видов также ядовиты. Споры плауна сплюснутого (*Diphasiastrum complanatum*), п. годичного (*Lycopodium annotinum*) и п. булавовидного (*L. clavatum*) применяют в качестве гигиенического средства (присыпка). При заболеваниях органов зрения употребляют плоды черники (*Vaccinium myrtillus).* Для лечения авитаминозов применяют 19 видов растений, в том числе клюкву болотную (*Oxycoccus palustris*), рябину обыкновенную (*Sorbus aucuparia*), сосну обыкновенную (*Pinus sylvestris*), бруснику (*Vaccinium vitis-idaea*), чернику (*V. myrtillus*), шиповник иглистый (*Rosa acicularis*) и малину обыкновенную (*Rubus idaeus*) При кожных заболеваниях можно использовать траву череды трехраздельной (*Bidens tripartita)*, чистотела большого (*Chelidonium majus*), калужницы болотной (*Caltha palustris).* Виды рода пальчатокоренник (Dactylorhiza), родиола розовая (*Rhodiola rosea*), пион уклоняющийся (*Paeonia anomala*), со-

сна сибирская или кедр (*Pinus sibirica*) в республике охраняются и заготовке не подлежат.

Лекарственные растения, использующиеся коми населением, можно условно разделить на широко и ограниченно применяемые группы. К первой можно отнести 35 видов, в том числе березу пушистую *(Betula pubescens*), морошку (*Rubus chamaemorus*), бруснику (*Vaccinium vitis-idaea*) и чернику (*V. myrtillus*). Во вторую входят остальные виды, например, сушеница топяная (*Filaginella uliginosa*), синюха голубая (*Polemonium caeruleum*) и росянка круглолистная (*Drosera rotundifolia*). Ограниченное использование многих из указанных видов прежде всего связано с утратой прошлого опыта народной медицины, отсутствием современных знаний об идентификации видов и, как следствие этого, ошибочными сборами. Некоторые виды стали широко применять в России совсем недавно, например, очанку лекарственную (*Euphrasia officinalis*) и сабельник болотный (*Comarum palustre*), что связано с рекламой биологические активных добавок к пище и лекарственных препаратов на их основе.

Ядовитыми являются более 20 видов лекарственных растений, в том числе плаун-баранец обыкновенный (*Huperzia selago*), щитовник мужской (*Dryopteris filix-mas*), чемерица Лобеля (*Veratrum lobelianum*), копытень европейский (*Asarum europaeum*), чистотел большой (*Chelidonium majus*), кубышка желтая (*Nuphar lutea*), калужница болотная (*Caltha palustris*), аконит высокий (*Aconitum septentrionale*), живокость высокая *(Delphinium elatum*), адонис сибирский *(Adonis sibirica)*, волчье лыко обыкновенное (*Daphne mezereum*), багульник болотный (*Ledum palustre*), пижма обыкновенная (*Tanacetum vulgare*), белокрыльник болотный (*Calla palustris*), вороний глаз обыкновенный (*Paris quadrifolia*).

К сожалению, местное население собирает некоторые лекарственные растения в большом количестве, что приводит к сокращению численности или исчезновению их популяций. Например, на Приполярном Урале под угрозой исчезновения находятся родиола розовая (*Rhodiola rosea*) и пион уклоняющийся (*Paeonia anomala*), на Среднем Тимане – тимьян Талиева (*Thymus talijevii*), адонис сибирский (*Adonis sibirica*) и пион уклоняющийся. При сборе некоторых видов лекарственных растений происходят ошибки из-за их неправильной идентификации. Чаще всего вместо ромашки аптечной (*Matricaria recutita*), которая в Республике Коми встречается редко или только в южных районах, и ромашки душистой (*Lepidotheca suaveolens*) по ошибке собирают трехреберник продырявленный (*Tripleurospermum perforatum*), который не обладает нужными свойствами. Из других часто встречающихся ошибок можно упомянуть сбор очитка пурпурного (*Sedum purpureum*) вместо родиолы розовой (такое отмечается в южных районах, где родиола не произрастает), вербейника обыкновенного (*Lysimachia vulgaris*) и золотой розги (*Solidago virgaurea*) вместо зверобоя четырехгранного (*Hypericum quadrangulum*).

В целях обеспечения лекарственным сырьем фармацевтической промышленности необходимо создавать плантации лекарственных растений, а для охраны природных популяций – дополнительные заказники и памятники природы.

Флористический анализ лекарственных растений показал, что к папоротникам принадлежат страусник обыкновенный (*Matteuccia struthiopteris*), щитовник мужской (*Dryopteris filix-mas*), к плауновидным – плаун булавовидный (*Lycopodium clavatum*) и плаун-баранец обыкновенный (*Huperzia selago*), к хвощам – хвощ полевой (*Equisetum arvense*), к голосеменным растениям – сосна обыкновенная (*Pinus sylvestris*) и сосна сибирская, или кедр (*P. sibirica*), лиственница сибирская (*Larix sibirica*), пихта сибирская (*Abies sibirica*), ель сибирская (*Picea obovata*), можжевельник обыкновенный (*Juniperus communis*). К однодольным растениям относят восемь видов: пырей ползучий (*Elytrigia repens*), зубровка душистая (*Hierochloe odorata*), душистый колосок (*Anthoxanthum odoratum*), чемерицу Лобеля (*Veratrum lobelianum*), пальчатокоренник Фукса (*Dactylorhiza fuchsii*), любку двулистную (*Platanthera bifolia*), белокрыльник болотный (*Calla palustris*), вороний глаз обыкновенный (*Paris quadrifolia*). Остальные виды принадлежат к двудольным растениям.

Наибольшое число видов содержат семейства астровых (Asteraceae) – 21 таксон, розоцветных (Rosaceae) – 16, лютиковых (Ranunculaceae) – девять, капустных (Brassicaceae) – восемь, вересковых (Ericaceae) – семь, бобовых (Fabaceae) – шесть.

Большинство видов принадлежит к бореальной широтной группе (95 вида, или 60.9 %), которые встречаются во всех растительных сообществах и часто являются доминирующими, например, пихта сибирская (*Abies sibirica*), горец змеиный (*Bistorta major*), дудник лекарственный (*Angelica archangelica*). Из северных широтных групп отмечают только гипоарктические виды (9, или 5.7 %), которые произрастают в лесах, на болотах и в тундрах, например, морошку (*Rubus chamaemorus*) и голубику (*Vaccinium uliginosum*). Суммарное участие южных широтных групп составляет 25 видов (16.1 %). Неморально-бореальные виды (10, или 6.4 %), например, щитовник мужской (*Dryopteris filix-mas),* черемуху обыкновенную (*Padus avium*) и крушину ольховидную *(Frangula alnus*) отмечают в лесных сообществах южных и центральных районов республики. Неморальные видов (7, или 4.5 %), в том числе копытень европейский (*Asarum europaeum*), живучка ползучая (*Ajuga reptans*) и калина обыкновенная (*Viburnum opulus*), произрастают в лесах южных районов республики. Лесостепные виды (8, или 5.1 %), например, адонис сибирский (*Adonis sibirica*), копеечник альпийский (*Hedysarum alpinum*), очиток едкий (*Sedum acre*) и василек шероховатый (*Centaurea scabiosa*) встречаются в сухих светлых лесах, по песчаным берегам. Полизональные виды (26, или 16.7 %), в том числе хвощ полевой (*Equisetum arvense*), крапива двудомная (*Urtica dioica*), лопух войлочный (*Arctium tomentosum*) и ромашка пахучая (*Lepidotheca suaveolens*), которые в основном являются сорными, отмечены по обочинам дорог, на полях, огородах, пустошах, вырубках.

К евроазиатский группе относят 41 % видов, включая кубышку желтую (*Nuphar lutea*), землянику лесную (*Fragaria vesca*) и тысячелистник обыкновенный (*Achillea millefolium*), которые характерны для многих растительных сообществ на территории республики. К голарктической группе (29.5 %) отнесены растения, произрастающие в северном полушарии (Северная Америка и Евразия), например, щавель курчавый (*Rumex crispus*), клюква болотная (*Oxycoccus palustris*) и плаун булавовидный (*Lycopodium clavatum*). Доля видов с европейскими ареалами состав-

ляет 19.2 %, в их числе ольха серая (*Alnus incana*), сон-трава открытая (*Pulsatilla patens*), волчье лыко обыкновенное (*Daphne mezereum*) и живучка ползучая (*Ajuga reptans*) азиатских видов 5.8 %, в их числе пихта сибирская (*Abies sibirica*), адонис сибирский (*Adonis sibirica*), пион уклоняющийся (*Paeonia anomala*), жимолость Палласа (*Lonicera pallasii*). Космополитных видов, т.е. встречающихся на всех материках, – 3.8 %, в их числе горец птичий (*Polygonum aviculare*), пастушья сумка обыкновенная *(Capsella bursa-pastoris*), вьюнок полевой *(Convolvulus arvensis*). Все они произрастают на сорных и нарушенных местах (поля, огороды, свалки, обочины дорог).

Один вид лекарственных растений является эндемичным для европейского Северо-Востока – тимьян Талиева (*Thymus talijevii*) из семейства губоцветных (Labiatae) и как охраняемый заготовке не подлежит.

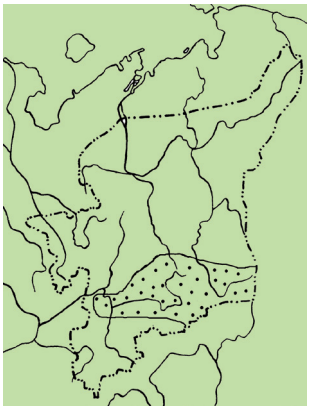
К многолетним травам относят 69.3 % лекарственных растений, в их числе таволга вязолистная (*Filipendula ulmaria)*, бедренец камнеломка (*Pimpinella saxifraga*) и лопух войлочный (*Arctium tomentosum*). На порядок меньше (9.7 %) однолетних трав, представленных дымянкой лекарственной *(Fumaria officinalis*), дескурайнией Софии (*Descurainia sophia*), фиалкой трехцветной (*Viola tricolor*). На кустарнички, кустарники и деревья приходится по 11 видов (всего 7.0 %). К кустарничкам относят широко применяемые в медицине коми виды, в том числе бруснику (*Vaccinium vitis-idaea*), чернику (*V. myrtillus*), толокнянку обыкновенную (*Arctostaphylos uva-ursi*), клюкву болотную (*Oxycoccus palustris*) и багульник болотный (*Ledum palustre*). Из кустарников отмечены, например, калина обыкновенная (*Viburnum opulus*), крушина ольховидная (*Frangula alnus*), можжевельник обыкновенный (*Juniperus communis*), шиповник иглистый (*Rosa acicularis*) и малина обыкновенная (*Rubus idaeus*); из деревьев – рябина обыкновенная (*Sorbus aucuparia*), сосна обыкновенная (*Pinus sylvestris*), ольха серая (*Alnus incana*), ива козья (*Salix caprea*) и липа мелколистная (*Tilia cordata*).

Большинство лекарственных видов растений произрастает в лесных (32.7 %) и луговых (30.1 %) сообществах. В лесных сообществах это брусника (*Vaccinium vitis-idaea*), черника (*Vaccinium myrtillus*), борец высокий (*Aconitum septentrionale*) и живучка ползучая (*Ajuga reptans*). В луговых сообществах часто отмечают таволгу вязолистную (*Filipendula ulmaria*), щавель курчавый (*Rumex crispus*), чину луговую (*Lathyrus pratensis*), борщевик сибирский (*Heracleum sibiricum*) и пижму обыкновенную (*Tanacetum vulgare*). Виды смешанных лесо-луговых сообществ составляют 8.3 %, в их числе василисник желтый (*Thalictrum flavum),* земляника лесная (*Fragaria vesca*), будра плющевидная *(Glechoma hederacea*), вероника лекарственная *(Veronica officinalis*), золотая розга обыкновенная (*Solidago virgaurea*). В различных водоемах отмечены шесть видов (3.8 %) лекарственных растений: кубышка желтая (*Nuphar lutea*), горец водяной перец (*Persicaria hydropiper*), горец земноводный (*Persicaria amphibia*), калужница болотная (*Caltha palustris*), дербенник иволистный (*Lythrum salicaria*), белокрыльник болотный (*Calla palustris*). На болотах произрастает девять видов растений (5.8 %), в их числе багульник болотный (*Ledum palustre*), горец змеиный, или большой (*Bistorta major*), пальчатокоренник Фукса (*Dactylorhiza fuchsii*), росянка круглолистная (*Drosera rotundifolia)*, морошка (*Rubus chamaemorus*), сабельник болотный *(Comarum palustre)*, клюква болотная (*Oxycoccus palustris*) и вах-

та трехлистная *(Menyanthes trifoliata*), подбел узколистный (Andromeda polifolia). Тундровых видов всего два: родиола розовая (*Rhodiola rosea*) и ложечная трава арктическая (*Cochlearia arctica*). Тимьян Талиева встречается преимущественно на скальных обнажениях Тимана и Уральских гор. Среди лекарственных растений значительное число сорных видов (18.0 %), которые произрастают на нарушенных местах – обочинах дорог, пустошах, огородах и мусорных местах, в их числе крапива двудомная *(Urtica dioica*), пастушья сумка обыкновенная *(Capsella bursa-pastoris*), желтушник левкойный *(Erysimum cheiranthoides*), фиалка трехцветная (*Viola tricolor*), полынь обыкновенная *(Artemisia vulgaris*) и ромашка душистая *(Lepidotheca suaveolens*).

В Красную книгу Республики Коми (2009) включены 15 из 156 лекарственных растений и их сбор запрещен. К высшей категории 1 охраны отнесен находящийся под угрозой исчезновения адонис сибирский (*Adonis sibirica*). Категории 2(V), включающей растения с сокращающейся численностью, принадлежат восемь видов, а именно сосна сибирская, или кедр (*Pinus sibirica*), пион уклоняющийся (*Paeonia anomala*), родиола розовая (*Rhodiola rosea*), курильский чай (*Pentaphylloides fruticosa),* тимьян Талиева (*Thymus talijevii*), липа сердцевидная (*Tilia cordata*), бузина красная (*Sambucus racemosa*), душица обыкновенная (*Origanum vulgare*). К категории 3(R) – три вида: щитовник мужской (*Dryopteris filix-mas*), копеечник альпийский (*Hedysarum alpinum*) и смолка обыкновенная (*Steris viscaria*), которые являются редкими, их популяции малочисленны, распространены на ограниченной территории. Виды с неопределенным статусом охраны – категории 4(I) – среди лекарственных растений на территории республики отсутствуют. К категории 5(Cd) отнесены три вида – любка двулистная (*Platanthera bifolia*), пальчатокоренник Фукса (*Dactylorhiza fuchsii*) и кувшинка чисто-белая (*Nymphaea candida*), имеющие в настоящее время высокую численность, но подвергающиеся интенсивному уничтожению из-за лекарственных и декоративных свойств и поэтому нуждающиеся в биологическом надзоре.

Таким образом, нами выявлен видовой состав и дана ресурсная характеристика лекарственных растений, выполнен анализ их географической структуры, обобщены данные о лекарственных свойствах и использовании растений местным населением. Список лекарственных растений Республики Коми могут дополнить новые виды, так как эколого-биологическое, биохимическое и этно-ботаническое изучение местной флоры продолжается.



АДОНИС СИБИРСКИЙ

***Adonis sibirica* Patrin ex Ledeb.**
(Сем. Лютиковые – Ranunculaceae)

коми – краснояр турун

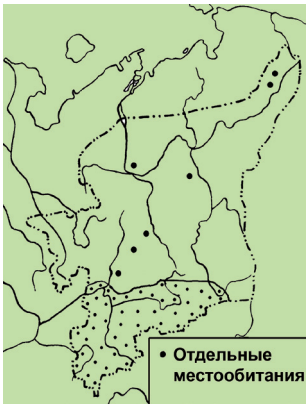
Многолетнее травянистое растение высотой 30-40 (60) см. Корневище короткое, толстое. Листья перисторассеченные на многочисленные дольки. Цветки одиночные, ярко-желтые, до 6 см в диаметре. Цветет в июне.

Встречается редко в смешанных, еловых, лиственничных травянистых лесах, на известняковых обнажениях в верхнем и среднем течении Вычегды, рек Сойва, Ухта и Илыч. В Сойвинском заказнике численность адониса составляла 100 экземпляров на пробной площади 20х20 м при плотности популяции 5.6 экз./м^2 и степени генеративности 58 % (Полетаева, 2003).

Содержит карденолиды (сердечные гликозиды): строфантин, конваллатоксин, цимарин, К-строфантин-β, адонитоксин, а также сапонины и флавоноиды: ориентин, адонивернит (Максютова и др., 1975).

В народной медицине коми его отвары широко использовали при ушибах, вывихах, переломах, ломоте в суставах и пояснице, туберкулезе костей, мастите, различных гнойных воспалениях, кровотечениях, незаживающих ранах, головной боли, кашле, воспалении легких. При ангине отваром полоскали горло. Растение считали лекарством «от всех болезней», а места его произрастания травницы сохраняли в тайне (Ильина, 1997а).

Заготовке не подлежит, так как включен как очень редкий вид в Красную книгу Республики Коми (2009).



АИСТНИК ЦИКУТОВЫЙ

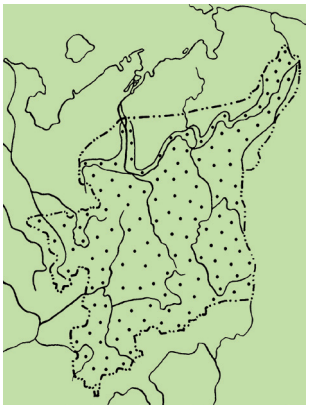
***Erodium cicutarium* (L.) L'Her**
(Сем. Гераниевые – Geraniaceae)

Однолетнее травянистое растение высотой 10-25 (50) см. Листья дважды перисторазделные. Цветки розовые, лепестки с тремя темными жилками. Соцветие зонтиковидное. Цветет в июле–августе.

Сорный вид, растет в посадках картофеля, на мусорных местах, вдоль дорог. Встречается преимущественно в южных районах, но по железной дороге расселяется далеко на север (Воркута). Собирают траву в фазу цветения. Очень редкий заносный вид.

Содержит дубильные вещества, алкалоид кофеин, флавоноиды, тритерпеновые гликозиды. Обладает вяжущим и кровеостанавливающим действием (Махлаюк, 1992). Используют в народной медицине (Баранова, 2002), но сведений об его использовании в народной медицине коми нет.

Для заготовки интереса не представляет.



АКОНИТ ВЫСОКИЙ, БОРЕЦ СЕВЕРНЫЙ

Aconitum septentrionale **Koelle**
(Сем. Лютиковые – Ranunculaceae)

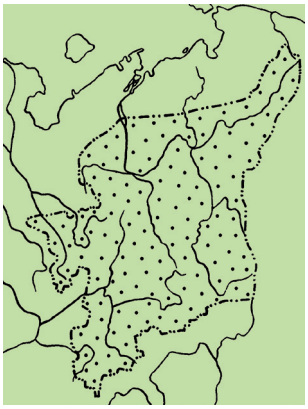
коми – лӧз тӧзь, лобдой турин

Многолетнее травянистое растение высотой 1-2 м с крупными, глубоко пальчатонадрезанными листьями с пластинками до 20 см в диаметре. Стебель ребристый, опушенный. Цветки многочисленные неправильные, грязновато-голубые, собраны в верхушечное соцветие – кисть. Цветет с июня по август.

Предпочитает увлажненные местообитания под пологом равнинных и горных лесов, в кустарниковых тундрах. В таежной зоне встречается в травянистых ельниках, сосняках, березняках, пихтарниках, лиственничниках иногда в качестве доминанта (с обилием до 5 баллов) или содоминанта травянистого яруса (Юдин, 1954а, б). На Северном Урале обычен в пихтовых лесах и на субальпийских лугах. В республике распространен повсеместно, особенно часто в приречных лесах.

Ядовит. Обладает инсектицидными свойствами. Все части растения содержат дитерпеновые алкалоиды, основным из которых является лаппаконитин – активное начало антиаритмического препарата Аллапинин. Разрешен к применению в официнальной медицине наряду с фармакопейным видом аконитом белоустым (*Aconitum leucostomum* Worosch.). В тибетской медицине применяли при инфекционных желудочно-кишечных заболеваниях, почечных, кишечных и печеночных коликах, эпилепсии, при паразитарных болезнях кожи. На Южном Урале – как болеутоляющее средство (Кучеров, Гуфранова, 1968). В народной медицине коми применяли для полоскания волос при педикулезе, а также при запале и эмфиземе легких у лошадей (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна в местах с высоким обилием вида.



БАГУЛЬНИК БОЛОТНЫЙ

***Ledum palustre* L.**
(Сем. Вересковые – Ericaceae);

коми: ош табак, керч

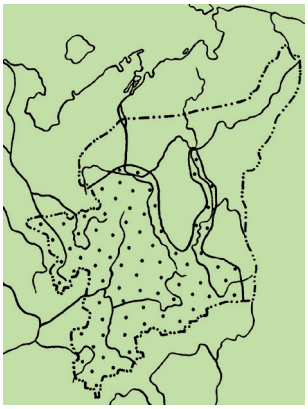
Вечнозеленый кустарник высотой 30-80 см. Листья продолговатые, к обоим концам суженные, сверху блестящие, снизу покрытые густым рыжеватым опушением (как и молодые побеги). Цветки белые с резким запахом, собраны на верхушках ветвей в зонтиковидные соцветия. Цветет с конца мая до августа.

Распространен на всей территории Республики Коми. Предпочитает торфянистые почвы, но растет и на минеральных. Как доминант встречается на сфагновых болотах, в сосняках и ельниках багульниково-зеленомошных и багульниково-сфагновых (Лащенкова, 1954а, б; Юдин, 1954а, б). Часто и в больших количествах отмечают в ерниково-моховых и багульниково-сфагновых тундрах. В горах Урала поднимается до пояса горных тундр. Частота встречаемости возрастает к северу от 10 (юг средней тайги) до 68 % (северная тайга), причем в сосновых лесах она больше, чем в ельниках (Мартыненко, 1990). Облиственные верхушки ветвей собирают в фазу плодоношения (конец лета). Средний урожай составляет 400 кг сухого сырья/га (Таскаев и др., 2000).

Ядовит. Побеги и листья содержат эфирное масло, арбутин, терпены, флавоноиды, дубильные вещества (Атлас ареалов..., 1976; Биологическая флора…, 1995).

Обладает инсектицидными и антигельминтными свойствами. Запах вызывает головную боль (откуда народное название – болиголов). Применяют в официнальной медицине в форме настоев как отхаркивающее и противокашлевое средство при бронхитах, заболеваниях легких и коклюше (Землинский, 1958). В народной медицине коми отвар багульника употребляли при простуде, кашле, одышке. Ветви добавляли при изготовлении домашнего кваса (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна. Запасы сырья значительно превышают местные потребности.



БЕДРЕНЕЦ-КАМНЕЛОМКА

***Pimpinella saxifraga* L.**
(Сем. Зонтичные – Apiaceae);

коми: мылӧдгум

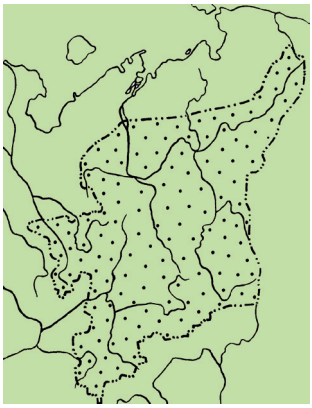
Многолетнее травянистое растение высотой 20-40 см с тонкоребристым стеблем. Нижние листья перистые с яйцевидными зубчатыми сидячими долями, верхние – с небольшим числом линейных листочков и развитыми влагалищами. Цветки белые, собраны в верхушечный зонтик. Корень на разрезе синеет. Цветет в июне–июле.

Приурочен к водораздельным и пойменным лугам высокого уровня, лесным опушкам, рудеральным сообществам таежной зоны. Северная граница распространения пересекает реки Печорская Пижма и Печора (около Усть-Цильмы), по р. Ижма выходит к долине Печоры и по ней поднимается до устья Колвы. Частота встречаемости вида в бассейне р. Луза составляет 36, в Усть-Цильме – всего 2 % (Мартыненко, 1995).

Корни растения содержат эфирные масла (до 0.7 %) и кумарины (0.4 %), флавоноиды.

Включено в третье-четвертое издания отечественной фармакопеи (Шретер, 1972), а также в швейцарскую и немецкую фармакопеи как отхаркивающее средство (Leibold, 1981). В народной медицине использовали при заболеваниях верхних дыхательных путей, наружно – при ангинах. Настойку корней и сок используют как косметическое средство для лечения пигментации кожи (Дацковский, Дацковский, 1995). В народной медицине коми корни растений применяют при желудочных заболеваниях (Ильина, 1997а).

Заготовка корней возможна в фазу плодоношения растений в местах со значительным обилием.



БЕЛОЗОР БОЛОТНЫЙ

***Parnassia palustris* L.**
(Сем. Белозоровые – Parnassiaceae)

коми: перелой турун

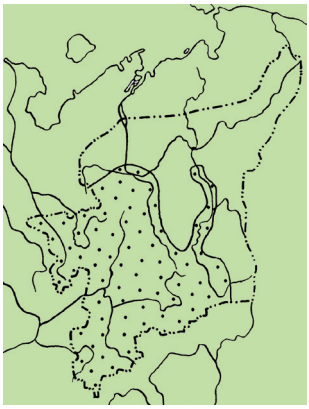
Многолетнее травянистое растение высотой 10-25 (35) см. Прикорневые листья длинночерешковые, сердцевидные, цельнокрайные, на верхушке тупые, цветок одиночный, 2-3 см в диаметре, лепестки белые. Цветет в июле–сентябре.

Предпочитает сырые или переувлажненные местообитания. Встречается на пойменных лугах, вырубках, на задерненных склонах оврагов, по берегам рек, в различных типах лесов. В тундре растет вдоль рек, на осоково-разнотравных луговинах, на Урале доходит до верхнего предела леса. Собирают цветущие растения.

Содержит алкалоиды, флавоноиды, дубильные вещества и горечи (Александрова и др., 1964).

В научной медицине не используют. При экспериментальном гепатите экстракт повышает функциональные возможности печени. В народной медицине (Баранова, 2002) используют при неврозах сердца, болезнях печени и желудочно-кишечного тракта (Махлаюк, 1992). В традиционной медицине коми применяли при заболеваниях мочеполовых органов (слово «перелой» на коми языке означает затруднительное мочеиспускание) (Ильина, 1997а).

Для заготовки интереса не представляет из-за ограниченного употребления и низкого обилия.



БЕЛОКРЫЛЬНИК БОЛОТНЫЙ

***Calla palustris* L.**
(Сем. Ароидные – Araceae)

коми: кампель турун

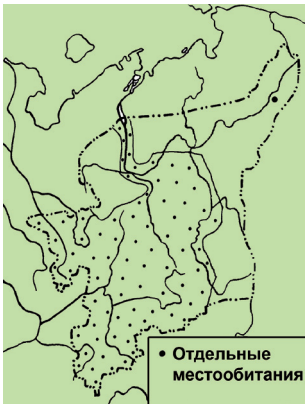
Многолетнее травянистое растение высотой 10-25 см. Корневище толстое, ползучее, членистое. Листья все прикорневые, на длинных черешках, блестящие, яйцевидно-сердцевидные, заостренные. Цветки без околоцветника, собраны в соцветие початок, одетый покрывалом. Покрывало яйцевидное, с узким заострением, снаружи зеленое, с внутренней стороны молочно-белое. Зрелые плоды сочные, красные. Цветет в июне–июле.

Растет по краям низинных болот, топким сырым берегам озер, на длительно заливаемых участках пойм, в кустарниках, заболоченных елово-березовых и елово-пихтовых лесах. В республике проходит северная граница распространения этого вида: самые северные местонахождения – р. Печорская Пижма, с. Ижма, г. Печора. Собирают корневища в фазу цветения.

Ядовит. Содержит сапонины, алкалоиды, смолы, флавоноиды и органические кислоты (Ларин и др., 1950).

В народной медицине используют как местное раздражающее средство, плоды – как слабительное (Елина, 1993), у якутов – при анурии (Шретер, 1975). В старину его применяли при укусах змей (Землинский, 1958).

Заготовка возможна в небольших количествах на юге республики около зарастающих водоемов.



БЕРЕЗА ПОВИСЛАЯ, Б. БОРОДАВЧАТАЯ

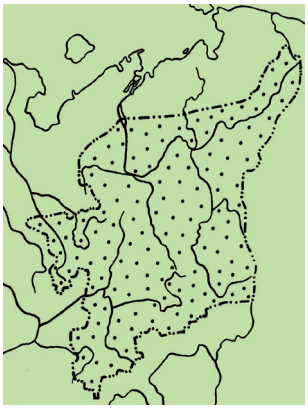
***Betula pendula* Roth**
(Сем. Березовые – Betulaceae)

коми: кыдз

Высокое прямоствольное дерево высотой до 30 м с белой корой. Молодые веточки покрыты смолистыми бородавочками. Листья ромбические, при основании клиновидные, на верхушке заостренные. Соцветия – сережки. Цветет в мае–июне, плодоносит в июле–сентябре.

Встречается преимущественно в южной и средней подзонах тайги. Образует чистые (березняки травянистые, зеленомошные, долгомошные, сфагновые, кустарниковые) или смешанные с другими породами (сосна, ель, лиственница, пихта) древостои. Предпочитает дренированные почвы.

Почки собирают до распускания листьев. Применение – см. «береза пушистая».



БЕРЕЗА ПУШИСТАЯ

***Betula pubescens* Ehrh.**
(Сем. Березовые – Betulaceae)

коми: кыдз

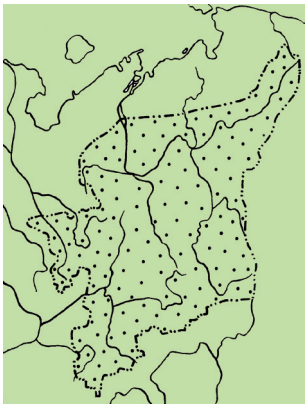
Прямоствольное дерево до 20 м высотой. Молодые побеги густо опушенные, без смолистых бородавочек. Листья яйцевидные, у основания слегка сердцевидные. В углах боковых жилок листьев имеются бородки из длинных извилистых волосков. Соцветия – сережки. Цветет в мае–июне, плодоносит в июле–августе.

Встречается по всей таежной зоне, заходит в лесотундру и тундру. Образует чистые древостои или смешанные хвойно-мелколиственные леса, растет на болотах. Береза повислая и б. пушистая быстро заселяют вырубки и гари (Лащенкова, 1954а). Ценные технические и лекарственные растения. Заготовка для медицинских целей почек (весной), листьев, древесины (уголь) рациональна там, где планируются рубки. Практический интерес представляет также паразитный гриб чага (*Inonotus obliquus* (Pers) Pilat), растущий на стволах берез. Срок хранения сырья два года (Государственная фармакопея…, 1990).

Почки содержат эфирное масло (до 8%), сапонины, смолы, гликозиды и дубильные вещества (Александрова и др., 1964), чага – дубильные вещества (до 17%), флавоноиды, алкалоиды, смолы и минеральные вещества (Кучеров и др., 1976).

Березовый деготь входит в состав мази Вишневского (Мартыненко и др., 1980), используемой для лечения нарывов и ран. Получаемый из березы активированый уголь применяют как адсорбент при отравлениях. Березовые почки назначают как моче-, пото- и желчегонное средство (Атлас ареалов …, 1976). Березовый сок считают ценным диетическим напитком. Гриб используют для приготовления экстракта и таблеток, оказывающих положительный эффект при язвенной болезни и гастрите, а также при задерживающих рост некоторых злокачественных образований. В народной медицине коми настойку почек готовят при желудочных болях, цинге, одышке. Отвар коры употребляли в качестве общеукрепляющего средства. Свежие листья накладывали на раны, нарывы и порезы (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна. Запасы лекарственного сырья обоих видов практически неограниченные, превышают местные потребности.



БОДЯК РАЗНОЛИСТНЫЙ

***Cirsium heterophyllum* (L.) Hill**
(Сем. Астровые – Asteraceae);

коми: вöв йöн

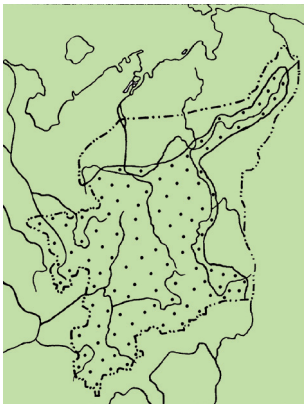
Многолетнее травянистое растение высотой 60-100 см. Стебель паутинисто-пушистый. Листья сверху темно-зеленые, снизу беловойлочные, по краям реснитчатые, нижние – неравноперистые, верхние – цельные. Цветки ярко-пурпурные, собраны в соцветия-корзинки 3-5 см шириной, расположенные по одной на верхушке стебля. Цветет в июле–августе.

Встречается в составе высокотравья в осиновых, березовых (равнинных и горных) и смешанных лесах, кустарниках, по краям ключевых болот, на субальпийских лугах Северного Урала. Сбор сырья – во время цветения. Медонос. Кормовое для оленей и крупного рогатого скота.

Содержит эфирное масло, алкалоиды, кумарины, флавоноиды.

Применяют в народной медицине (Баранова, 2002). Обладает ранозаживляющим, противовоспалительным, общеукрепляющим действием. Водный настой травы используют при астме, туберкулезе легких, свежие листья прикладывают к ранам, ссадинам, фурункулам (Махлаюк, 1992).

Заготовка возможна в местах с его высоким обилием, но данный вид в медицине пока не востребован.



БОДЯК ЩЕТИНИСТЫЙ

***Cirsium setosum* (Willd.) Bess.**
(Сем. Астровые – Asteraceae)

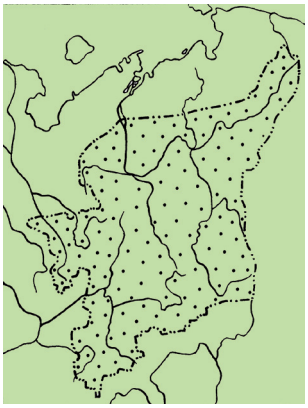
Многолетнее травянистое растение высотой 30-60 (100 см). Стебли вверху ветвистые. Листья продолговато-ланцетные или выемчато-надрезанные, по краям с колючими шипиками. Венчики цветков лиловые. Соцветия-корзинки собраны в рыхлую метелку. Цветет в июле–августе.

Злостный сорняк. Встречается в посевах, на огородах, рудеральных местообитаниях по всей республике. Иногда образует сплошные заросли.

Содержит флавоноиды.

В народной медицине используют надземную часть цветущих растений (Баранова, 2002) как наружное средство при кожных заболеваниях. На российском Дальнем Востоке листья применяют при злокачественных новообразованиях.

Для заготовки интереса не представляет из-за ограниченного употребления.



БОРЩЕВИК СИБИРСКИЙ

***Heracleum sibiricum* L.**
(Сем. Зонтичные – Apiaceae)

коми: азьгум

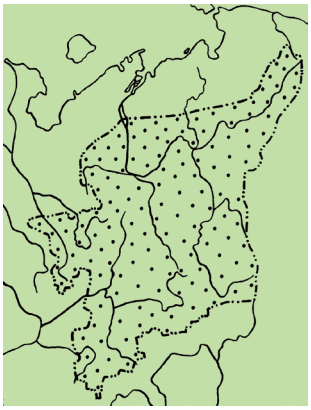
Многолетнее травянистое растение высотой до 1.5 м. Стебель ребристый, внутри полый, внизу густощетинистый, вверху мягко опушенный. Листья перистые с двумя-тремя парами боковых сегментов, снизу жестковолосистые, сверху – шероховатые. Цветки зеленовато-желтые, собраны в крупный зонтик. Цветет в июне–июле.

Встречается по всей таежной зоне, заходит в лесотундру и тундру. Предпочитает длительно заливаемые пойменные луга, прибрежные кустарники, опушки, залежи, иногда растет на железнодорожных насыпях и огородах. Частота встречаемости борщевика в длительно заливаемой пойме р. Печора составляла 30, на краткопоемных лугах р. Луза – всего 16 %. Сбор сырья следует производить в конце лета. Сельское население употребляет борщевик сибирский в пищу: заквашивают на зиму молодые соцветия, из листьев варят щи.

Содержит кумарины, аскорбиновую кислоту, каротин, эфирное масло (Ларин и др., 1956).

В народной медицине используют корни, листья, семена при желудочно-кишечных расстройствах и судорогах (Махлаюк, 1992), а также от кашля (Ильина, 1997а). Коми заваривали растение кипятком и делали паровую баню для гноящихся и слезящихся глаз (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна в ограниченном количестве, но он пока не востребован в медицине.



БРУСНИКА

***Vaccinium vitis-idaea* L.**
(Сем. Вересковые – Ericaceae)

коми: пув

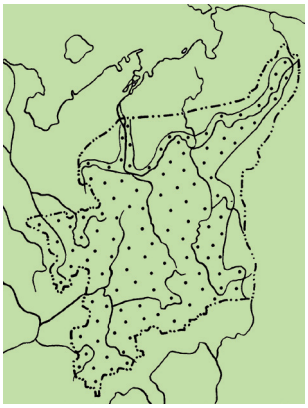
Многолетний вечнозеленый кустарничек высотой 10-20 см. Листья очередные, обратноянцевидные или эллиптические с загнутыми краями, блестящие, кожистые. Цветки бело-розовые собраны в кисти на верхушках побегов. Плоды темно-красные. Цветет в июне–июле, плодоносит в конце августа–сентябре.

Обычна в таежной и тундровой зонах. Мало требовательна к почвам, но предпочитает сухие местообитания. Господствующий вид в травяно-кустарничковом ярусе в ельниках брусничных (в средней и северной тайге), кедровниках брусничных (в пределах Урала), сосняках бруснично-зеленомошных и с. бруснично-лишайниковых (бассейны рек Печора и Вычегда). В тундре предпочитает защищенные места, растет в массовом количестве на сухих грунтах в лишайниковых, моховых, кустарничковых и ерниковых тундрах. Продуктивность сырья в сосновых лесах средней тайги составила 31, в ельниках – 24 г сухого листа/м^2 при содержании арбутина 12-13 % (Груздев, Маринович, 1995). Сырье заготавливают весной или осенью (Волкова и др., 1963). Срок годности сырья три года (Государственная фармакопея…, 1990). Средняя урожайность ягод в Республике Коми составляет 350 кг/га (Лесное хозяйство…, 2000) при содержании аскорбиновой кислоты 39 мг/100 г ягод (Мартыненко и др., 2006).

Листья содержат арбутин, флавоноиды, дубильные вещества и органические кислоты (Атлас ареалов…, 1976), ягоды – сахара, органические кислоты, в том числе и бензойную, благодаря которой они сохраняется свежими длительное время.

В практической и народной медицине отвары и настои листа назначают как мочегонное, а также при подагре и ревматизме (Землинский, 1958). У коми отвар листьев и ягод использовали также при заболеваниях сердца, ломоте в суставах и пояснице, неподвижности суставов, головных болях, цинге (Ильина, 1997а). Ягоды используются населением коми и как пищевой продукт.

Заготовка возможна. Запасы брусничного листа и ягод высоки и превышают местные потребности.



БУДРА ПЛЮЩЕВИДНАЯ

***Glechoma hederacea* L.**
(Сем. Губоцветные – Lamiaceae)

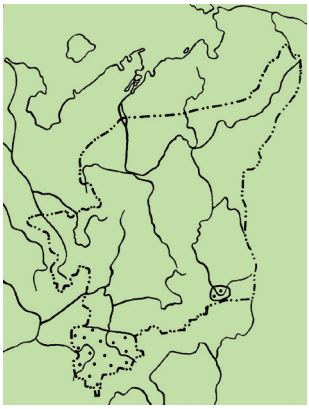
Многолетнее травянистое растение с ползучими, укореняющимися в узлах побегами. Листья почковидные или округло-почковидные с городчатыми краями, на черешках. Цветки по два-четыре в пазухах листьев, синевато-лиловые или фиолетовые. Цветет в мае–августе. Растение с сильным запахом.

В таежной зоне будра плющевидная характерна для разнотравных и злаково-разнотравных лугов, где ее встречаемость колеблется от 7 до 14 %, лесных опушек, травянистых хвойных и смешанных лесов. Встречается на приусадебных участках, в посадках картофеля, вдоль грунтовых и железных дорог. Как сорное растение доходит до г. Воркута. Один из ранних медоносов (Бурмистров, Никитина, 1990). Собирают траву в фазу цветения.

Ядовита. Содержит эфирное масло, сапонины, дубильные вещества (Кучеров и др., 1976).

В народной медицине используют цветущие растения (Баранова, 2002). Обладает противовоспалительным, кровеостанавливающим, ранозаживляющим и обезболивающим действием. Отвары и настои травы стимулируют общий обмен веществ, но их внутреннее применение требует осторожности (Махлаюк, 1992).

Для заготовки интереса не представляет из-за ограниченного использования.



БУЗИНА КРАСНАЯ

***Sambucus racemosa* L.**
(Сем. Бузиновые – Sambucaceae)

коми: зынапу

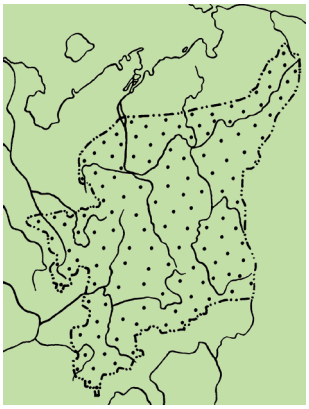
Кустарник высотой до 3 м. Листья непарноперистые из продолговато-эллиптических пильчатых листочков. Цветки желтовато-белые с неприятным запахом, собраны в густое метельчатое соцветие. Плоды красные. Цветет в июне–июле.

Встречается в природе очень редко на юге республики (села Летка, Объячево и Койгородок, верхнее течение р. Печора). Растет по берегам рек, ручьев, в сырых смешанных лесах. Неофициальный вид. В Государственную фармакопею СССР (1990) включена бузина черная (*Sambucus nigra* L.).

Кора содержит гликозиды, холин, рутин, эфирное масло (Атлас ареалов…, 1976), но химический состав изучен недостаточно.

В народной медицине используют все части растения (Флора северо-востока…, 1977). Листья и кора оказывают слабительное и рвотное, цветки – потогонное и жаропонижающее действие (Махлаюк, 1992).

Заготовке не подлежит, так как данный вид включен в Красную книгу Республики Коми (2009).



ВАЛЕРИАНА ВОЛЖСКАЯ

***Valeriana wolgensis* Kazak.**
(Сем Валериановые – Valerianaceae)

коми: ладан турун

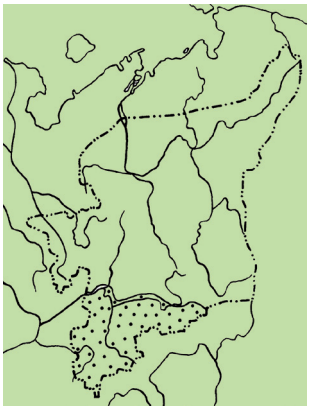
Многолетнее травянистое короткокорневищное растение. Стебель прямостоячий высотой 50-100 см. Листья непарноперистые с неравнозубчатыми долями. Цветки мелкие, бело-розовые, собраны в разветвленное щитковидное верхушечное соцветие. Корневище обладает специфическим «валериановым» запахом. Цветет с июня по август.

Растет в таежной зоне на опушках, в высокотравных смешанных лесах, на лугах, в кустарниках, на окраинах болот, в тундровой зоне – на луговинах. Зарослей не образует, встречается небольшими группами или отдельными экземплярами. Предпочитает местообитания с достаточным и избыточным увлажнением, чем и обусловлен наиболее высокий показатель встречаемости (21 %) в долгопоемной долине р. Печора. В сырье, собранном в окрестностях г. Сыктывкар, содержатся эфирные масла в количествах, достаточных для заготовки. Заготавливают корневища осенью в фазу созревания семян.

Корневища с корнями содержат эфирное масло, основными компонентами которого являются изоборнилизовалерат, борнилацетат и борнеол (Растительные ресурсы России…, 1996).

В научной медицине используют наряду с официнальным видом – валерианой лекарственной (*Valeriana officinalis* L.). В практической медицине назначают как успокаивающее, расширяющее сосуды средство при истерии, неврозах, бессоннице, сердечных приступах. Входит в состав косметических кремов и препаратов, в их числе «Валокордин» и «Кардиовален». В народной медицине коми валериану волжскую ошибочно собирали как валериану лекарственную, хотя последняя была найдена на данной территории лишь в единичных экземплярах.

Заготовка возможна в небольшом объеме, но запасы растений данного вида невелики.



ВАСИЛЕК ЛУГОВОЙ

***Centaurea jacea* L.**
(Сем. Астровые – Asteraceae)

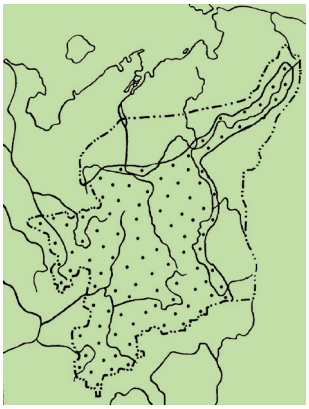
Многолетнее травянистое растение высотой 20-40 (60) см. Стебель прямой, ветвистый. Нижние листья с черешками, ланцетные, крупнозубчатые или выемчато-надрезанные, остальные – сидячие, цельнокрайные. Цветки пурпурные. Корзинки расположены по одной на концах ветвей. Цветет в июне–августе.

Редкое в республике растение, имеет здесь северо-восточную границу распространения. Встречается отдельными экземплярами в кустарниках, на лугах рек Луза и Летка, Сысола. Собирают траву в цветущем состоянии.

Молодые листья и бутоны содержат следы экдистероидов (Фитоэкдистероиды, 2003). Обнаружены тритерпеноиды, алкалоиды, флавоноиды и фенилкарбоновые кислоты.

Используют в народной медицине (Баранова, 2002). Обладает моче- и желчегонным, противовоспалительным, обезболивающим действием (Махлаюк, 1992).

Для заготовки интереса не представляет.



ВАСИЛЕК СИНИЙ

***Centaurea cyanus* L.**
(Сем. Астровые – Asteraceae)

коми: пöлöзьнича

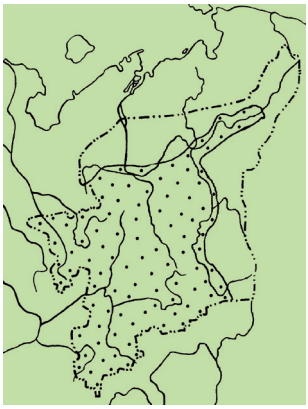
Однолетнее травянистое растение высотой 20-40 см. Листья узкие серовато-зеленые, снизу с серым паутинистым опушением, верхние – сидячие, нижние – на черешках цельные или лопастные. Цветки ярко-синие, по краю соцветия воронковидные. Соцветия – одиночные корзинки диаметром 1.5-3.0 см, располагаются на концах ветвей. Цветет в июне–августе.

Сорное растение. Засоряет посевы зерновых культур, встречается на мусорных местах и вдоль транспортных магистралей, по железной дороге доходит до г. Воркута. В связи с более качественной очисткой, чем прежде, зерна, обилие василька как сорняка заметно снизилось по всей России. Разводят в садах как декоративное растение. Собирают цветочные корзинки в фазу цветения. Срок годности сырья один год.

Цветки содержат сескви- и тритерпеноиды, флавоноиды, фенилкарбоновые кислоты, небольшое количество алкалоидов (Растительные ресурсы…, 1993). Основные действующие вещества антоцианы: диглюкозиды цианидина и пеларгонидина.

Официнальный вид. В качестве лекарственного сырья используют краевые воронковидные цветки. Назначают как легкое мочегонное при заболеваниях почек и мочевого пузыря. Обладает желчегонным действием. Настой цветков применяют наружно при заболеваниях глаз (Гаммерман и др., 1983).

Для заготовки интереса в настоящее время не представляет из-за низкого обилия.



ВАСИЛЕК ШЕРОХОВАТЫЙ

***Centaurea scabiosa* L.**
(Сем. Астровые – Asteraceae)

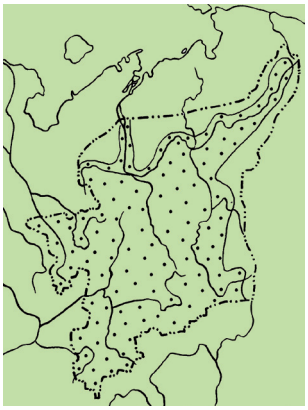
Многолетнее травянистое растение высотой 30-100 см. Листья перисторассеченные на узкие доли, шероховатые, нижние – на черешках. Соцветия – одиночные корзинки до 2.5 см в диаметре. Цветки пурпуровые, краевые – воронковидные. Цветет в июле–августе.

Предпочитает сухие песчаные почвы, растет на суходольных и слабо заливаемых пойменных лугах, лесных опушках, иногда в сосновых борах и посевах, на сорных местах. Встречается довольно часто по р. Вычегда и к югу от нее, но зарослей не образует. Изредка отмечен по рекам Мезень, Ижма, Печора.

Содержит сесквитерпеноиды, фенолкарбоновые кислоты, алкалоиды, флавоноиды, антоцианы (Растительные ресурсы…, 1993). Обнаружены следовые количества экдистероидов (Фитоэкдистероиды, 2003).

В народной медицине используют как противовоспалительное, желче-, мочегонное и ранозаживляющее средство (Махлаюк, 1992). Собирают траву в фазу цветения. Является поздним (август) медоносом, дает до 100 кг/га меда (Таскаев и др., 2000).

Для заготовки интереса не представляет из-за низкого обилия и ограниченного применения.



ВАСИЛИСНИК ЖЕЛТЫЙ

***Thalictrum flavum* L.**
(Сем. Лютиковые – Ranunculaceae)

коми: понгум

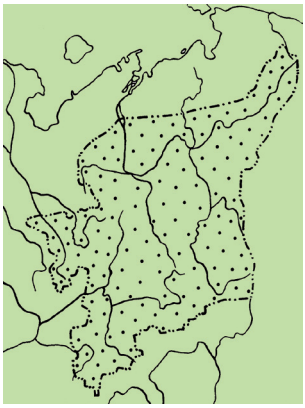
Многолетнее травянистое растение высотой 40-70 см. Стебель бороздчатый, листья отклоненные от стебля, трижды перистые, многочисленные их дольки обратнояйцевидные с трехзубчатой верхушкой. Околоцветник беловатый, цветки многочисленные, мелкие в метельчатом соцветии. Цветет в июле–августе.

Встречается в таежной зоне республики на злаково-разнотравных и разнотравных пойменных лугах, опушках, в смешанных травянистых лесах, иногда вдоль рек заходит в лесотундру и тундру (г. Воркута). Собирают листья и корни.

Ядовит. Корни содержат алкалоиды, в том числе берберин (до 0.3 %), таликсин, магнофлорин и криптонин, тритерпеновые гликозиды, кумарины, флавоноиды и дубильные вещества.

В народной медицине применяют при желтухе и малярии, кожных и желудочно-кишечных заболеваниях, а также как антибактериальное и ранозаживляющее средство (Александрова и др., 1964; Биологическая флора…, 1993). В тибетской медицине листья используют для срастания сухожилий. Отвары – как ранозаживляющее средство при гнойных язвах. Об использовании в традиционной медицине коми сведений не найдено.

Для заготовки интереса не представляет из-за ограниченного применения.



ВАСИЛИСНИК МАЛЫЙ

***Thalictrum minus* L.**
(Сем. Лютиковые – Ranunculaceae)

коми: понгум

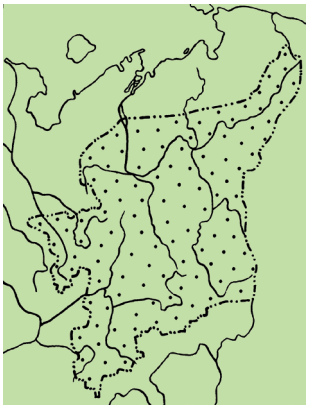
Многолетнее травянистое растение высотой до 1.5 м. Листья трижды-четырежды перистые, широкотреугольные из многочисленных яйцевидных долек. Цветки зеленоватые, мелкие, многочисленные, собраны в ветвистую верхушечную метелку. Цветет в июне–июле.

Распространен на всей территории Республики Коми. Обычный компонент травянистого яруса разнотравных смешанных и хвойных лесов. На пойменных и субальпийских лугах (Урал) участвует в образовании верхнего яруса травостоя. Частота встречаемости в пойме р. Луза составляет 29, р. Печора (Усть-Цильма) – 41 % (Мартыненко, 1989). Собирают корни и листья.

Ядовит. Содержит алкалоиды (0.3-0.7 %).

Клинические испытания показали возможность применения препаратов василисника малого при лечении сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний, в акушерстве и гинекологии. Надземные побеги в фазе цветения-плодоношения входят в состав сбора Здренко (Биологическая флора…, 1993). В народной медицине применяют как бактерицидное, ранозаживляющее, слабительное и мочегонное растение, в тибетской медицине – при острых и хронических инфекциях, на Дальнем Востоке – при гангрене, золотухе, у народа коми – при заболеваниях почек (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна в небольших объемах, но в настоящее время растения данного вида не востребованы.



ВАХТА ТРЕХЛИСТНАЯ

***Menyanthes trifoliata* L.**
(Сем. Вахтовые – Menyanthaceae)

коми: ерсей вуж

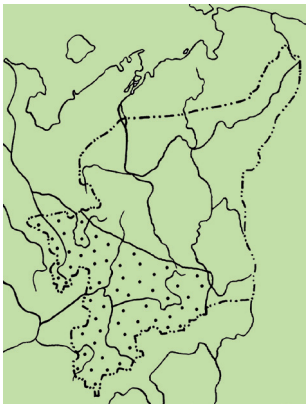
Многолетнее травянистое длиннокорневищное растение. Листья тройчатые, длинночерешковые. Цветки бело-розовые с бахромчатыми лепестками, ароматные, собраны в густую верхушечную кисть. Цветет в июне–июле.

Водно-болотное растение таежной и тундровой зон республики. Доминирует в ельниках и сосняках вахтово-сфагновых (Юдин, 1954б), растет на низинных болотах, торфянистых берегах стариц и водораздельных озер. Продуктивные заросли этого вида отмечены около городов Печора, Сыктывкар, Ухта и Вуктыл, сел Выльгорт и Корткерос, где максимальная плотность популяции составляет 200 экз./м^2, а продуктивность – от 24 до 60 г сухой массы/м^2 (Мартыненко, 1989). До 90-х годов XX столетия заготовки вахты ежегодно составляли до 300 кг (Лесное хозяйство…, 2000). Срок годности сырья не более двух лет (Государственная фармакопея…, 1990). Для восстановления зарослей вахты рекомендуется проводить сбор листьев в период цветения-плодоношения на одном и том же месте не чаще, чем через три-четыре года (Юдина и др., 1987). Хороший медонос. Ранее вахту использовали в пивоварении.

Содержит монотерпеноидные горечи (логанин, сверозид, ментиафолин) и флавоноиды (рутин, гиперозид и трифолин). В листьях обнаружено небольшое количество йода и алкалоидов. Листья являются также концентраторами селена и марганца.

В практической медицине употребляют для усиления перистальтики кишечника и его секреторной функции, а также как желче-, мочегонное, слабительное, аппетитное и седативное растение (Шретер, 1972; Соколов, Замотаев, 1990). В народной медицине назначают при болезнях печени и желчного пузыря (Растительные ресурсы..., 1990). Северные русские использовали вахту как наружное средство для лечения ран цинготного происхождения.

Заготовка возможна. Запасы сырья практические неограниченные, превышают местные потребности.



ВЕРБЕЙНИК МОНЕТОЛИСТНЫЙ

***Lysimachia nummularia* L.**
(Сем. Первоцветные – Primulaceae)

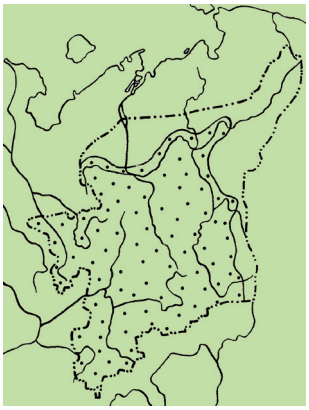
Многолетнее травянистое растение. Стебель тонкий, ползучий, длиной до 20 см. Листья супротивные, округлые. Цветки ярко-желтые с острыми долями венчика, покрытые внутри бурыми железистыми точками. Цветет в июне–июле.

Распространен в южной части таежной зоны в нижнем течении р. Вымь, по рекам Вычегда и Луза. Растет на сырых пойменных лугах, около озер, на лесных опушках. Медонос. Встречается довольно редко.

Содержит дубильные вещества, надземная часть растения – флавоноиды (гиперин, рутин), фенолкарбоновые кислоты и их производные, сапонины; корни – катехины, флавоноиды (гиперин, рутин).

В народной медицине цветущие растения применяют как вяжущее, противосудорожное, ранозаживляющее и обезболивающее средство (Волкова и др., 1963).

Для заготовки интереса не представляет из-за ограниченного использования, низкого обилия и редкой встречаемости.



ВЕРБЕЙНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

***Lysimachia vulgaris* L.**
(Сем. Первоцветные – Primulaceae)

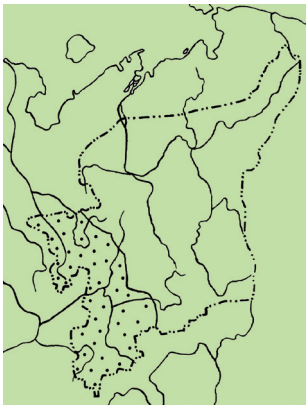
Многолетнее травянистое растение высотой 50-70 см с ползучими корневищами и длинными подземными побегами. Стебель прямой, тупо-четырехгранный. Листья супротивные или в мутовках по три-четыре, продолговато-яйцевидные или продолговато-ланцетные, с точечными железками, острые, снизу с коротким пушком. Цветки желтые в густых верхушечных кистях. Цветет в июле–августе.

Распространен в пределах таежной зоны республики. Растет на сырых разнотравных и осоковых лугах, в ивняках, ольшаниках по берегам рек, озер и на островах. Обычен на лесных опушках в травянистых, еловых, березовых и смешанных лесах. Изредка встречается по канавам и вдоль дорог. Самые северные местонахождения – верховья Мезени, реки Ижма и Печора, нижнее течение р. Уса. Южнее встречается довольно часто. Собирают растения в фазу цветения.

Надземная часть растения содержит флавоноиды (рутин), витамин С, фенолкарбоновые кислоты, антоцианы в гидролизате (дельфинидин, цианидин).

В медицинской практике все части растения используют в виде отваров, водных настоев и спиртовых вытяжек, которые обладают антикоагуляционными свойствами, а также проявляют антивирусную и антифаговую активность. Применяют при желтухе, болезнях желудочно-кишечного тракта и гинекологических заболеваниях. Препараты из наземных частей растения используют как кровеостанавливающее средство при внутренних и наружных кровотечениях (Растительные ресурсы…, 1996). В народной медицине (Баранова, 2002) применяют как вяжущее и кровеостанавливающее средство (Волкова и др., 1963).

Для заготовки интереса не представляет из-за низкого обилия.



ВЕРЕСК ОБЫКНОВЕННЫЙ

***Calluna vulgaris* (L.) Hull.**
(Сем. Вересковые – Ericaceae)

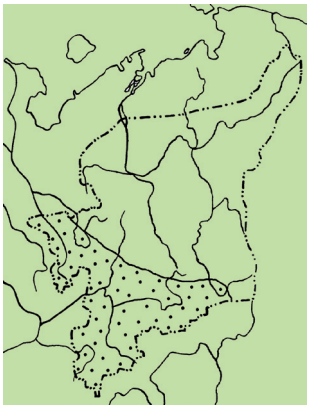
Многолетний вечнозеленый ветвистый кустарничек высотой 20-30 (50) см. Листья расположены черепитчато, очень мелкие, чешуевидные, почти трехгранные. Цветки бледно-лилово-розовые, собраны в многоцветковую верхушечную однобокую кисть. Цветет с июня по август.

Произрастает на территории Республики Коми только в таежной зоне, здесь же проходит восточная граница вида: по р. Мезень, среднему течению рек Вымь, Вычегда и Локчим. Образует ковры в сухих лишайниковых борах, на вырубках, гарях, закустаренных суходолах. Собирают верхушки веточек с соцветьями.

Содержит алкалоиды (эрикодинин), фенолы и их производные (арбутин), дубильные вещества (до 2.8-6.4 %), флавоноиды (дигидрогербацетин, 8-глюкозид гербацетина). Листья – органические кислоты (фумаровая, лимонная), фенолы и их производные (арбутин 0.45-0.70 %). Цветки – фенолы и их производные, фенокарбоновые кислоты и их производные, кумарины, дубильные вещества до 9.4 %, флавоноиды.

В народной медицине его надземную часть используют при простудах (Флора северо-востока…, 1977; Землинский, 1958).

Заготовка возможна в западных и юго-западных районах Республики Коми.



ВЕРОНИКА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

***Veronica officinalis* L.**
(Сем. Норичниковые – Scrophulariaceae)

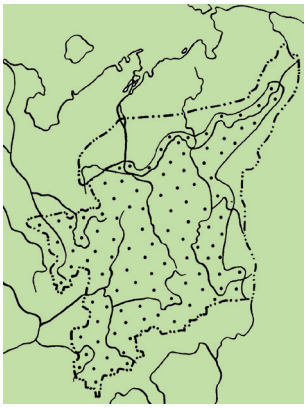
Многолетнее травянистое растение. Стебли в нижней части стелющиеся и укореняющиеся, ветвистые, длиной до 30 см, по всей поверхности густо опушены короткими волосками. Листья эллиптические или обратнояйцевидные, тупые или слегка заостренные, мелкозубчатые, с обеих сторон опушенные. Цветки светло-голубые. Соцветие – кисть. Цветет в июне–августе.

Имеет на территории республики северную границу распространения по линии Кослан–нижнее течение р. Вымь, по Вычегде и верхнему течению Печоры. Южнее встречается довольно часто в сухих сосновых или смешанных лесах, кустарниках, на суходольных лугах, по берегам рек, на залежах, у дорог. Собирают цветущие растения.

Содержит флавоноиды, сапонины, эфирное масло и алкалоиды (Биологическая флора…, 1997).

В народной медицине давно используют (Овеснов, 1997; Баранова, 2002) для лечения легочных и простудных заболеваний и язвы желудка, как желчегонное и мочегонное средство входит в состав грудного чая, применяют для лечения ран (Биологическая флора…, 1997). В традиционной медицине коми при мошоночной грыже и заболеваниях мочевого пузыря принимали отвар другого вида этого рода – вероники длиннолистной (*Veronica **longifolia*** L.)

Заготовка в небольших объемах возможна на юге Республики Коми.



ВЕХ ЯДОВИТЫЙ, ЦИКУТА

***Cicuta virosa* L.**
(Сем. Зонтичные – Apiaceae)

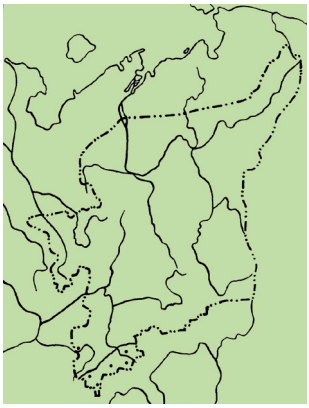
Многолетнее травянистое водно-болотное растение высотой до 1 м. Утолщенное корневище разделено перегородками на воздушные камеры. Стебель округлый, тонко-бороздчатый, полый. Листья дважды, трижды перистые, листочки зубчатые, узко-ланцетные или линейные. Цветки белые или грязно-розовые собраны в соцветие зонтик. Цветет в июне–июле.

Распространен преимущественно в таежной зоне, хотя доходит и до Воркуты. Растет на сырых травянистых, осоковых, гипновых, пушицево-сфагновых низинных и переходных болотах, по берегам водоемов, на мелководьях, в заболоченных лесах и кустарниках.

Ядовиты все части растения. Корни и корневища содержат эфирное масло, полиацетиленовые соединения, фенолкарбоновые кислоты и их производные, кумарины (бергаптен). Надземная часть растения – эфирное масло, полиацетиленовые соединения, кумарины, флавоноиды (кверцетин, кемпферол, изорамнетин). Стебли – флавоноиды (кверцетин). Листья – флавоноиды (кверцетин, изорамнетин). Плоды – эфирное масло, флавоноиды (кверцетин, рутин, изокверцитрин, кемпферол). Сумма кумаринов проявляет противоопухолевую активность.

В народной медицине настойку травы употребляют только для наружного применения при заболеваниях кожи. В республике (Сыктывкар, Емва) отмечали случаи (Котелина, 1973; Котелина, Мартыненко, 1988) смертельного отравления детей корневищами данного растения.

Заготовка нежелательна из-за ядовитости, хотя вид довольно обилен около водоемов и на мелководьях.



ВОЛОДУШКА ЗОЛОТИСТАЯ

Bupleurum longifolium* ssp. *aureum
(Fisch. ex Hoffm.) Soo
(Сем. Зонтичные – Apiaceae)

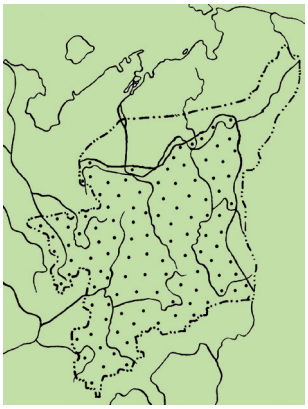
Многолетнее травянистое растение высотой до 80 см. Все листья цельные, цельнокрайные, прикорневые и нижние стеблевые черешковые, средние и верхние стеблевые – сидячие, стеблеобъемлющие. Цветки желтые. Соцветие сложный зонтик с общими обертками и частными оберточками. Листочки оберточек во время цветения обычно желтые. Цветет в июле.

Встречается только в верхнем течении р. Сысола, где растет в травянистом, мелколиственном лесу. Целесообразно оценить возможность интродукции данного вида на европейском северо-востоке России.

Содержит кумарины, флавоноиды (кверцетин, изорамнетин, нарциссин). Надземная часть растения – высшие алифатические спирты, алкалоиды и дополнительно к указанным флавоноидам – рутин. Плоды – эфирное масло и дополнительно к указанным флавоноидам – изокверцитрин.

В практической медицине водный настой травы в цветущем состоянии назначают при заболеваниях печени (Махлаюк, 1992) как желчегонное средство. Обладает тонизирующим, антисептическим, жаропонижающим действием. Один из перспективных источников капиллярноукрепляющих препаратов. В Сибири используют при лихорадке, неврозах и для заживления ран (Растительные ресурсы…, 1988). Сведений о применении данного вида у коми не найдено.

Сбору не подлежит, так как отнесена к охраняемым в Республике Коми видам (Красная книга…, 2009).



ВОЛЧЬЕ ЛЫКО

***Daphne mezereum* L.**
(Сем. Волчниковые – Thymelaeaceae)

коми: вöр гормöг

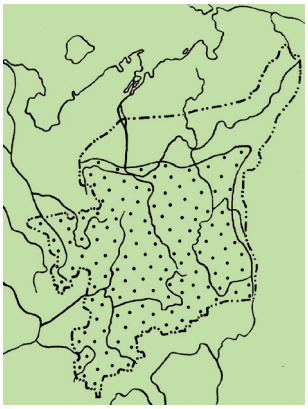
Небольшой кустарник высотой до 1 м с желтовато-серой корой. Листья продолговатые, к основанию суженные, цельнокрайные. Цветки с розовым околоцветником по два-три (до пяти), распускаются до появления листьев, сильно пахучие. Плод – сочная ярко-красная костянка. Цветет в апреле–мае (часто до полного таяния снега).

Встречается в смешанных и мелколиственных лесах, на Тимане – в лиственничниках и на обнажениях карбонатных пород, на юге Республики Коми является обязательным компонентом лесов южно-таежного облика (с участием липы и других дубравных видов). Собирают плоды и кору.

Очень ядовит, особенно плоды. Кора содержит дитерпеноид дафнетоксин, кумарины, подавляющие действие витамина К, плоды – эфирное масло, дитерпеноид мезереин, а также кумарины, вызывающие жжение и расстройство желудка, а на коже – красноту и волдыри.

В научной медицине применение запрещено, однако в гомеопатии используют, например, при лихорадке, тромбозах, ангине, раке желудка, зудящих дерматозах и конъюнктивитах. В народной медицине готовят спиртовую настойку из коры и плодов для наружного применения при хроническом ревматизме, подагре, невралгии. У коми употребляли компрессы из коры как раздражающее и согревающее средство при болях в суставах и мышцах. Кусочки древесины закладывали в дупло больного зуба (Ильина, 1997а).

Заготовка при необходимости возможна в ограниченном объеме, особенно в центральных и южных районах Республики Коми.



ВОРОНИЙ ГЛАЗ ЧЕТЫРЕХЛИСТНЫЙ

***Paris quadrifolia* L.**
(Сем. Триллиевые – Trilliaceae)

коми: ракасин

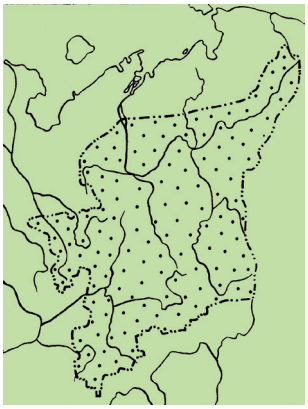
Многолетнее травянистое растение с одиночными стеблями высотой 10-40 см. Корневище длинное, ползучее, шнуровидное, тонкое. Листья эллиптические или обратно-яйцевидные с тремя главными жилками, собраны по четыре в мутовку в верхней части стебля. Цветок желтовато-зеленый, одиночный, верхушечный. Цветет в июне–июле. Плод – черная с сизоватым налетом шаровидная ягода.

Встречается в значительных количествах в южной и средней тайге. Растет во влажных темнохвойных и смешанных разнотравных лесах, в поймах рек, на лесных опушках, в кустарниках по берегам рек, ручьев, озер. На территории республики проходит северная граница вида: самые северные местонахождения – на реках Печорская Пижма, Ижма (нижнее течение), Печора, Косью и Сыня. Собирают в фазы цветения и плодоношения.

Ядовиты все части растения. Содержит экдистероиды, флавоноиды, алкалоиды (Растительные ресурсы России..., 1994). Листья действуют на центральную нервную систему, плоды – на сердце, корневища вызывают рвоту.

Использование для медицинских целей запрещено, однако в народной медицине и гомеопатии его применяют. На Тибете – при пневмонии, в Китае – при зудящих дерматозах (Растительные ресурсы России..., 1994). У коми свежие ягоды проглатывали, не раскусывая, при нарывах и фурункулах. Известно использование незрелых ягод при кровотечениях и импотенции (Ильина, 1997а).

Для заготовки интереса не представляет из-за ограниченного применения и низкого обилия.



ВОРОНИКА ГЕРМАФРОДИТНАЯ, ВОДЯНИКА

***Empetrum hermaphroditum* Hagerup**
(Сем. Водяниковые – Empetraceae)

коми: понпир

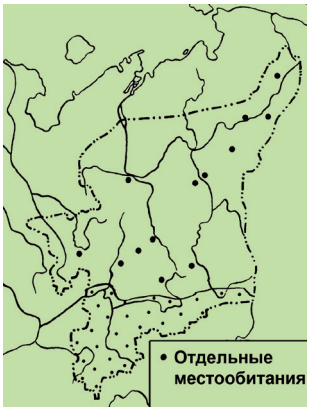
Мелкий, вечнозеленый, ветвистый, стелющийся кустарничек. Веточки деревянистые, молодые – зеленые или бурые. Листья мелкие, эллиптические с завернутыми вниз краями, густо покрывающие стебли. Цветки мелкие, розоватые, плоды – черные сочные ягоды. Цветет в мае–июле.

Произрастает на всей территории республики. В таежной зоне – на болотах, в заболоченных сосновых и еловых лесах, лишайниковых борах, в тундровой зоне – в мохово-кустарничковых, вороничных, ерниковых и моховых сообществах и на болотах. На Урале – до гольцового пояса. Частота встречаемости в тайге возрастает с юга на север от 13 до 63 % (Мартыненко, 1990). Урожайность – 0.2-2.5 т ягод/га в тундрах европейского Севера. В Республике Коми встречается также вороника черная (*Empetrum nigrum* L.) – близкий вид этого же рода.

Содержит эфирное масло, в состав которого входит линалоол, бензойная кислота, бензиловый спирт, альфа-терпинеол, метилбутановая кислота, 4-винилфенол и транс-коричный спирт. Содержатся антоцианы и воски (Растительные ресурсы России…, 1996).

Плоды съедобны, обладают диуретическим действием. В Норвегии ягоды замораживают впрок вместе с молоком, в Исландии – с кислым молоком. В Гренландии считают лакомством и используют как приправу к рыбе и тюленьему жиру (Растительные ресурсы…, 1986). В народной медицине ягоды применяют при цинге, утомлении и головной боли (Землинский, 1958).

Заготовка ягод возможна в значительных объемах, особенно в северных районах Республики Коми.



ВЬЮНОК ПОЛЕВОЙ

***Convolvulus arvensis* L.**
(Сем. Вьюнковые – Convolvulaceae)

коми: чартчан турун

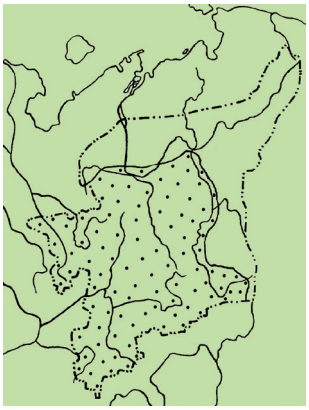
Многолетнее травянистое растение с длинными, тонкими, вьющимися стеблями длиной до 70 см. Листья яйцевидно-треугольные, в основании копьевидные. Цветки бело-розовые, венчики длиной 1.5-2.0 см, воронковидные, в пазухах стеблевых листьев. Цветет в июле–августе.

Сорное корнеотпрысковое растение. Встречается около жилья, в посевах, вдоль транспортных магистралей. Чаще в южной и средней подзонах тайги, по железной дороге доходит до г. Воркута. Собирают олиственные цветущие побеги и корни.

Ядовито. Содержит гликозид конвольвулин, алкалоиды (0.1 %), кумарины (0.2 %), дубильные вещества (0.3 %) и сапонины.

Используют только в народной медицине. Свежий сок обладает противовоспалительным, бактерицидным свойствами и назначается для лечения ран и язв. Отвар растения принимают при воспалении верхних дыхательных путей и как слабительное средство. Фармакологическое исследование галеновых препаратов вьюнка выявило их гипотензивное действие. В практической медицине применяют мало, идет для приготовления слабительных и нейроактивных препаратов (Биологическая флора…, 2003).

Для заготовки интереса не представляет из-за ограниченного применения и низкого обилия в регионе.



ВЯЖЕЧКА ГЛАДКАЯ

***Turritis glabra* L.**
(Сем. Крестоцветные – Brassicaceae)

коми: брыл турун

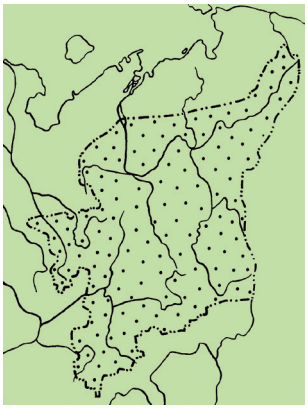
Двулетнее травянистое растение с прямым сизоватым стеблем высотой 40-70 см. Листья ланцетные, сидячие, стеблевые со стреловидным основанием, цельные, прикорневые к основанию суженные, неравномерно зубчатые. Цветки мелкие, лепестки светло-желтые, соцветие кисть. Цветет в июне–сентябре.

Сорный вид. Встречается спорадически по разнотравным и злаково-разнотравным сухим лужайкам, лесным полянам, опушкам, в кустарниках, на боровых террасах, по берегам озер, ручьям, дорогам и канавам, в посевах, на залежах. Преимущественно в подзонах южной и средней тайги. Самые северные местонахождения – в верховьях р. Мезень, в среднем течении рек Ижма и Печора. Собирают растение в фазы цветения и плодоношения.

Содержит алкалоиды и флавоноиды: гликозиды кверцетина и кемпферола (Растительные ресурсы…, 1986).

Используют в народной медицине (Баранова, 2002). Водный настой травы назначают в качестве мочегонного средства, а также при асците, ревматизме, ушибах, коликах, диарее и цинге (Растительные ресурсы…, 1986).

Для заготовки интереса не представляет из-за низкого обилия.



ГВОЗДИКА ПЫШНАЯ

***Dianthus superbus* L.**
(Сем. Гвоздичные – Caryophyllaceae)

коми: кучисавыв турун

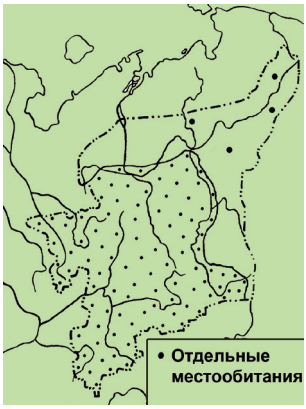
Многолетнее травянистое растение высотой 30-60 см. Корневище ползучее, шнуровидное, Листья линейно-ланцетные или линейные длиной до 10 см. Цветки розовые или беловатые. Лепестки бахромчатые, глубоко надрезанные на очень узкие доли. Цветет с июня по август.

Обычна во флоре Республики Коми. В тайге широко распространена на суходольных и пойменных лугах, склонах крупных оврагов, коренных берегов, по ручьям, берегам озер, лесным опушкам, вдоль лесных и железных дорог. В тундре встречается по склонам холмов среди ерниковой тундры, на Урале – в редких лиственничниках, луговинных тундрах, на каменистых склонах выше границы леса. Зарослей не образует. Собирают цветущие растения.

Содержит тритерпеновые гликозиды, флавоноиды и следы алкалоидов (Ларин и др., 1951), эфирное масло, которое пригодно в парфюмерии (Кучеров и др., 1976).

Клинические испытания обнаружили кровеостанавливающие свойства гвоздики, способность повышать тонус мышц матки (Гаммерман и др., 1983). Применяют для промывания глаз и при дерматозах (Растительные ресурсы…, 1984).

Для заготовки интереса не представляет из-за низкого обилия и спорадического распространения.



ГЕРАНЬ ЛУГОВАЯ

***Geranium pratense* L.**
(Сем. Гераниевые – Geraniaceae);

коми: кӧрт тув турун

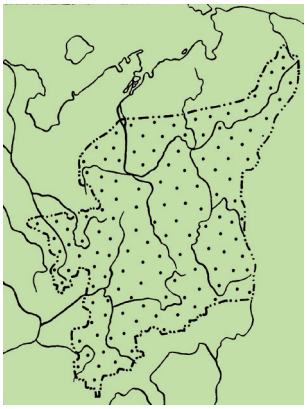
Многолетнее травянистое растение высотой 40-60 см. Стебель прямой ветвистый, внизу с коротким опушением. Листья большей частью пальчато-раздельные, доли листьев узкоромбические. Цветки сиреневато-лиловые, лепестки и чашелистики с семью и тремя жилками соответственно. Цветоножки поникающие. Цветет с июня по август.

Произрастает в таежной зоне республики на злаково-разнотравных и разнотравных пойменных и суходольних лугах, опушках, в березовых травянистых лесах, на сорных местообитаниях, огородах. Наибольшая встречаемость отмечена в бассейне Вычегды – 33 % (Мартыненко, 1989), севернее – по рекам Мезень и Печора – данный показатель снижается до 4 %. Собирают цветущие растения. Хороший медонос.

Содержит тритерпеновые гликозиды, алкалоиды, фенолкарбоновые кислоты, флавоноиды, антоцианы, дубильные вещества (Кучеров и др., 1976).

В народной медицине назначают как вяжущее при поносах, как кровеостанавливающее средство и при женских болезнях (Землинский, 1958). У коми герань используют от головной и сердечных болей, бессонницы (Ильина, 1997а).

Для заготовки интереса не представляет из-за ограниченного применения.



ГОЛУБИКА

***Vaccinium uliginosum* L.**
(Сем. Вересковые – Ericaceae)

коми: чӧдлач

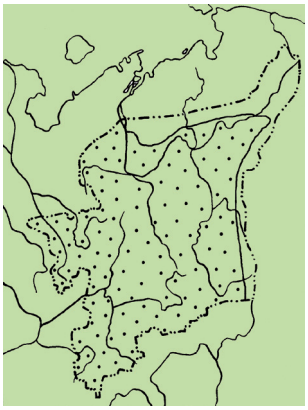
Кустарничек или кустарник высотой 25-50 см, листья обратнояйцевидные или эллиптические, матово-сизовато-зеленые, на зиму опадающие. Цветки желтоватые или розоватые, колокольчатые, мелкие, ягоды овальные, синие с сизоватым налетом. Цветет в июне–июле.

Встречается повсеместно на территории республики. Сообщества с господством данного вида наиболее характерны для северной подзоны тайги (частота встречаемости в ельниках и сосняках соответственно 40 и 68 %), где она доминирует в ельниках голубичных, голубично-долгомошных и голубично-сфагновых (Юдин, 1954б). В тундре образует заросли по краям болот, на Урале играет заметную роль в горно-тундровом ландшафте – в ольховниках, кустарничковых тундрах. Урожайность ягод в Республике Коми (Алексеева, 2000) достигает 100-150 кг/га. Популярное на Севере пищевое растение. Использовали в ликеро-водочном производстве (Александрова и др., 1964). Медонос. Мед хорошего качества.

Плоды содержат углеводы (глюкоза, фруктоза, сахароза, пектин), пектины, органические кислоты. Количество аскорбиновой кислоты не превышает 44 мг/100 г (Мартыненко и др., 1994).

В народной медицине назначают как противоцинготное средство при авитаминозе. Отвар побегов обладает гипотензивным действием. В Сибири и у коми настои листьев использовали при анемии и для улучшения обмена веществ.

Заготовка возможна. Запасы ягод покрывают местные потребности и превышают их.



ГОРЕЦ ЗЕМНОВОДНЫЙ

***Persicaria amphibia* (L.) S.F.Gray**
(Сем. Гречишные – Polygonaceae)

коми: гартан турун

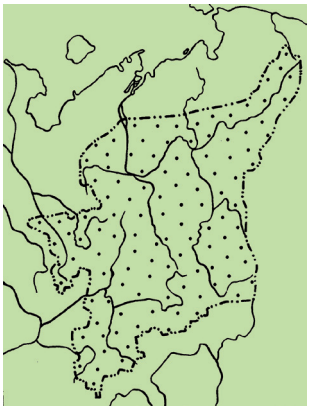
Многолетнее травянистое растение высотой 40-50 см. Корневища шнуровидные, укореняющиеся в узлах, одинаковой со стеблем толщины. Листья продолговато-ланцетные, шероховатые, сидячие, у водных форм листья на длинных черешках, плавающие, продолговатые, гладкие. Цветки розовые, соцветия толстые, плотные, на концах стеблей или ветвей. Цветет с июня по август.

Растет в озерах, на обсыхающих берегах и песчано-галечниковых отмелях, в старицах, мелких речках, на злаковых и осоковых сырых лугах. Прибрежное или погруженное в воду на глубину от 0.2 до 1.5 м растение. Широко распространено по всей лесной зоне республики. Листья собирают летом, корневища – осенью.

Обнаружены органические кислоты, алкалоиды (0.2 %), фенилкарбоновые кислоты, флавоноиды (6.5 %). Корневища содержат сапонины (6.1 %) и до 20 % дубильных веществ (Растительные ресурсы…, 1984).

Применяют для лечения подагры и диабета, отвар корневищ используют при ревматизме. Обладает вяжущим и мочегонным свойствами.

Для заготовки интереса не представляет из-за ограниченного применения, хотя иногда встречается в значительном количестве.



ГОРЕЦ ЗМЕИНЫЙ, Г. БОЛЬШОЙ

***Bistorta major* S.F.Gray**
(Сем. Гречишные – Polygonaceae)

коми: змей турун

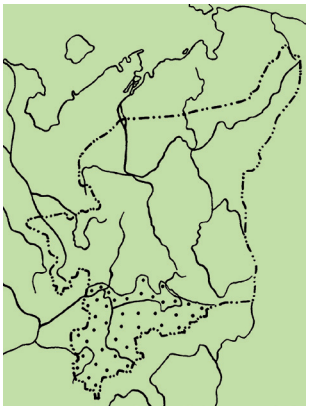
Многолетнее травянистое растение высотой 40-70 см. Стебель слегка бороздчатый с рыжеватыми раструбами. Листья широколанцетные или удлиненно-эллиптические, снизу сизые, черешки прикорневых листьев крылатые. Соцветие длиной 2.5-5.0 см, толстое, плотное. Цветки розовые. Корневище длинное, змеевидно изогнутое, толщиной до 1.5 (2.0) см. Цветет в июне–августе.

Распространен на всей территории республики. В таежной зоне приурочен к злаково-разнотравным пойменным и низинным водораздельным лугам, заболоченным травянистым лесам (березняки, ивняки, ольшаники), берегам озер, окраинам болот. В тундре характерен для луговин, моховых и кустарниковых сообществ. В горах Урала поднимается до высоты 1000 м, обилен на лугах лесного пояса, в лиственничных, пихтовых и березовых горных лесах и редколесьях. Продуктивность сырья в пойме р. Мезень составила 190 кг/га, на р. Вычегда – от 75 до 115 (Мартыненко и др., 1994). Время сбора корневищ – осень, когда образуются семена. Срок годности сырья шесть лет (Государственная фармакопея…, 1990).

Корневища содержат дубильные вещества (7.6-45.6 %), крахмал, катехины, кумарины, органические и фенолкарбоновые кислоты (Кучеров и др., 1976; Растительные ресурсы…, 1984).

В научной медицине используют как заменитель корня тропической ратании – вяжущее средство при расстройствах кишечника, воспалении слизистых оболочек, дизентерии. Наружно – в виде полосканий и примочек при стоматитах и воспалении десен (Растительные ресурсы…, 1984). Употребляют в пищу как заменитель шпината и пряноароматическое растение, заваривают вместо чая (Растительные ресурсы…, 1984).

Для заготовки нами отмечены перспективные участки в Удорском, Сыктывдинском и Усть-Куломском районах Республики Коми.



ГОРЕЦ ПЕРЕЧНЫЙ

***Persicaria hydropiper* (L.) Spach**
(Сем. Гречишные – Polygonaceae)

коми: ва гормӧг

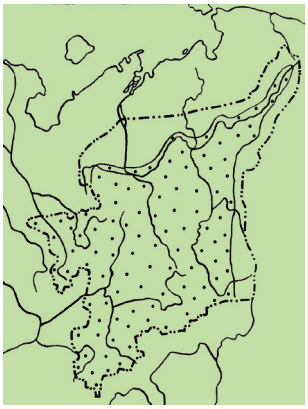
Однолетнее травянистое растение высотой 20-40 см. Листья узколанцетные, короткочерешковые. Соцветие – тонкая поникающая кисть длиной до 7 см, из мелких розоватых цветков, венчики которых покрыты точечными железками. Растение жгуче-горькое. Цветет в июле–августе.

Растет на сырых местах около канав, пойменных лугах, вдоль дорог, на огородах. Иногда образует небольшие чистые заросли. Северная граница распространения проходит по рекам Нившера, Вычегда и Северная Кельтма. Собирают растения в фазу цветения. Срок годности сырья два года (Государственная фармакопея…, 1990).

Надземная часть растения содержит флавоноиды (рутин), эфирное масло, гликозиды, сапонины и дубильные вещества. В корневищах содержание дубильных вещество достигает 6.7 % (Растительные ресурсы…, 1984).

Обладает кровеостанавливающим и антисептическим действием, входит в состав некоторых лекарственных препаратов (Землинский, 1958). Экстракт используют при изготовлении анестезола (Атлас ареалов…, 1976). В народной медицине коми отвар применяют при кровотечениях и язве желудка (Ильина, 1997а).

Для заготовки интереса не представляет из-за низкого обилия, хотя при необходимости она возможна в небольших объемах для местных нужд.



ГОРЕЦ ПТИЧИЙ

***Polygonum aviculare* L.**
(Сем. Гречишные – Polygonaceae)

коми: змеевка

Однолетнее травянистое растение высотой 15-25 см. Стебель сильно ветвистый, тонкий, лежачий или приподнимающийся, олиственный. Листья почти сидячие, мелкие, голые, эллиптические или ланцетные, на верхушке заостренные, с заметными жилками. Цветки розовые в пазухах листьев по два-четыре. Цветет с июня по сентябрь.

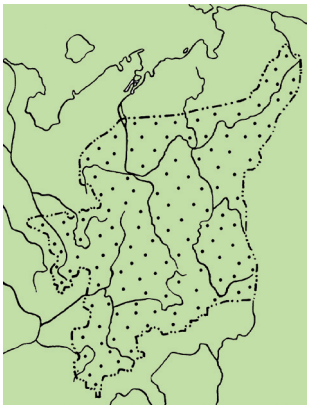
Сорное растение. Обычное в лесной зоне, проникло в лесотундру и тундру. Встречается в населенных пунктах, вдоль дорог, на пастбищах, в посевах. Иногда образует сплошные ковры. Собирают растения в фазу цветения. Срок годности сырья два года (Государственная фармакопея …, 1990). Входит в перечень видов международного рынка (Волкова и др., 1963; Vetvička, 1980).

Стебли и листья содержат флавоноиды, фенилкарбоновые кислоты, кумарины и антоцианы. Содержание дубильных веществ 1.8-4.8 % (Растительные ресурсы…, 1984).

Обладает вяжущим, кровеостанавливающим, противовоспалительным свойствами. Назначают в комплексе с другими травами при камнях в почках и для понижения артериального давления (Ларин и др., 1951).

Трава входит в состав сбора Здренко, назначаемого при злокачественных новообразованиях (Атлас ареалов…, 1976). В народной медицине коми используют давно в виде компрессов при опухолях, ломоте и болях в суставах (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна в значительных объемах в таежной зоне Республики Коми.



ГРАВИЛАТ РЕЧНОЙ

***Geum rivale* L.**
(Сем. Розоцветные – Rosaceae)

коми: вадор гӧрыдз

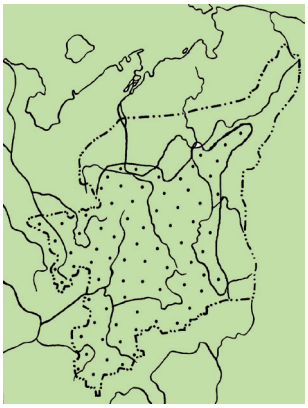
Многолетнее травянистое растение высотой 40-60 см. Прикорневые листья длинночерешковые, лировидно-перистые, стеблевые – почти сидячие, тройчатые или трехраздельные. Цветки одиночные на концах стеблей, поникающие, колокольчатые. Лепестки красноватые с темными жилками. Цветет в июне–августе.

В республике произрастает повсеместно в сырых местах, по берегам водоемов, канав, в кустарниках, на лесных опушках, окраинах болот, в травянистых лесах и на пойменных лугах. Частота встречаемости в последнем случае не превышала 4-6 %. В тундре вид встречается на луговинах, в травянистых ивняках и ерниках. На Урале – в горном лесном поясе и на субальпийских лугах. Иногда имеет высокое обилие.

Растение содержит дубильные вещества, гликозиды, органические кислоты (Ларин и др., 1951), корневища – органические кислоты, эфирное масло, сапонины, алкалоиды и дубильные вещества (28-45 %), листья – витамин С, каротин, дубильные вещества (18 %). Корни и корневища, собранные в фазу плодоношения, обладают вяжущими свойствами (Флора северо-востока…, 1976).

Наряду с гравилатом городским (*Geum urbancum* L.) признан официнальной медициной. Применяют как самостоятельный препарат, так и в смесях с другими растениями. Принимают внутрь и используют для ванн, полосканий, припарок и примочек при самых различных заболеваниях. При тромбофлебите и склонности к тромбозам его длительное применение нежелательно, поскольку препараты гравилата повышают свертываемость крови. При очень низких показателях кровяного давления и упорных запорах принимать его необходимо с осторожностью. В народной медицине отвар корней и корневищ назначали как общеукрепляющее средство после тяжелых болезней (Махлаюк, 1992) и для лечения малярии (Волкова и др., 1963).

Для заготовки интереса не представляет из-за отсутствия спроса.



ДЕВЯСИЛ БРИТАНСКИЙ

***Inula britannica* L.**
(Сем. Астровые – Asteraceae)

коми: вижъюр турун

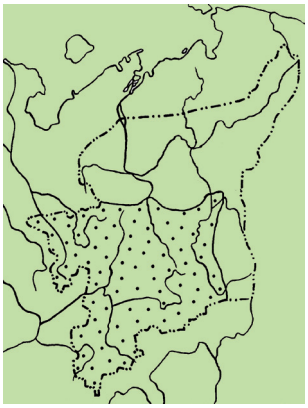
Многолетнее травянистое растение высотой до 40 см. Листья цельнокрайные, ланцетные. Соцветие – корзинка до 2 см в диаметре. Язычковые и трубчатые цветки желтые. Все части растения, включая семена, опушенные. Цветет в июле–августе.

Растет на приречных песках, пойменных и суходольных лугах, в кустарниках, по обочинам дорог, на мусорных местах. По р. Вычегда, в верхнем течении р. Печора и южнее девясил встречается часто, отдельные местонахождения отмечены на реках Печорская Пижма, Мезень и Ижма, в устьях рек Щугер и Колва. Собирают цветущие растения.

Содержит эфирные масла, фенолы, сесквитерпеноиды, сапонины, алкалоиды, инулин (Растительные ресурсы России..., 1993).

Неофицинальный вид. Разрешен к применению в некоторых странах Западной Европы. В монгольской медицине используют как тонизирующее, общеукрепляющее, повышающее сопротивляемость организма и стимулирующее обмен веществ растение. В народной медицине отвары и настои корневищ используют при диарее, а также как желчегонное и отхаркивающее средство. В традиционной медицине коми траву используют в быту для лечения ран (Флора северо-востока..., 1977).

Заготовка возможна в очень небольших объемах по берегам рек в южной части Республики Коми.



ДЕРБЕННИК ИВОЛИСТНЫЙ

***Lythrum salicaria* L.**
(Сем. Дербенниковые – Lythraceae)

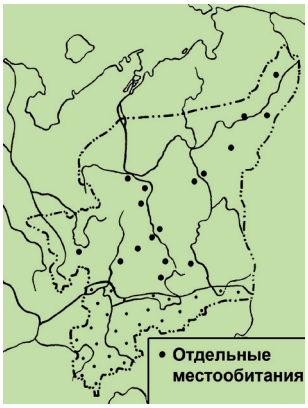
Крупное многолетнее травянистое растение с прямостоячим ребристым стеблем высотой 60-100 см. Корневище толстое, деревянистое. Листья длиной до 3 см ланцетные, сидячие, верхние – очередные, нижние – супротивные. Цветки крупные, пурпуровые, собраны в длинную кисть. Цветет в июле–августе.

Произрастает по берегам рек и ручьев, на песках, по заболоченным берегам стариц, окраинам низинных болот, кочковатым лугам. Встречается спорадически, по р. Вычегда и к югу от нее – чаще, отмечен в среднем течении рек Мезень и Печора, около г. Ухта, на озерах Синдор и Донты. Собирают в фазу цветения.

Содержит эфирные масла, флавоноиды, фенилкарбоновые кислоты, дубильные вещества и следы алкалоидов. Корневища содержат сапонины (Растительные ресурсы…, 1987).

Обладает противовоспалительным, диуретическим, болеутоляющим, вяжущим и ранозаживляющим действием (отвары и настойки). Использовали как пищевой краситель в кондитерском деле (Растительные ресурсы…, 1987). В народной медицине коми траву применяли как вяжущее средство (Флора северо-востока..., 1976).

Для заготовки интереса не представляет, так как на территории Республики Коми это довольно редкий вид.



ДЕСКУРАЙНИЯ СОФЬИ

***Descurainia sophia* (L.) Webb. ex Prantl**
(Сем. Крестоцветные – Brassicaceae)

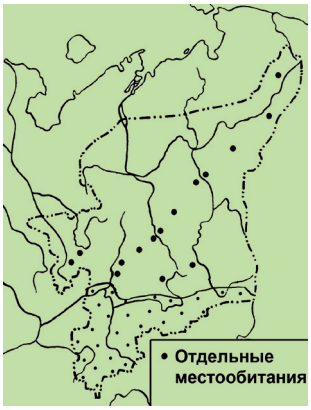
Однолетнее травянистое растение высотой 15-20 см, сероватое от коротких ветвистых волосков. Листья дважды или трижды перисторазделъные на мелкие доли 1-6 мм длины, сидячие с ушками. Цветки бледно-желтые, соцветие – кисть. Цветет с июля по август.

Сорный вид. Растет на мусорных местах, вдоль железных дорог, возле домов, у скотных дворов, по канавам, в зарослях кустарников, в посевах, на залежах, в посадках картофеля. Спорадически встречается в южных и центральных районах республики. Больше всего местонахождений по железной дороге (станции Межог, Иоссер, Ухта, Печора, Косью и Воркута), отмечен также в нижнем течении рек Ижма и Колва. Ценное лекарственное растение. Собирают траву в фазы цветения и плодоношения.

Ядовита, особенно семена. Содержит спирт (гелиоскопиол), стероидные гликозиды, небольшое количество алкалоидов, кумарины, флавоноиды. Обнаружен тиогликозид синигрин. В семенах – карденолиды, содержание жирных масел – 27-36 % (Растительные ресурсы…., 1986).

Обладает кардиотропным действием. В медицине народов России (Баранова, 2002) применяют как вяжущее, мочегонное, антисептическое и ранозаживляющее средство. В последнем случае к ранам прикладывают измельченные свежие листья (Махлаюк, 1992). В тибетской медицине используют при сибирской язве.

Заготовка нецелесообразна из-за низкого обилия.



ДОННИК БЕЛЫЙ

***Melilotus albus* Medik.**
(Сем Бобовые – Fabaceae)

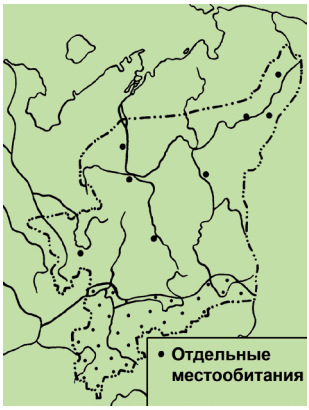
Двулетнее травянистое растение высотой до 1.5 м. Листья тройчатые, зубчатые по всему краю листочков. Цветки желтовато-белые, в рыхлых кистях. Цветет с июня по август.

Заносный вид. Интенсивно расселяется по рудеральным местообитаниям – обочинам дорог, свалкам, в населенных пунктах около новостроек. Обычен в южных и центральных районах Республики Коми (бассейны рек Луза, Сысола, Вычегда). По железной дороге проникает до Воркуты. Натурализующийся, пришедший из культуры вид. Иногда образует заросли. Собирают верхушки стеблей с листьями и соцветиями в фазу цветения. Медоносное и ароматическое растение.

Содержит флавоноиды, кумарины (Растительные ресурсы..., 1987), тритерпеновые гликозиды (Шадрин, 2013).

Во многих областях России относят к видам народной медицины (Овеснов, 1997; Баранова, 2002).

Заготовка возможна в ограниченном объеме в местах образования зарослей.



ДОННИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

***Melilotus officinalis* (L.) Pall.**
(Сем Бобовые – Fabaceae)

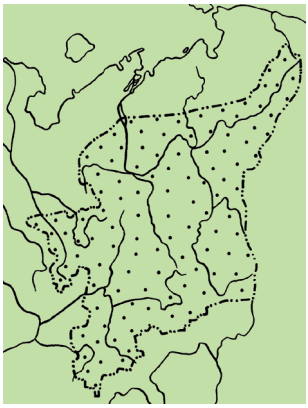
Двулетнее травянистое растение высотой 60 (120) см со стержневым корнем. Листья очередные, черешковые, тройчатые, листочки продолговатые, мелкопильчато-зубчатые. Цветки желтые, собранные в длинные кисти. Цветет в июле–августе.

Сорно-рудеральное растение. Встречается в посевах зерновых и бобовых культур, по откосам железнодорожных насыпей, около жилья, на сорных местах. Натурализующийся, пришедший из посевов вид (Jäger, 1977). Иногда образует заросли, особенно на песчаном субстрате. Отмечается спорадически по всей республике, к югу – чаще. Собирают верхушки цветущих стеблей с листьями. Медонос.

Ядовит. Содержит кумарины, обладающие противосудорожным действием. (Атлас ареалов…, 1976), тритерпеновые гликозиды (Шадрин, 2013).

Официнальный вид. Используют как противосудорожное средство, при стенокардии и тромбозе коронарных сосудов. Наружно – для лечения нарывов и нагноений. В народной медицине применяют при бронхите, бессоннице, а у коми – как потогонное средство (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна в местах образования зарослей.



ДУДНИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

***Angelica archangelica* L.**
(Сем. Зонтичные – Apiaceae)

коми: омра пӧлян

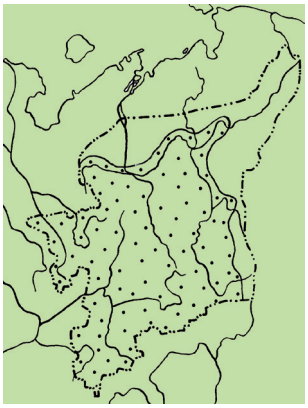
Крупное многолетнее травянистое растение высотой до 2.5 м с приятным запахом. Стебель полый, в верхней части ветвистый. Прикорневые листья очередные длиной до 80 см, дважды и трижды перисторассеченные, с хорошо выраженными влагалищами. Корневище короткое толстое. Цветки зеленоватые, мелкие, невзрачные, собраны в крупный, почти шаровидный сложный зонтик. Цветет в июле–августе.

Распространен повсеместно на территории республики. Встречается по берегам рек, озер, пойменным лугам, в приречных кустарниках и лесах, сырых тундрах. Растение предпочитает длительно заливаемые поймы. Частота встречаемости в нижнем течении р. Печора (Усть-Цильма) – до 44 % (Мартыненко, 1989), в других районах она намного меньше.

Корни и корневища содержат до 1 % эфирных масел (Кучеров и др., 1976), смолы, дубильные вещества, кумарины и флавоноиды (Атлас ареалов…, 1976).

Официнальный вид. Корни и корневища применяют при желудочно-кишечных заболеваниях, а также в качестве мочегонного средства, используют при истощении нервной системы, ревматизме и артрите (Атлас ареалов…, 1976). В народной медицине настойку из корней и корневищ употребляют как желче- и потогонное средство (Махлаюк, 1992). В парфюмерии и ликеро-водочном производстве используют как ароматическое растение.

Заготовка возможна в значительных объемах в поймах рек, запасы превышают местные потребности.



ДУШИСТЫЙ КОЛОСОК

***Anthoxanthum odoratum* L.**
(Сем. Мятликовые – Poaceae)

коми: рудзӧг турун

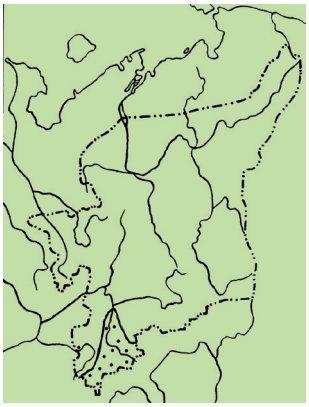
Многолетний злак высотой 20-30 см. Листья линейные, шириной до 5 мм, по краям реснитчатые. Соцветие – колос. Отдельные колоски ланцетовидные, блестящие, желтовато-зеленые. Цветет в июне–июле.

Одно из характерных растений мелкотравных лугов лесной зоны. В тундре встречается северная раса данного вида. Произрастает в речных долинах и на водоразделах, на Урале – на субальпийских лугах, горных лиственничниках и березняках, на луговинах равнинных тундр. На лугах бассейна р. Луза отмечена наибольшая частота встречаемости в таежной зоне – 42 % (Мартыненко, 1989). Собирают траву в фазу колошения–цветения.

Содержит кумарины, придающие растению особый аромат (Ларин и др., 1950).

В народной медицине применяют как обезболивающее, успокаивающее и мочегонное средство. Водный отвар или настой травы назначают при туберкулезе легких. Используют как ароматическое сырье в ликеро-водочном производстве, мыловарении и парфюмерии, при изготовлении пищевых эссенций, отдушки табаков (Растительные ресурсы России…, 1994).

Заготовка возможна в значительных объемах.



ДУШИЦА ОБЫКНОВЕННАЯ

***Origanum vulgare* L.**
(Сем. Губоцветные – Lamiaceae)

коми: вадор душник

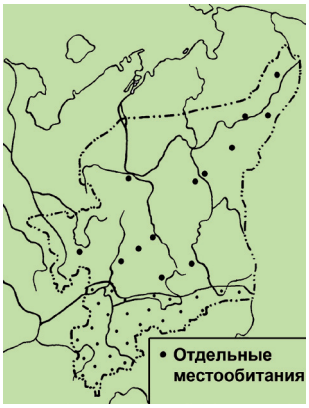
Многолетнее травянистое растение высотой до 40 см. Стебель четырехгранный, мягковолосистый. Листья продолговато-яйцевидные, по краям неясно-зубчатые. Цветки мелкие, с приятным запахом, лилово-розовые, многочисленные, собраны в щитковидную метелку. Цветет в июле–августе.

Встречается только по р. Сысола на разнотравные лугах. Собирают цветущие растения. Хороший медонос. Проходит испытания в культуре (Мишуров и др., 2003).

Надземная часть содержит большое количество эфирного масла, основными компонентами которого являются тимол (до 44 %), карвакрол и сесквитерпены. Обнаружены флавоноиды, дубильные вещества (Атлас ареалов…, 1976).

Официнальный вид. В практической медицине применяют как успокаивающее, болеутоляющее, антисептическое, желудочное и отхаркивающее средство (Машковский, 1987). В народной медицине очень популярна во многих областях России. Входит в состав грудного, пото- и ветрогонного сборов, применяют для полоскания горла (Турова, 1974). В парфюмерии и косметике можно использовать как ароматическое сырье.

Заготовке не подлежит, так как данный вид включен в Красную книгу Республики Коми (2009).



ДЫМЯНКА АПТЕЧНАЯ

***Fumaria officinalis* L.**
(Сем. Дымянковые – Fumariaceae)

коми: кринча пӧжан турун

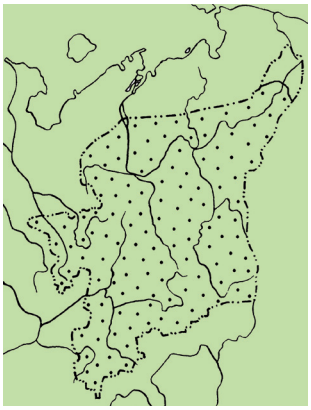
Однолетнее травянистое растение высотой 15-20 см. Стебель ветвистый. Листья перистые, рассеченные на многочисленные линейные дольки, сизовато-зеленые, нижние – на черешках, верхние – сидячие. Цветки розовые с темно-красными верхушками, мелкие. Цветет с июня по август.

Сорное растение. Встречается на огородах, около жилья, вдоль транспортных магистралей. Чаще отмечается по р. Вычегда и к югу от нее. Самые северные местонахождения – на реках Мезень, Ухта и Печора. Собирают в фазу цветения.

Ядовита. Стебли и листья содержат алкалоиды и фумаровую кислоту.

Входила в первое-третье издания отечественной фармакопеи. В народной медицине многих стран используют как моче-, желче- и потогонное средство, сок – при заболеваниях кожи (Махлаюк, 1992). В Германии используют от кишечных паразитов (Vetvička, 1980).

Для заготовки интереса не представляет из-за небольшого обилия.



ЕЛЬ СИБИРСКАЯ

***Picea obovata* Ledeb.**
(Сем. Сосновые – Pinaceae)

коми: коз пу

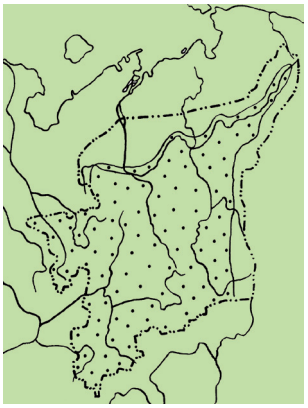
Дерево высотой до 20-25 м, крупное, с остроконечной кроной, мутовчатым ветвлением, пластинчатой серой корой. Молодые ветви густо рыжевато-волосистые. Хвоя четырехгранная, колючая, жесткая, сидит поодиночке. Шишки длиной 3-6 (8) см, чешуи шишек округло-почковидные, цельнокрайные, с ровными, закругленными верхушками.

Образует основные массивы таежных лесов на водоразделах, в долинах рек и по склонам Уральских гор. Основные типы – ельники зеленомошные, долгомошные, сфагновые и травянистые (Юдин, 1954б). Запасы ели в эксплуатационном фонде республики составляет 60 % (Бобкова и др., 2000). Собирают хвою, кору и смолу.

Кора содержит дубильные вещества (8-12 %), смолы и терпены (Кучеров и др., 1976), хвоя – эфирное масло, пригодное для изготовления лосьонов (Дацковский, Дацковский, 1995). Из еловой живицы получают скипидар, канифоль, из древесины – деготь и активированный уголь.

Препараты из ели назначают при ревматизме, артритах, для ингаляций. Настои и отвары лапки (охвоенных молодых ветвей) и шишек применяют для профилактики и лечения цинги, кожных сыпей, а также в качестве отхаркивающего средства (Растительные ресурсы…, 1989). У коми в отваре молодых побегов принимали ванны больные ревматизмом. Живицей, смешанной с топленым маслом, смазывали нарывы, незаживающие раны и места, пораженные чесоткой. Загустевшую смолу жевали для устранения запаха изо рта, накладывали на больной зуб (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна, запасы сырья (смола, хвоя и кора) значительны и превышают местные потребности.



ЖЕЛТУШНИК ЛЕВКОЙНЫЙ

***Erysimum cheiranthoides* L.**
(Сем. Крестоцветные – Brassicaceae)

коми: пуртӧса турун

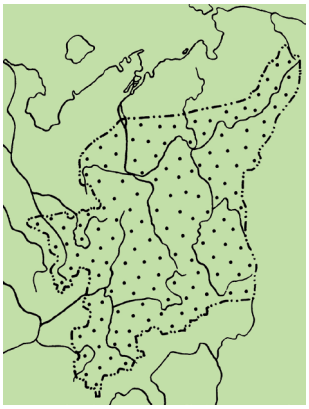
Одно-двулетнее травянистое растение высотой (10) 20-30 см. Листья продолговато-ланцетные, острые, редкозубчатые, шероховатые от трехраздельных волосков. Цветки мелкие, ярко-желтые, собраны в кистевидные соцветия. Плод – линейный стручок длиной 2-4 см с редким звездчатым опушением. Цветет в мае–сентябре.

Обычный сорный вид. Встречается в посевах яровых культур, на залежах и огородах, по канавам, у жилых домов и разрушенных строений, на мусорных местах и свалках, вдоль железнодорожных насыпей. Отмечают также на лугах, песчаных аллювиях, опушках. Ареал охватывает всю республику, в тундре произрастает реже (только около поселений). Собирают траву в фазы цветения–плодоношения.

Трава и семена содержат сердечные гликозиды, производные строфантидина, флавоноиды (Атлас ареалов…, 1976). Данный вид можно рассматривать как резервный источник препаратов сердечного действия.

В настоящее время указанный вид заменен желтушником серым (*Erysimum canescens*), который на Севере не произрастает.

Для заготовки не представляет интереса, так как в настоящее время в практической медицине не используют.



ЖИВОКОСТЬ ВЫСОКАЯ

***Delphinium elatum* L.**
(Сем. Лютиковые – Ranunculaceae)

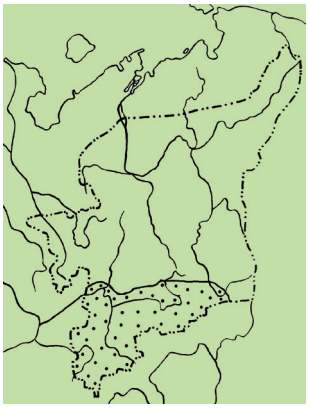
Многолетнее травянистое растение высотой более 1 м. Стебель почти голый, с отклоненными книзу редкими волосками. Листья в очертании округлые, рассеченные на ромбические доли с острыми конечными зубцами. Цветки неправильные, ярко-синие, собраны в соцветие кисть. Цветет в июне–августе.

Встречается в лесной и тундровой зонах в долинах многих рек (бассейны Печоры, Мезени, Лузы и Вычегды) в разнотравных пихтарниках, ельниках, елово-березовых лесах, березняках, на опушках, в кустарниках. В тундре растет на луговинах около рек и озер, в ерниках и ивняках, а на Урале обычен на субальпийских крупнотравных лужайках. Собирают цветущие растения и корни.

Ядовита. Содержит дитерпеновые алкалоиды. Обладает инсектицидными свойствами (Ларин и др., 1951).

Используют для получения препаратов кураreподобного действия (Волкова и др., 1963), применяют наружно при ожогах. Надземная часть растения служит источником для получения алкалоида элатина, используемого в клинике нервных болезней (Растительные ресурсы…, 1984).

Начато углубленное изучение вида как перспективного источника дитерпеновых алкалоидов.



ЖИВУЧКА ПОЛЗУЧАЯ

***Ajuga reptans* L.**
(Сем. Губоцветные – Lamiaceae)

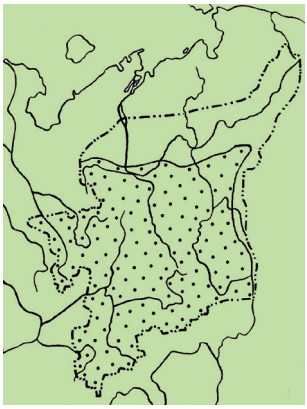
Многолетнее травянистое растение высотой 10-20 см со стелющимися побегами. Листья обратнояйцевидные, нижние – в прикорневой розетке, черешковые, верхние – почти сидячие. Цветки синие, собраны в верхушечное колосовидное соцветие. Цветет в мае–августе.

Произрастает в травянистых осиновых, березовых, хвойных и смешанных лесах, на лесных полянах, опушках, в кустарниках, на вырубках. Вид приурочен к южной части средней тайги (реки Луза, Сысола, Вычегда, верхняя Печора) и подзоне южной тайги (р. Летка). Под пологом леса плотность популяций живучки составляет 5-35, на открытых пространствах – 70-100 экз./м^2 (Тетерюк, 2003). Собирают цветущие растения.

Содержит алкалоиды, дитерпеноиды, иридоиды (Растительные ресурсы…, 1991), дубильные вещества (Нейштадт, 1963). Обнаружены фитоэкдистероиды (структурные аналоги гормонов линьки членистоногих), обладающие анаболической и стресспротекторной активностью у млекопитающих (Фитоэкдистероиды, 2003).

В народной медицине применяли как ранозаживляющее, противовоспалительное, гемостатическое средство. Настой – при язвенной болезни желудка, для лечения малярии. Наружно – для укрепления волос и усиления их роста (Растительные ресурсы..., 1991).

Заготовка возможна в незначительных объемах из-за ограниченного распространения (юг Республики Коми).



ЗВЕЗДЧАТКА ЛАНЦЕТОЛИСТНАЯ

***Stellaria holostea* L.**
(Сем. Гвоздичные – Caryophyllaceae)

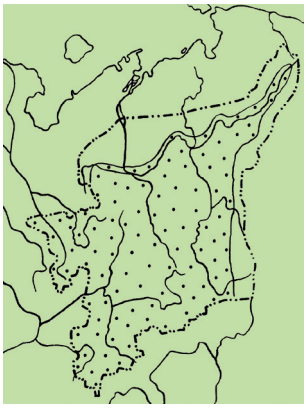
Многолетнее травянистое растение высотой 20-30 см. Корневище ползучее, ветвистое, стебель восходящий, четырехгранный. Листья крупные, длиной 4-7 (10) см, линейно-ланцетные, сидячие. Цветки крупные, белые, лепестки до половины надрезанные. Соцветие раскидистое, из полузонтиков. Цветет с июня по август.

Обычные местонахождения – в травянистых хвойных, смешанных, березовых и осиновых лесах, кустарниках, часто – в долинах рек, на опушках, вырубках в южной и средней подзонах тайги, севернее – в верховьях р. Мезень, на реках Ижма, Печора и Сыня. Траву собирают в фазу цветения.

Ядовито. Сведения о химическом составе в литературе отсутствуют.

В народной медицине применяли при кашле, простуде, ломоте в суставах, а также как сердечно-сосудистое, противовоспалительное средство (Баранова, 2002).

Заготовка возможна при необходимости в небольших объемах, но в настоящее время не востребована.



ЗВЕЗДЧАТКА СРЕДНЯЯ

***Stellaria media* (L.) Vill.**
(Сем. Гвоздичные – Caryophyllaceae)

коми: нявда

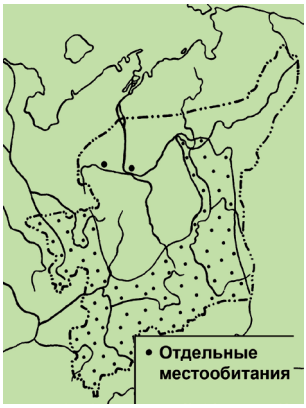
Однолетнее травянистое растение высотой 15-20 см. Стебель восходящий, ветвистый, круглый, опушение располагается в один ряд. Нижние листья на черешках, яйцевидно-сердцевидные, при основании реснитчатые. Цветки белые, лепестки двураздельные. Цветет с июня по август.

Один из самых распространенных злостных сорняков на территории республики. Растет на огородах, в посевах зерновых, посадках картофеля, на сорных местах, торфяных кучах. Предпочитает влажные почвы. Интенсивно развивается в сырые годы. На Крайнем Севере обычна в поселениях и их окрестностях. Собирают растение в течение всего лета.

Содержит алкалоиды (Александрова и др., 1964), аскорбиновую кислоту, тритерпеновые гликозиды, флавоноиды и дубильные вещества.

Применяют в свежем виде при болезнях печени, легких и сердца, как диуретическое и слабительное средство. Используют в гомеопатии. В народной медицине коми применяют как противоцинготное, антисептическое и противовоспалительное средство (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна, запасы значительны и превышают местные потребности, но в настоящее время не востребована.



ЗВЕРОБОЙ ПЯТНИСТЫЙ

***Hypericum maculatum* Crantz**
(Сем. Зверобойные – Hypericaceae)

коми: уразнӧй турун, чай турун

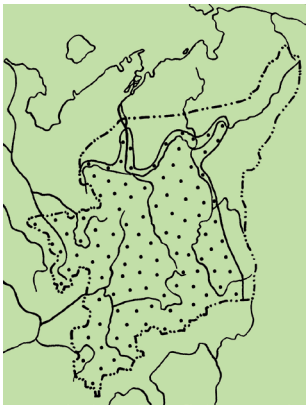
Многолетнее травянистое растение высотой 20-40 см с супротивными листьями. Стебель четырехгранный, полый, внизу красноватый. Листья яйцевидно-эллиптические, иногда с редкими просвечивающими точками. Цветки золотисто-желтые, на поверхности с черными железками в виде точек, полосок. Соцветие – щитковидная метелка. Цветет в июле–августе.

Встречается довольно часто в таежной зоне на суходольных лугах, опушках, пойменных гривах высокого и среднего уровня, в кустарниках, на вырубках, в осветленных травянистых хвойных и смешанных лесах. На севере доходит до верховьев р. Мезень, среднего течения р. Вымь, р. Ухта, по Печоре – до Колвы. Отдельные точки отмечены на р. Цильма, в устье Ижмы. Частота встречаемости на лугах высокого уровня на р. Луза составила 42, к северу – 21-27 %. Минимальная и максимальная и продуктивность сырья в таежной зоне составляет 32 и 72 г/м^2 соответственно (Мартыненко, 1995). Собирают верхушки стеблей с листьями и соцветиями в фазу цветения.

Надземные части растения содержит флавоноиды, дубильные вещества, конденсированные антраценовые производные (гиперицин, псевдогиперицин). Полезные свойства аналогичны для фармакопейного вида зверобоя продырявленного (*Hypericum perforatum*), который на территории Республики Коми практически не встречается.

Препараты зверобоя имеют многостороннее применение, обладая противомикробными, вяжущими, желчегонными свойствами. Данный вид входит в состав некоторых препаратов для лечения ожогов и фурункулов (Мартыненко и др., 1980). В народной медицине коми зверобой очень популярен. Применяют при ангине, желудочно-кишечных заболеваниях (Флора северо-востока..., 1976). Используют в ликеро-водочном производстве (настойка «Зверобой») и косметике (Дацковский, Дацковский, 1995).

Заготовка возможна в достаточных для местных нужд объемах.



ЗЕМЛЯНИКА ЛЕСНАЯ

***Fragaria vesca* L.**
(Сем. Розоцветные – Rosaceae)

коми: оз

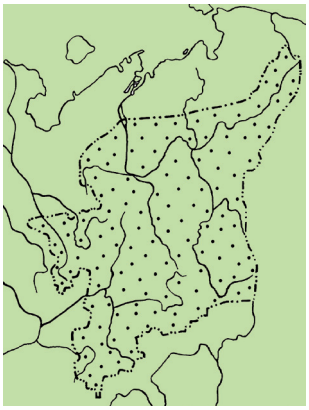
Многолетнее травянистое растение высотой 8-15 см. Листья прикорневые, тройчатые, с зубчатыми долями, в пазухах листьев развиваются длинные, укореняющиеся в узлах ползучие побеги. Черешки листьев горизонтально оттопырено-волосистые. Цветки белые, Плоды сочные, почти округлые с многочисленными сухими плодиками («семянками»). Цветет в июне–августе.

Растет по всей таежной зоне в поймах по вершинам и склонам незаливаемых грив, на суходольных лугах, вырубках, по склонам коренных берегов, лесным полянам, на опушках, в травянистых разреженных березовых, смешанных, а иногда в еловых, лиственничных и сосновых лесах. На Урале отсутствует. Северные точки – на реках Цильма, Печора и Уса. Максимальная частота встречаемости земляники на слабо заливаемых лугах р. Луза составляет 17, на р. Мезень – 10 %. Средний урожай равен 60 кг ягод/га. Собирают зрелые плоды и листья. Медонос.

Надземные части растения содержат эфирное масло, витамин С, флавоноиды, дубильные вещества (до 9 %) и каротин, плоды – сахара, пектины, органические кислоты. При этом аскорбиновой кислоты в листьях больше (Ларин и др., 1951), чем в плодах, где ее содержание составляет 54 мг/100 г (Мартыненко и др., 1994).

Применяют как противоцинготное и мочегонное средство (при камнях в почках), используют для приготовления чаев в комплексе с другими растениями. Из свежего сока делают косметические маски. В Германии – популярное лекарственное растение (Vetvička, 1980).

Заготовка возможна в значительных объемах в таежной зоне Республики Коми.



ЗОЛОТАРНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

***Solidago virgaurea* L.**
(Сем. Астровые – Asteraceae)

коми: месячнӧй турун

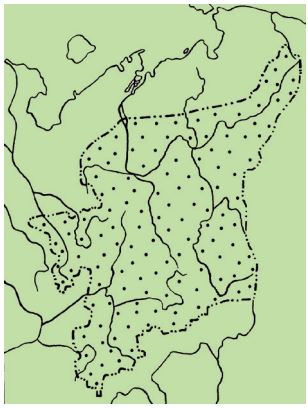
Многолетнее травянистое растение высотой 15-40 см с прямыми, внизу голыми стеблями. Прикорневые листья овально-эллиптические, тупые, пильчато-зубчатые на длинных крылатых черешках, верхние – ланцетные, почти сидячие. Цветки желтые. Корзинки многочисленные, в кистевидном или узкометельчатом соцветии. Цветет в июне–июле.

Широко распространен в таежной и тундровой зонах республики на пойменных и суходольных лугах, в кустарниках, еловых, березовых лесах, сосняках разнотравно-зеленомошных, в ерниковых равнинных тундрах. На Урале является постоянным компонентом субальпийских мелкотравных лугов, ольховников, травянистых ерниковых и ивняковых горных тундр. Используют цветущие облиственные стебли. Поздний медонос.

Ядовит. Надземные части растения содержат алкалоиды, тритерпеновые гликозиды, производные олеаноловой кислоты, дубильные вещества, флавоноиды и кумарины (эскулетин, эскулин).

В народной медицине относят к желчегонным, мочегонным и желудочным средствам (Александрова и др., 1964). Народные целители коми используют отвар травы для лечения туберкулеза легких, при заболеваниях печени и желудка (Ильина, 1997а).

Для заготовки интереса не представляет как мало востребованное растение.



ЗУБРОВКА ДУШИСТАЯ

***Hierochloë odorata* (L.) Beauv.**
(Сем. Мятликовые – Poaceae)

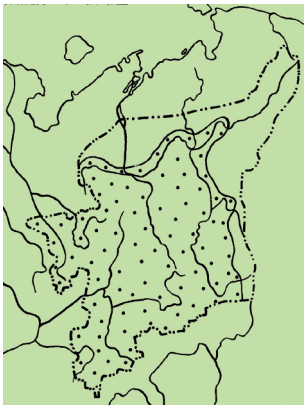
Многолетнее травянистое растение высотой до 60 см. Листья линейные, до 5 мм ширины, шероховатые. Соцветие раскидистая метелка с длинными тонкими веточками и блестящими колосками. Цветет в июле–августе.

Распространена на всей территории Республики Коми, больших зарослей не образует. Приурочена к хорошо аэрируемым песчаным и супесчаным почвам преимущественно в прирусловых зонах речных пойм и на гривах, луговых склонах речных террас, суходольных лугах и тундровых луговинах. Собирают траву в фазу колошения.

Содержит алкалоиды, кумарин и гликозиды (Александрова и др., 1964; Ларин и др., 1950). Траву использовали в ликеро-водочном производстве (настойка «Зубровка»).

В народной медицине назначают водный настой или спиртовую настойку для усиления деятельности желудочно-кишечного тракта и возбуждения аппетита.

Заготовка возможна в небольших объемах.



ИВА КОЗЬЯ

***Salix caprea* L.**
(Сем. Ивовые – Salicaceae)

коми: бадь

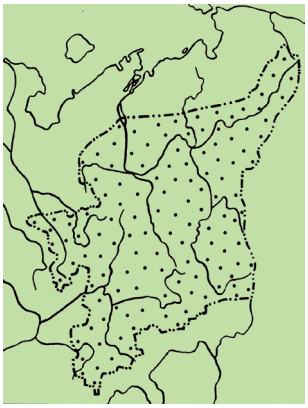
Дерево или древовидный кустарник высотой до 10 м. Листья эллиптические, крупные, 5-10 см длины и 3-5 см ширины, со слабоволнистым или ровным краем, сверху темно-зеленые, негусто опушенные, снизу – сероватые, бархатистые, с волосками, изогнутыми на верхушке. Сережки крупные, с черными прицветными чешуями. Цветет до распускания листьев, в мае.

Растет на хорошо дренированных почвах в лесной зоне. Встречается в подлеске смешанных и хвойных лесов, часто достигает величины дерева. На территории республики имеет северную границу распространения. Самые северные местонахождения на реках Цильма, Печора, Уса, к югу – довольно часто. В таежной зоне можно заготовить 1000 кг/га коры (Бобкова и др., 2000). Ранний медонос.

Кора содержит 9-10 % дубильных веществ (Мартыненко и др., 1994), салициловую кислоту (Овеснов, 1997). В прошлом использовали для получения салициловой кислоты (Ларин и др., 1950).

В практической медицине кору применяют как жаропонижающее, потогонное, антисептическое и вяжущее средство. Народные целители используют при лихорадке, поносах и ревматизме, наружно для полоскания горла, лечения ран и ожогов (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна, запасы сырья превышают местные потребности.



ИВА ФИЛИКОЛИСТНАЯ

***Salix phylicifolia* L.**
(Сем. Ивовые – Salicaceae)

коми: бадь

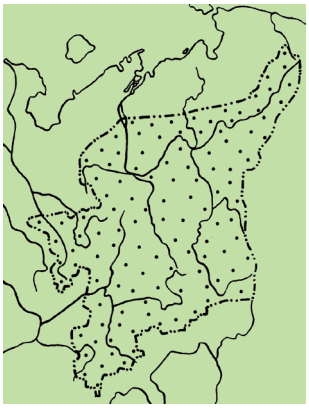
Кустарник высотой 1.0-2.5 м с красноватыми или желтовато-бурыми ветвями. Листья 4-8 см длины и 2-4 см ширины, обратнояйцевидные, эллиптические или яйцевидно-ланцетные, к основанию суженные, неравномерно зубчатые, с наибольшей шириной выше середины. Цветет раньше или одновременно с распусканием листьев в мае.

Предпочитает условия хорошего, но не застойного увлажнения. Обычна в таежной зоне, лесотундре и тундре. Является содоминантом кустарникового яруса заболоченных лесов, болот и кустарниковых тундр. Широко распространена на Урале в предгорном поясе, преимущественно южнее 64° с.ш., а также в верховьях р. Щугор.

Содержание дубильных веществ в коре – в среднем 11.7 % (Мартыненко и др., 1994), кроме того, в ней обнаружен гликозид салицин. Высокотанидоносное растение (Александрова и др., 1964), к которым относят и иву шерстистопобеговую (*Salix* ***dasyclados***) с 14 % дубильных веществ, широко распространенную в прирусловых зонах рек.

Использование коры обоих видов аналогично – (*см.* «Ива козья»).

Заготовка возможна, запасы танидоносных ив превышают местные потребности.



ИВАН-ЧАЙ УЗКОЛИСТНЫЙ

***Chamaenerion angustifolium* (L.) Scop.**
(Сем. Кипрейные – Onagraceae)

коми: вой йыв

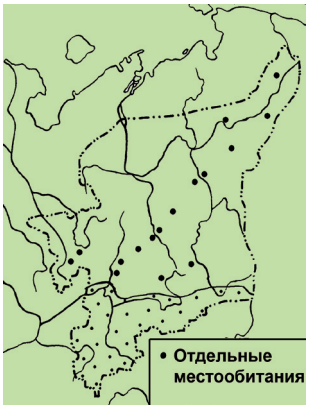
Многолетнее травянистое растение высотой 50-150 см. Все листья очередные, сидячие, острые, с хорошо заметной средней жилкой, сверху ярко-зеленые, снизу бледные. Цветки красновато-розовые или бледно-розовые в верхушечной кисти. Цветет в июле.

Образует чистые заросли на вырубках, гарях, по обочинам дорог, встречается в травянистых лесах, на опушках, активно заселяет нарушенные экотопы. Обычен на всей территории республики. Собирают цветущие растения и корни. Отличный медонос, медопродуктивность зарослей составляет до 400 кг/га (Таскаев и др., 2000).

Листья содержат полисахариды и алкалоиды (Александрова и др., 1964), флавоноиды, тритерпеновые гликозиды, производные олеаноловой и урсоловой кислот, а также дубильные вещества, что обусловило широкое его применение в прошлом на севере России как суррогата чая («капорский чай»).

В народной медицине употребляли от головной боли, как вяжущее и общеукрепляющее средство. Отвар корней назначали при желудочно-кишечных расстройствах (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна, запасы сырья превышают местные потребности.



ИКОТНИК СЕРЫЙ

***Berteroa incana* (L.) DC.**
(Сем. Крестоцветные – Brassicaceae)

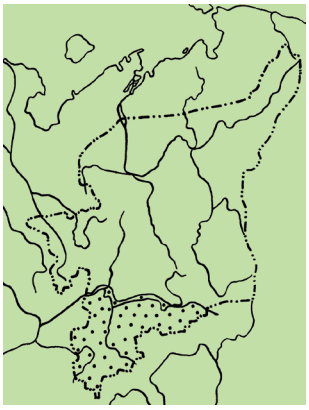
Двулетнее травянистое растение высотой 20-40 (50) см. Листья ланцетные, цельнокрайные, сидячие. Растение серо-зеленое от коротких ветвистых и простых волосков. Цветки белые, лепестки глубоко двураздельные. Цветет с июня по сентябрь.

Сорное растение. Встречается на мусорных местах, пустырях, у старых построек, на городских улицах, вдоль железных дорог, иногда в посевах, на залежах, в зарослях кустарников; спорадически – по всей республике; до Воркуты проникает по железной дороге. Используют все части растения, включая семена.

Содержит гликозиды (Кучеров и др., 1976). Химический состав недостаточно изучен.

В народной медицине используют моче- и потогонные, вяжущие, успокаивающие и ранозаживляющие свойства растения.

Для заготовок интереса не представляет из-за низкого обилия и ограниченного применения.



КАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

***Viburnum opulus* L.**
(Сем. Калиновые – Viburnaceae)

коми: жов пу

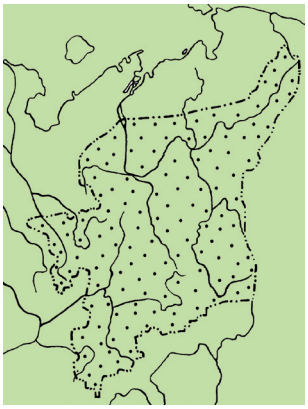
Кустарник высотой 1.5-3.0 м. Листья трехлопастные, с крупными зубцами, снизу опушенные; черешки листьев длинные, при основании с нитевидными прилистниками. Соцветие зонтиковидное. Наружные цветки зонтика белоснежные, плодов не образуют, широко раскрытые, крупные, внутренние – обоеполые, мелкие, желтовато-белые, являются плодущими. Цветет в июне. Плоды – ярко-красные костянки.

Имеет на территории Республики Коми северную границу распространения, проходящую по р. Вычегда. Южнее встречается по берегам рек, озер, стариц, в перелесках, в кустарниках, на лесных опушках, в хвойно-мелколиственных лесах, березняках и ельниках. С куста можно собрать 3-4 кг ягод (Котелина, Мартыненко, 1988). Срок годности сырья (коры) четыре года (Государственная фармакопея …, 1990). Медонос.

Кора содержит гликозиды, флавоноиды, органические кислоты, смолы и дубильные вещества. Плоды богаты сахарами, органическими кислотами и дубильными веществами.

Препараты из коры используют как сердечное, кровеостанавливающее, снижающее давление средство (Атлас ареалов…, 1976). Сок полезен при астме, гипертонии и простуде, применяют также и как косметическое средство для очистки кожи лица (Дацковский, Дацковский, 1995). В народной медицине коми отваром коры поили детей при золотухе, астме и кашле (Ильина, 1997а).

Заготовка коры в природе нецелесообразна в связи с тем, что калину относят к пограничным в Республике Коми видам. Для этих целей ее желательно выращивать в культуре.



КАЛУЖНИЦА БОЛОТНАЯ

***Caltha palustris* L.**
(Сем. Лютиковые – Ranunculaceae)

коми: ва купальнича

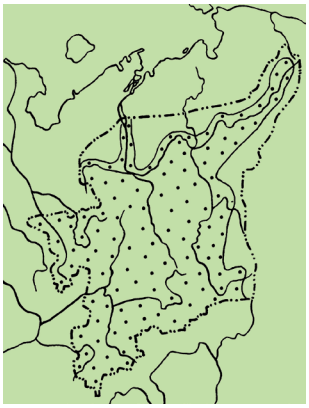
Многолетнее травянистое растение высотой 15-30 см. Корневище короткое, с утолщенными шнуровидными придаточными корнями. Стебли прямые или косо восходящие. Листья сердцевидные и почковидные, городчатые, прикорневые – длинночерешковые, верхние – сидячие. Цветки желтые, крупные, до 3 (4) см в диаметре. Цветет в мае–июле.

Предпочитает места с избыточным увлажнением. Встречается повсеместно в таежной и тундровой зонах и на Урале на сырых кочковатых лугах, низинных болотах, по берегам рек и озер, на мелководьях. Иногда образует чистые заросли на бечевниках. Произрастает в зарослях кустарников, ельниках и заболоченных березняках. Частота встречаемости на кратко- и долгопоемных сырых лугах составляет от 4 до 9 (реки Луза и Мезень) и от 24 до 39 % (реки Вычегда и Печора) соответственно (Мартыненко, 1989).

Ядовита. Содержит алкалоиды (Ларин и др., 1951).

Используют только в народной медицине (Овеснов, 1997; Баранова, 2002) для наружного применения. Листья прикладывают к ожогам и ранам (Нейштадт, 1963).

Для заготовки интереса не представляет как невостребованное в настоящее время растение, однако запасы вида значительны.



КЛЕВЕР ЛУГОВОЙ

***Trifolium pratense* L.**
(Сем. Бобовые – Fabaceae)

коми: сизъюр турун, гӧрд бобӧнянь

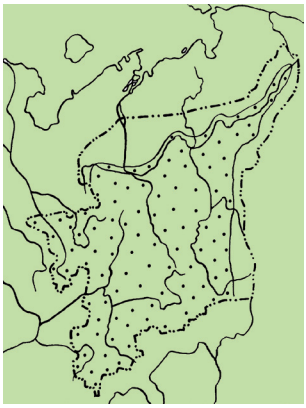
Многолетнее травянистое растение высотой 30-40 (50) см со стержневым корнем и с восходящими, рассеянно-волосистыми стеблями. Листья тройчатые, листочки от широко-обратнояйцевидных до округло-эллиптических, по краям мелкозубчатые. Цветки красные, собраны в соцветие головка. Цветет в июне–августе.

Широко распространен на пойменных лугах, иногда в качестве содоминанта в разнотравно-злаковых сообществах. Встречается на суходольных разнотравных лугах, склонах коренных берегов, обнажениях, лесных опушках, вырубках, в смешанных лесах по всей таежной зоне; в тундру заходит по р. Печора и Северной железной дороге. Частота встречаемости клевера на слабо заливаемых лугах (реки Луза и Мезень) достигает 70 % и более, в поймах рек Вычегда и Печора – 47-49 % (Мартыненко, 1989). Нередко клевер доминирует в травостое.

Соцветия клевера лугового содержат алкалоиды и тритерпеновые гликозиды. В смеси с другими растениями используют для приготовления препарата «Атероклефит».

Обладает мочегонным, отхаркивающим и антисептическим действием (Ларин и др., 1951). В народной медицине коми отвар травы клевера пьют, например, при женских болезнях и лихорадке (Ильина, 1997а).

Заготовка соцветий клевера возможна в значительных объемах.



КЛЕВЕР ПОЛЗУЧИЙ

***Amoria repens* (L.) C.Presl**
(Сем. Бобовые – Fabaceae)

коми: еджыд бобӧнянь

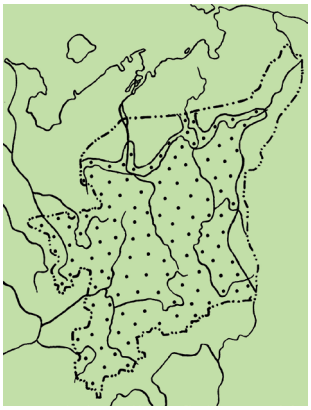
Многолетнее травянистое растение, высота цветоноса 15-20 см. Стебли ползучие, укореняющиеся, тонкие. Листья тройчатые на длинных черешках, листочки обратнояйцевидные, остро-зубчатые, на верхушке – выемчатые. Цветки белые, собраны в головчатое соцветие. Цветет в июне–сентябре.

Растет на всей территории республики на суходольных и пойменных лугах, пастбищах, пашнях, около жилья, вдоль путей сообщения. Иногда образует сплошной ковер, являясь доминантом растительного покрова. Частота встречаемости снижается в направлении с юга на север от 74 до 55 % (Мартыненко, 1989). Собирают цветочные головки. Медонос.

Содержит тритерпеновые гликозиды (Александрова и др., 1964).

Используют в народной медицине (Баранова, 2002). У коми отваром травы лечили женские болезни, подагру, чахотку (Ильина, 1997а).

Для заготовки интереса не представляет, так как в настоящее время не находит применения, хотя его запасы превышают местные потребности.



КЛЮКВА БОЛОТНАЯ

***Oxycoccus palustris* Pers.**
(Сем. Вересковые – Ericaceae)

коми: турипув

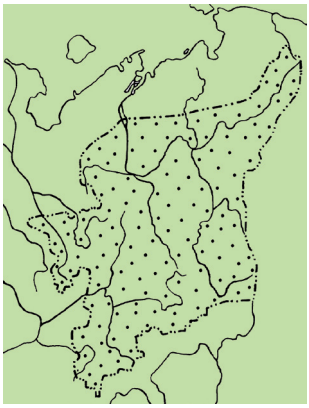
Кустарничек с лежачими, очень тонкими, почти нитевидными стеблями. Листья яйцевидные или продолговато-яйцевидные, с завороченными вниз цельными краями, кожистые, гладкие, сверху – ярко-зеленые, блестящие, снизу сизоватые от воскового налета. Цветки розово-красные, поникающие, по два-четыре в зонтичках на концах ветвей. Цветет в июне–июле.

Встречается в больших количествах на сфагновых болотах лесной зоны. Растет и на переходных облесенных болотах с сосной и березой, в лесотундре в ерниках сфагновых, на Урале – только на болотах в лесном поясе. В тундре замещается клюквой мелкоплодной (*Oxycoccus microcarpus*); часто оба вида в таежной полосе встречаются вместе. Эксплуатационные запасы ягод в средней подзоне тайги Республики Коми составляют около 3 тыс. т, этот показатель возрастает к северу: в Сысольском – 10, в Троицко-Печорском и Княжпогостском районах – соответственно 518 и 632 т (Алексеева и др., 1995, 2000). Колебание величины урожая клюквы зависит от погодных условий. Так, в Печоро-Илычском биосферном заповеднике оно составляло от 164 до 359 кг/га (Антонова, 1976). Средняя продуктивность ягод в соседней Архангельской области равна 200 кг/га (Лукин, 1984). Максимальное количество клюквы (890 кг/га) собрали на одном из болот Печорского района (Гром, 1967).

Плоды содержат аскорбиновую (36 мг/100 г) (Мартыненко и др., 1994) и бензойную кислоты, пектины, полифенолы, сахара, флавоноиды, дубильные вещества и витамины.

Используют морс из ягод как противоцинготное и жаропонижающее средство (Биологическая флора…, 1993).

Заготовка возможна, запасы клюквы превышают местные потребности.



КНЯЖЕНИКА АРКТИЧЕСКАЯ

***Rubus arcticus* L.**
(Сем. Розоцветные – Rosaceae)

коми: сьӧлаоз

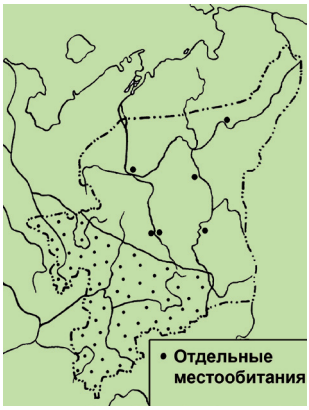
Многолетнее травянистое растение высотой 10-25 см. Корневище деревянистое, ползучее. Листья из трех зубчатых листочков, снизу прижатоволосистых. Цветки одиночные, ярко-розовые. Плоды сочные темно-пурпурные, ароматные многокостянки. Цветет в июне–июле.

Растет небольшими группами. Распространена на всей территории республики. Встречается в лесной зоне на лесных опушках, сыроватых просеках, гарях, вырубках, на болотах по кочкам, в еловых, пихтовых и березовых лесах. Частота встречаемости в ельниках – 13 % (Мартыненко, 1990). В тундре и лесотундре растет в редколесьях, на речных берегах, в ивняках, ерниках. Урожайность княженики в Архангельской области составляет 16-20 кг/га (Лукин, 1984).

Ягоды содержат сахара, органические кислоты и витамин С (свыше 67 мг/100 г) (Мартыненко и др., 1994), листья – дубильные вещества.

Обладает жаропонижающим, противоцинготным, противовоспалительным действием (Ларин и др., 1951).

Заготовка возможна в небольших объемах.



КОЛОКОЛЬЧИК СБОРНЫЙ

***Campanula glomerata* L.**
(Сем. Колокольчиковые – Campanulaceae)

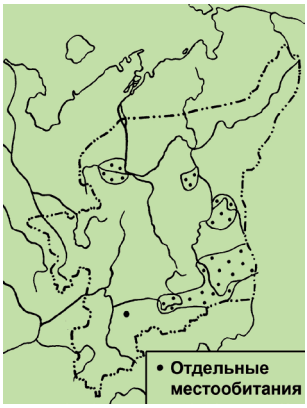
Многолетнее травянистое растение высотой 20-30 см с коротким деревянистым корневищем. Прикорневые и нижние стеблевые листья длинночерешковые, продолговато-яйцевидные с сердцевидным основанием, верхние – сидячие. Цветки темно- или светло-фиолетовые, собраны на верхушке стебля в головчатые соцветия. Цветет с июня по август.

Растет на разнотравно-злаковых пойменных лугах, опушках разреженных лиственных лесов, обочинах дорог. Встречается в южных и центральных районах республики (реки Луза, Летка, Вычегда, Сысола, верховья Мезени, Печоры). Собирают стебли с листьями и соцветиями.

Стебли и листья содержат алкалоиды, флавоноиды и витамин С, найден каучук.

Находит применение в народной медицине (Баранова, 2002). Применяют как успокаивающее и противовоспалительное средство, при заболеваниях горла и голосовых связок (Махлаюк, 1992).

Для заготовки интереса не представляет из-за низкого обилия.



КОПЕЕЧНИК АЛЬПИЙСКИЙ

***Hedysarum alpinum* L.**
(Сем. Бобовые – Fabaceae)

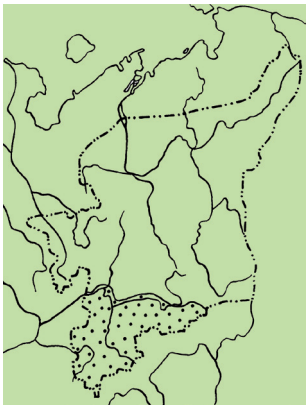
Многолетнее травянистое растение высотой 45-85 см, с перисто-рассеченными листьями. Дольки их эллиптические, снизу прижато-опушенные. Цветки лиловые, собраны в кисти по 20-30 шт. Цветет в июне–июле.

Встречается на обнажениях карбонатных пород и сланцев, иногда на разнотравных лугах высокого уровня (реки Цильма, Кожва, Сыня, Щугер, Локчим, среднее течение Вычегды). Собирают траву в фазу цветения. Возможно введение в культуру.

Содержит флавоноиды, пектины и тритерпеновые гликозиды.

Обладает противовирусными свойствами (препарат Алпизарин), входит в состав мази от герпеса (Мишуров и др., 2003).

Заготовке не подлежит, так как данный вид включен в Красную книгу Республики Коми (2009).



КОПЫТЕНЬ ЕВРОПЕЙСКИЙ

***Asarum europaeum* L.**
(Сем. Кирказоновые – Aristolochiaceae)

коми: чанькок турун

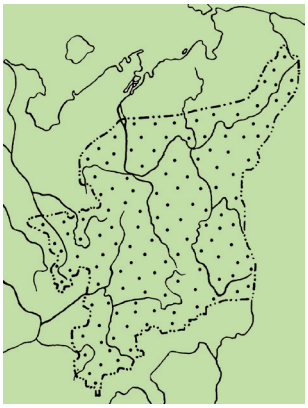
Многолетнее травянистое растение с ползучим стеблем и шнуровидным ветвистым корневищем. Листья кожистые, почковидные, сверху блестящие, длинночерешковые. Цветки одиночные в пазухах листьев, зеленовато-бурые или красноватые, колокольчатые. Цветет в июне–июле.

Встречается в мелколиственных и смешанных лесах травянистых типов. Индикатор богатых почв и компонент дубравного флористического комплекса. Распространен в южных районах Республики Коми. Самые северные местонахождения – окрестности г. Сыктывкар и Жежим-Парма (Южный Тиман). Собирают листья и корни.

Ядовит. Корни содержат эфирное масло (Vetvička, 1980), листья – алкалоиды, гликозиды, дубильные вещества, флавоноиды и стероиды (Тетерюк, 2003).

Входит в фармакопеи некоторых стран Европы (Leibold, 1981). На его основе созданы препараты, назначаемые при невралгии и радикулите (Растительные ресурсы…, 1984). Настой корневищ эффективен при заболеваниях печени. Листья и корневища применяют для борьбы с грызунами. В народной медицине (Землинский, 1958) использовали как сердечное и рвотное средство (Волкова и др., 1963).

Заготовке не подлежит как пограничный вид.



КОСТЯНИКА ОБЫКНОВЕННАЯ

***Rubus saxatilis* L.**
(Сем. Розоцветные – Rosaceae)

коми: намыр

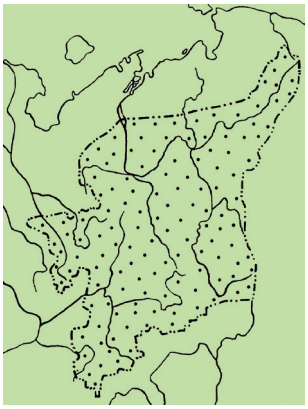
Многолетнее травянистое растение с ползучими длинными бесплодными побегами. Цветоносные стебли прямостоячие, высотой 25-30 см. Стебли и черешки листьев рассеянно волосистые, иногда с шипиками. Листья из трех округло-яйцевидных зубчатых листочков, с обеих сторон волосистые. Цветки белые, по 3-10 на верхушках плодущих побегов. Плоды – ярко-красные костянки. Цветет в июне–июле.

Обычна для лесной зоны. Отмечается в осветленных травянистых смешанных и лиственных лесах, лиственничниках, на опушках, вырубках. Частота встречаемости в ельниках – 11-14 % (Мартыненко, 1990). В лесотундре растет в еловых редколесьях, в тундре – на разнотравных луговинах и в травянистых ивняках, ерниках, в основном вдоль рек (Колва, Уса). Средняя урожайность плодов составляет не более 50 кг/га при содержании витамина С около 30 мг/100 г (Мартыненко и др., 1994).

Плоды содержат органические кислоты, сахара, пектины и флавоноиды (Кучеров и др., 1976).

Применяют при авитаминозе. Используют в быту как пищевое растение.

Для заготовки интереса не представляет при наличии более продуктивных ягодников.



КОШАЧЬЯ ЛАПКА

***Antennaria dioica* (L.) Gaertn.**
(Сем. Астровые – Asteraceae)

коми: гӧрд грыжнӧй турун

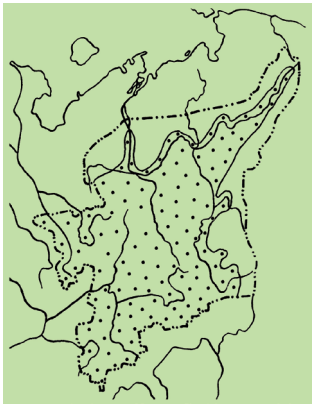
Многолетнее травянистое растение со стелющимися укореняющимися побегами, несущими розетки листьев. Прикорневые листья узколопатчатые, к основанию суженные, стеблевые – линейно-ланцетные, снизу беловойлочные. Цветоносные стебли высотой 10-15 см, паутинисто опушенные, заканчиваются щитковидным соцветием из нескольких белых или розовых корзинок. Цветет в июне–августе.

Обычна для таежной зоны. Предпочитает сухие песчаные почвы сосновых боров, вырубок, лиственничников, лесные поляны в ельниках и березняках. Заходит в тундру, где растет в сухих моховых, лишайниковых и разнотравно-моховых сообществах. Собирают в фазу цветения.

Содержит алкалоиды, тритерпеноиды (урсоловая кислота, лупеол), флавоноиды, стерины, смолы и дубильные вещества (Землинский, 1958).

В практической медицине не востребована. В народной медицине употребляют как кровеостанавливающее и желчегонное средство. У коми отвар травы пили при грыже и женских болезнях (Ильина, 1997а).

Для заготовки интереса не представляет, хотя иногда встречается в значительном количестве.



КРАПИВА ДВУДОМНАЯ

***Urtica dioica* L.**
(Сем. Крапивные – Urticaceae)

коми: петшӧр

Многолетнее травянистое растение с горизонтальным корневищем. Стебель четырехгранный высотой до 1 м, листья яйцевидные зубчатые. Все части растения покрыты простыми и жгучими волосками. Цветки мелкие зеленоватые. Соцветия узкие, колосовидные, в пазухах листьев, длиннее черешков. Цветет в июле-августе.

Сорное растение. Широко распространено. На Урале и в большей части Приуралья отсутствует. Предпочитает богатые азотом почвы, образует заросли около скотных дворов, построек, жилых домов, на пастбищах, сорных местах. Продуктивность листьев крапивы в сухом виде составляет 218 г/м^2 (Егошина, Киселева, 1987). Собирают стебли с листьями.

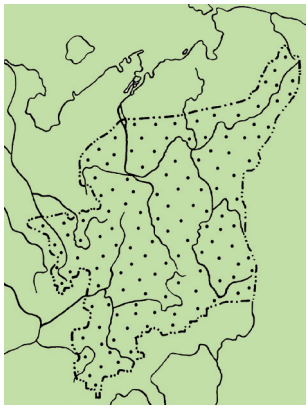
Содержит витамины B_1, B_2, C, E, K, PP, каротин, лигнаны, кумарины и флавоноиды.

В практической медицине листья употребляют при кровотечениях, для повышения гемоглобина (Атлас…, 1976), при лечении ревматизма (Ellenberg, 1952) и как антисклеротическое средство (Ларин и др., 1951). Срок годности сухого сырья (листья) составляет два года (Государственная фармакопея..., 1990). Настоем листьев ополаскивают волосы при их выпадении (Дацковский, Дацковский, 1995). Используют как пищевое и красильное растение. У коми при простуде и болях в суставах парились веником из крапивы (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна в значительных объемах во всех районах.

Крапива жгучая – *Urtica urens* L. Однолетнее растение с вертикальным корнем, высотой 15-30 см, с эллиптическими зубчатыми листьями. Все части крапивы жгучей покрыты жгучими волосками. Обладает аналогичными свойствами, встречается в тех же местообитаниях, что и крапива двудомная, но чаще отмечается на юге Республики Коми.

Заготовка при необходимости возможна в местах с высоким обилием вида.



КРЕСТОВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

***Senecio vulgaris* L.**
(Сем. Астровые – Asteraceae)

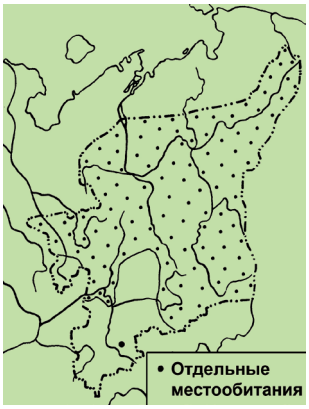
Однолетнее травянистое растение высотой 15-30 см. Нижние листья на черешках, цельные, зубчатые, остальные – сидячие перистолопастные. Цветки желтые. Корзинки мелкие, в негустом щитковидно-метельчатом соцветии. Цветет в июне–августе.

Сорное растение, встречается на огородах, залежах, мусорных местах, в посевах, около дорог и жилья в незначительных количествах. Собирают в цветущем состоянии.

Ядовит. Содержит пирролизидиновые алкалоиды (Кучеров и др., 1976).

В медицинской практике используют экстракты, приготовленные из надземных частей растения, обладающих кровеостанавливающими свойствами (Флора северо-востока..., 1977). В народной медицине применяют при судорогах, желудочно-кишечных коликах и как противоглистное средство (Махлаюк, 1992). В Германии назначают при воспалении мочевого пузыря (Ellenberg, 1952).

Для заготовки интереса не представляет из-за низкого обилия.



КРОВОХЛЕБКА АПТЕЧНАЯ

***Sanguisorba officinalis* L.**
(Сем. Розоцветные – Rosaceae)

коми: вежель

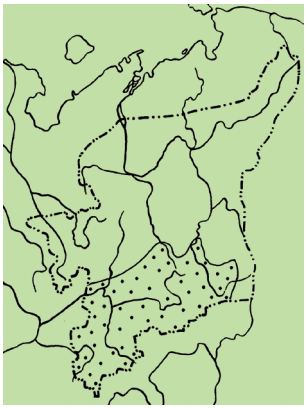
Многолетнее травянистое растение с толстым деревянистым корневищем. Стебель прямостоячий, ребристый, высотой 50-70 см. Прикорневые листья на длинных черешках, непарноперистые с зубчатыми дольками. Мелкие темно-красные цветки собраны в плотные головчатые соцветия на верхушках стеблей. Цветет с июня по август.

Растет на пойменных и суходольных лугах, береговых склонах, на обнажениях известняков, тундровых луговинах. Распространена в таежной и тундровой зонах республики, исключая бассейны рек Летка Луза, большую часть р. Сысола. Частота встречаемости возрастает к северу – от 8 % (р. Вычегда) до 46 (р. Мезень). В тундре и лесотундре произрастает на луговинах и бечевниках. Продуктивность (корневища) в Удорском районе в среднем составила 116 г сухого сырья/м^2 (Мартыненко и др., 2006), на Крайнем Севере – 532 г (Котелина, Мартыненко, 1988).

Корневища содержат до 20 % дубильных веществ, катехины, флавоноиды, сапонины, эфирное масло.

Обладает вяжущими, кровеостанавливающими и антисептическими свойствами (Турова, 1974). Препараты назначают при желудочно-кишечных заболеваниях, отвары – при воспалениях слизистой оболочки полости рта. Надземную часть используют в гомеопатии для лечения болезней легких и органов женской сферы (Биологическая флора…, 1993). В косметике рекомендуют в виде компрессов для очищения кожи лица (Дацковский, Дацковский, 1995). Время заготовки корневищ – август–сентябрь, после созревания семян.

Заготовка возможна в достаточных количествах на лугах северной подзоны тайги.



КРУШИНА ОЛЬХОВИДНАЯ

***Frangula alnus* Mill.**
(Сем. Крушиновые – Rhamnaceae)

коми: нюрльӧм

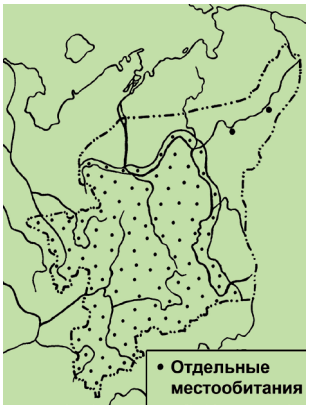
Кустарник высотой 2-3 м. Листья эллиптические, очередные, на черешках, цельные с редкими жилками. Цветки мелкие зеленовато-белые, скученные по нескольку в пазухах листьев. Плоды сначала красные, потом черные, с двумя-тремя косточками, ядовитые. Цветет в июне.

Встречается в смешанных лесах, травянистых ельниках и березняках, сырых осоково-сфагновых сосняках, зарослях кустарников, по берегам озер и стариц, довольно часто – по рекам Вычегда, Сысола, Луза, Летка, верхняя Печора. Особенно много крушины около озер Еля-ты и Донты. Севернее г. Ухта не отмечена. Предпочитает почвы достаточно или избыточно увлажненные. Кору снимают не более чем с трех стволиков одного куста. Сбор сырья производят весной на одном и том же месте не чаще, чем через четыре года.

Кора содержит антрахиноны, гликозиды, смолу, дубильные вещества (Атлас ареалов…, 1976).

В научной медицине используют как слабительное и рвотное средство (Флора северо-востока..., 1976). Аналогичное применение крушина находила и в народной медицине коми (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна в достаточных количествах в местах обильного произрастания.



КУБЫШКА ЖЕЛТАЯ

***Nuphar lutea* (L.) Smith**
(Сем. Кувшинковые – Nymphaeaceae)

коми: ва запанки

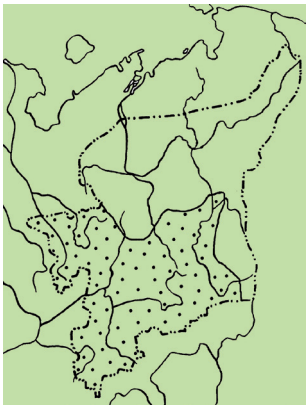
Многолетнее травянистое водное растение с толстым (в диаметре около 3 см) корневищем с рубцами от черешков отмерших листьев. Пластинки плавающих листьев кожистые, плотные, сердцевидно-овальные. Черешки очень длинные, вверху трехгранные. Цветки желтые, крупные с пятью толстоватыми чашелистиками и множеством узких лепестков и тычинок. Плод в виде зеленого кувшинчика со многими семенами.

Широко распространена в бассейнах рек Летка, Сысола, Луза, Вычегда, в верхнем и среднем течении Мезени, Печоры и на Ижме. Отсутствует в крайнесеверной тайге, лесотундре и на значительной части правобережья р. Печора. Растет в озерах, старицах, речках с медленным течением, на глубине от 0.5 до 2.0 м.

Ядовито. Корневища содержат алкалоиды, стерины, смолы, крахмал, дубильные вещества и др. (Кучеров и др., 1976).

Входит в препараты противозачаточных средств, применяется в гинекологии и онкологии (Атлас ареалов..., 1976). В народной медицине коми отвар и настойку корневищ назначали при геморрое, грыже, желудочно-кишечных заболеваниях и внутренних кровотечениях (Ильина, 1997а). Отмечены случаи отравления детей в окрестностях Сыктывкара (Котелина, 1973).

Заготовка возможна осенью в значительных количествах.



КУВШИНКА ЧИСТО-БЕЛАЯ

***Nymphaea candida* J. Presl**
(Сем. Кувшинковые – Nymphaeaceae)

коми: еджыд запанки

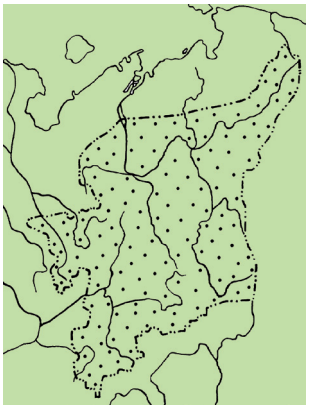
Многолетнее травянистое водное растение. Пластинки плавающих листьев длиной 10-15 см, кожистые, округлые, в основании с двумя заостренными лопастями, сверху – зеленые, снизу – красноватые. Черешки листьев очень длинные. Корневище толстое. Цветки белые, 8-12 см в диаметре. Цветет в июле–августе.

Произрастает в озерах, старицах, речках с медленным течением на глубине до 2 м. Иногда образует заросли вдоль берегов. Часто встречается в бассейне р. Вычегда и к югу от нее отмечен для р. Илыч (Перфильев, 1936).

Ядовито. Корневища содержат алкалоид, крахмал, смолы, танины, цветки – эфирные масла (Палов, 1998).

Используют в народной медицине (Баранова, 2002). Измельченные корневища прикладывают к воспаленным участкам кожи как отвлекающее средство, наподобие горчичников, а также используют при ожогах (Ильина, 1997а).

Заготовке не подлежит, так как включена в Красную книгу Республики Коми (2009) как вид, требующий биологического надзора.



КУПАЛЬНИЦА ЕВРОПЕЙСКАЯ

***Trollius europaeus* L.**
(Сем. Лютиковые – Ranunculaceae)

коми: кольк турун

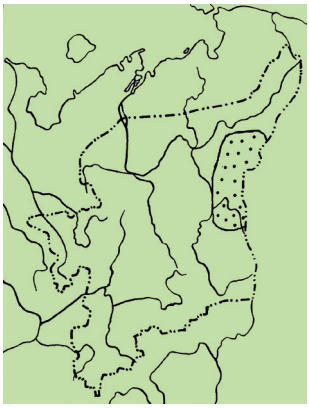
Многолетнее травянистое растение с прямыми стеблями высотой до 60 см. Прикорневые листья на черешках, пальчатораздельные на пять ромбических по краю зубчатых долей. Цветки крупные, до 3 см в диаметре, шаровидные, с многочисленными вогнутыми желтыми лепестковидными чашелистиками, налегающими друг на друга и закрывающими внутреннюю часть цветка, с приятным запахом. Цветет в мае–июне.

Характерна для открытых местообитаний. Встречается на всей территории республики, иногда со значительным обилием. Растет на разнотравных суходольных и пойменных лугах, опушках, по берегам речек, ручьев, стариц. В тундровой зоне встречается в моховых и ерниковых сообществах, в лесотундре – на лугах и в приречных ивняках. Частота встречаемости снижается к северу – 49.0 и 17.7 % соответственно на реках Луза и Печора (Мартыненко, 1989). Собирают цветки и корни.

Ядовита. Содержит алкалоиды и сапонины (Ларин и др., 1951).

Применяют в народной медицине (Овеснов, 1997). Обладает мочегонным, желчегонным и антибактериальным свойствами, используют как наружное средство при фурункулезе (Биологическая флора…, 1997).

Для заготовки интереса не представляет в связи с невостребованностью, хотя иногда встречается с высоким обилием.



КУРИЛЬСКИЙ ЧАЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ

***Pentaphylloides fruticosa* (L.) O. Schwarz**
(Сем. Розоцветные – Rosaceae)

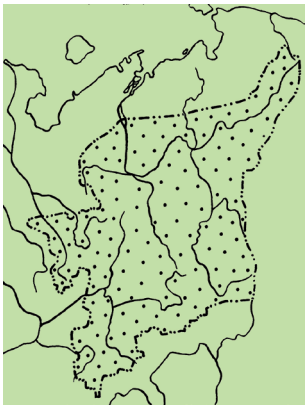
Кустарник высотой до 80 см. Листья перисторассеченные на пять-семь цельнокрайных долек. Цветки золотисто-желтые до 3 см в диаметре, одиночные или по два-три на концах облиственных побегов. Цветет в июне–июле.

Растет в природных сообществах на Приполярном (реки Лемва, Кожым, Дурная, Балбанъю, Большой Паток) и Северном Урале (р. Щугор). Встречается на горных склонах и бечевниках. Хороший медонос.

Содержит флавоноиды, витамин Р.

В Сибири употребляют в качестве чая (листья).

Заготовке не подлежит, так как включен в Красную книгу Республики Коми (2009).



ЛАБАЗНИК ВЯЗОЛИСТНЫЙ

***Filipendula ulmaria* (L.) Maxim.**
(Сем. Розоцветные – Rosaceae)

коми: тозь

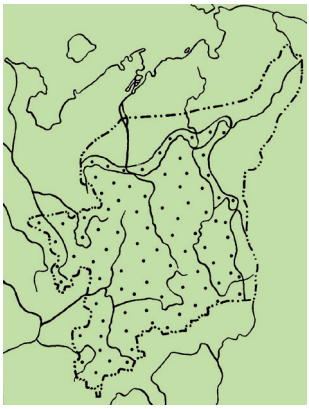
Многолетнее травянистое растение высотой 80-100 см с прямостоячими ребристыми стеблями. Листья перистораздельные из двух-пяти пар листочков с прилистниками, сросшимися с черешком. Цветки мелкие, белые, собраны в густые раскидистые метельчатые соцветия, сильно пахучие. Цветет в июне–июле.

Широко распространенное в республике растение сырых лугов и травянистых лесов. Часто является господствующим видом, образуя лабазниковые луга, лабазниковые елово-березовые леса (Юдин, 1954б). В тундре встречается на луговинах и в сырых ивняках, на Урале поднимается до субальпийского пояса. Максимальная частота встречаемости (53 %) отмечена на длительно заливаемых лугах в нижнем течении Печоры (Усть-Цильма). Собирают траву лабазника в фазу цветения.

Содержит флавоноиды, витамин С, катехины.

В практической медицине соцветия используют как противовирусное, противовоспалительное, вяжущее, потогонное и снижающее артериальное давление средство (Государственный реестр..., 1995). Отвар травы применяют для лечения ран, фурункулов, различных заболеваний кожи (Махлаюк, 1992). В народной медицине коми применяют при простуде, геморрое, бессоннице и как противоглистное средство (Ильина, 1997а). В последнее время цветки заваривают как чай.

Заготовка возможна в значительных количествах, запасы превышают местные потребности.



ЛАПЧАТКА ГУСИНАЯ

***Potentilla anserina* L.**
(Сем. Розоцветные – Rosaceae)

коми: пелысь турун

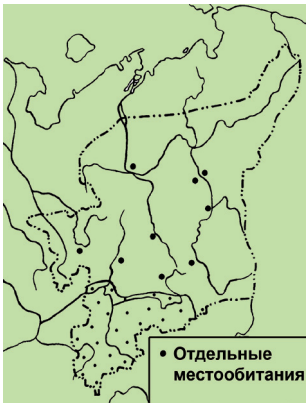
Многолетнее травянистое растение длиной 15-30 см с ползучими укореняющимися в узлах побегами. Листья собраны в розетки, листовые пластинки из четырех-шести пар зубчатых, снизу шелковистых долек. Цветки одиночные, крупные, желтые. Цветет с июня по сентябрь.

Встречается в лесной зоне повсеместно, часто – как сорное в посевах зерновых, посадках картофеля, вдоль дорог, у жилья, на пастбищах и прирусловых песках, иногда на мелкотравных лугах. Собирают цветущие растения.

Содержит флавоноиды, дубильные вещества, органические кислоты (Кучеров и др., 1976).

Применяют в народной медицине (Овеснов, 1997). Отвар травы обладает противосудорожным, антисептическим, мочегонным, кровеостанавливающим и болеутоляющим действием. Используют для полоскания горла, укрепления десен (Махлаюк, 1992).

Для заготовки в данное время не представляет интереса из-за низкого обилия и невостребованности.



ЛАПЧАТКА ПРЯМОСТОЯЧАЯ, КАЛГАН

***Potentilla erecta* (L.) Raeusch**
(Сем. Розоцветные – Rosaceae)

коми: кавган

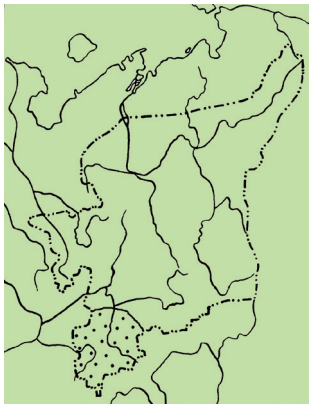
Многолетнее травянистое растение высотой 20-40 см с дихотомически ветвящимся стеблем, коротким деревянистым корневищем. Листья пальчаторассеченные, дольки листьев клиновидные, по верхнему краю зубчатые. Цветки одиночные, желтые, четырехчленные, на тонких цветоножках. Цветет в июле.

Предпочитает суходольные луга, опушки, вырубки. Зарослей не образует, встречается в травостоях как сопутствующий вид. Северная граница распространения идет по р. Вычегда, а по долине р. Печора заходит далеко на север таежной зоны. Сырая масса корневищ составляет 200 г/м^2 (Мартыненко и др., 1980).

Содержит тритерпеноиды (до 6 %). Корневища – дубильные вещества (до 14 %), сапонины, смолы, камедь, крахмал.

В практической медицине применяют как вяжущее, кровеостанавливающее и противовоспалительное средство. Отвары используют для полоскания при ангине, фарингите, стоматите (Атлас..., 1976).

Заготовке не подлежит, так как вид включен в Красную книгу Республики Коми (2009).



ЛИПА МЕЛКОЛИСТНАЯ

***Tilia cordata* Mill.**
(Сем. Липовые – Tiliaceae)

коми: нинпу

Дерево, иногда встречается в виде кустарника высотой 3-5 (7) м. Листья кососердцевидные, неравнобокие, пильчатые, с острой длинно оттянутой верхушкой. Цветки зеленовато-белые, ароматные, в полузонтиках, снабжены бледно-зелеными кожистыми прицветниками. Цветет в июле.

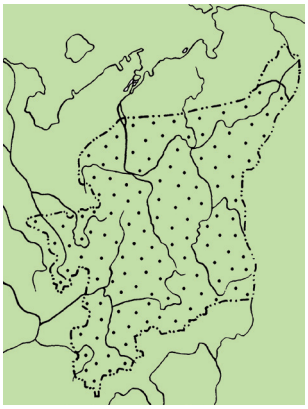
Распространена только в южных районах республики в елово-пихтовых, елово-березовых, осиновых лесах. Под пологом леса она редко цветет, отдельные цветущие деревья встречаются на опушках. Хорошо растет в культуре (г. Сыктывкар, села Летка, Визинга и др.). Собирают соцветия. Срок годности сырья два года (Государственная фармакопея..., 1990). Деревья активно посещают пчелы во время цветения (Скупченко и др., 2003). Хороший медонос.

Соцветия содержат эфирное масло, гликозиды, сапонины и дубильные вещества (Атлас ареалов…, 1976).

В практической медицине липовый цвет издавна используют как жаропонижающее, потогонное и мягчительное средство в виде чая. Входит в состав аптечных сборов. В народной медицине имеет аналогичное применение, но кроме соцветий собирают еще листья и кору.

Вид включен (статус 2) в Красную книгу Республики Коми (2009).

Заготовка липового цвета возможна в южных районах при сохранении целостности деревьев.



ЛИСТВЕННИЦА СИБИРСКАЯ

***Larix sibirica* Ledeb.**
(Сем. Сосновые – Pinaceae)

коми: ниа пу

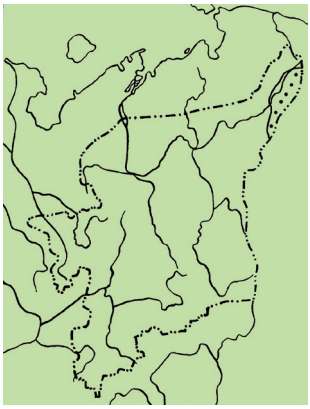
Крупное дерево с буровато-серой корой высотой до 30 м. Хвоя длиной 2-3 см, тонкая, сидит пучками по 20-40 шт., мягкая, осенью желтеющая и опадающая. Цветет в мае–июне.

Распространена на территории крайне неравномерно. Встречается в качестве доминирующей породы в лиственничниках зеленомошных, брусничных, черничных, травянистых, долгомошных и сфагновых (Юдин, 1954а). На Тимане и по склонам Урала заметна ее ландшафтная роль. В лесном фонде республики лиственничные леса составляют около 1 % запасов древесины. Заготавливают кору, смолу, хвою.

Кора является источником танинов (Бобкова и др., 2000), содержание которых достигает 13 %. Из смолы получают терпентин для изготовления скипидара, из хвои – эфирное масло (Кучеров и др., 1976).

Скипидар назначают при болезнях органов дыхания для ингаляций, используют для изготовления мазей, применяемых при невралгии, подагре, артритах. Напиток из свежей хвои пьют при физической слабости и авитаминозе. В народной медицине коми из живицы готовили мазь, употребляемую при кожных заболеваниях (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна, запасы сырья превышают местные потребности.



ЛОЖЕЧНАЯ ТРАВА АРКТИЧЕСКАЯ

Cochlearia arctica **Schlecht. ex DC.**
(Сем. Крестоцветные – Brassicaceae)

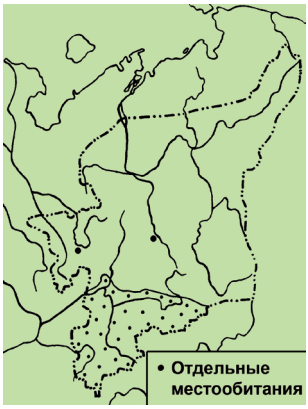
Одно-двулетнее травянистое растение высотой до 10 (20) см. Листья прикорневой розетки яйцевидные, на длинных черешках, «ложковидные». Стеблевые листья с ушками, продолговатые или овальные. Цветки белые, лепестки продолговато-обратнояйцевидные. Цветет в июле–августе.

Распространена на Приполярном и Полярном Урале в поясе горных редколесий и тундр, по щебнистым россыпям, на галечниках горных речек и ручьев, иногда на сорных местах (пос. Сивая Маска). Собирают растение в цветущем состоянии.

Содержит витамин С, эфирное масло, тиогликозиды, алкалоиды, дубильные вещества (Александрова и др., 1964). Химический состав изучен недостаточно.

Водный настой травы применяют для лечения и профилактики цинги, как слабительное, для полоскания при болезнях полости рта (Махлаюк, 1992). Съедобное растение.

Для заготовки интереса не представляет.



ЛОПУХ ВОЙЛОЧНЫЙ

***Arctium tomentosum* Mill.**
(Сем. Астровые – Asteraceae)

коми: йӧнъюр, гӧна лапкор

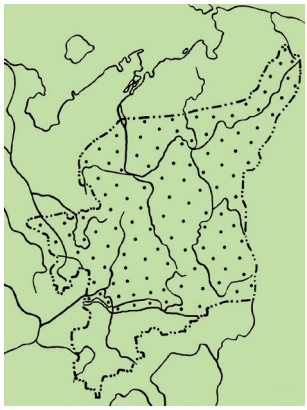
Двулетнее травянистое растение высотой 50-150 см. Стебли бороздчатые с паутинисто-пушистыми ветвями. Листья крупные, с сердцевидным основанием, морщинистые, сверху голые или с редкими волосками, снизу серовойлочные. Прикорневые листья на длинных черешках, стеблевые – на коротких. Цветки пурпуровые. Корзинки собраны в сложное щитковидное соцветие, сильно паутинисто-пушистое. Цветет в июле–августе.

Рудеральное и сорное растение. Растет вдоль дорог, у заборов, на мусорных местах, пустырях, иногда на полях и огородах. Распространено в южных районах республики в населенных пунктах по рекам Летка, Луза и Сысола. Северная граница идет по Вычегде. Отдельные местонахождения – в Ухте и Усогорске. Сбор сырья производят осенью.

Корни лопуха содержат инулин (до 45 %), эфирное масло, семена – лигнановые гликозиды.

Обладает ранозаживляющим, пото- и мочегонным действием. Настой корней назначают при язве желудка, гастритах, ревматизме и подагре (Махлаюк, 1992). В косметике масляный препарат из корней рекомендуют для роста волос и лечения кожи головы (Дацковский, Дацковский, 1995). Применяют в народной медицине (Баранова, 2002). Народные целители коми лечили лопухом фурункулы, диатез, простуду.

Заготовка возможна в незначительных количествах в чистых в экологическом отношении местообитаниях (исключаются обочины дорог, промышленные площадки, свалки).



ЛУК-СКОРОДА

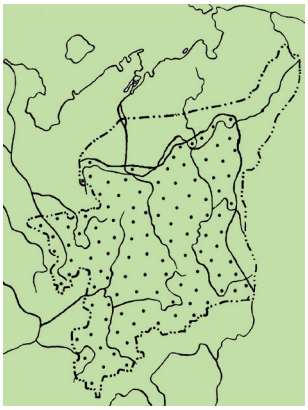
***Allium schoenoprasum* L.**
(Сем. Луковые – Alliaceae)

Многолетнее луковичное растение, часто образующее густые дернины, высотой 40-60 см. Луковицы продолговато-яйцевидные или яйцевидно-конические. Стебель толстоватый, наполовину одетый влагалищами листьев, листья в числе одного-двух, цилиндрические, шириной 2-6 мм, дудчатые. Цветки бледно-розовые или розово-фиолетовые, собраны в густой почти шаровидный зонтик. Цветет в июне–июле.

Встречается спорадически по всей республике, произрастает на галечниковых бечевниках, пойменных и субальпийских лугах, в горных и равнинных тундрах, иногда образует заросли по берегам рек.

Используются богатые витаминами и белками листья, луковицы и цветки лука-скороды как источник витаминной зелени.

Запасы сырья в некоторых районах республики удовлетворяют потребности местного населения.



ЛЬНЯНКА ОБЫКНОВЕННАЯ

***Linaria vulgaris* L.**
(Сем. Норичниковые – Scrophulariaceae)

коми: кӧчсю

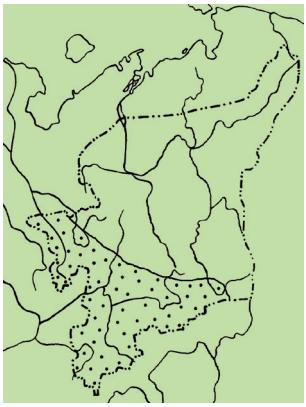
Многолетнее травянистое растение высотой 30-50 см. Корневище ползучее, шнуровидное. Стебель простой, прямой или ветвистый. Листья линейные или ланцетные. Венчик желтый с ярко-оранжевым пятном на нижней губе. Цветки в густых кистях на верхушках стеблей и ветвей. Цветет с июня по август.

Обычна для таежной зоны. Произрастает на сухих луговых склонах, обнажениях, в сосновых борах, на песчаном аллювии вдоль рек, на суходольных лугах, вдоль транспортных магистралей, в населенных пунктах. В лесотундре и тундре как заносный вид. Собирают цветущие экземпляры. Позднецветущий медонос.

Ядовита. Содержит алкалоиды, флавоноиды, сапонины (Турова, 1974).

Имеются сведения о мочегонных и слабительных свойствах льнянки (Российский, Могильский, 1956). В народной медицине коми отвар травы принимали внутрь при грыже, золотухе, а также как слабительное (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна в небольших количествах, но данный вид пока не востребован.



ЛЮБКА ДВУЛИСТНАЯ

***Platanthera bifolia* (L.) Rich.**
(Сем. Ятрышниковые – Orchidaceae)

коми: посни наридз турун

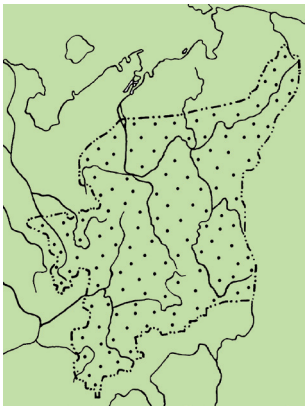
Многолетнее травянистое растение высотой 20-40 см с ребристым стеблем. Листья в числе двух, продолговато-обратнояйцевидные, блестящие, супротивно располагающиеся у основания стебля. Цветки белые, душистые, в редкой кисти. Клубней два. Цветет в июле.

Встречается на сыроватых или избыточно увлажненных местах, в травяных осинниках, березняках черничных, долгомошных ельниках, смешанных лесах. Распространена в бассейнах рек Летка, Луза, Сысола, Вычегда. Севернее г. Ухта и верхнего течения р. Мезень не растет.

Сочные корнеклубни – в высушенном виде носят название «салепа» (Землинский, 1958) – содержат слизь (до 50 %), крахмал (27 %) и сахара.

Используют как тонизирующее и общеукрепляющее средство, а также при отравлениях, половой слабости, катаре толстых кишок, болезнях мочевого пузыря.

Заготовке не подлежит, так как вид включен в Красную книгу Республики Коми (2009).



ЛЮТИК ПОЛЗУЧИЙ

***Ranunculus repens* L.**
(Сем. Лютиковые – Ranunculaceae)

коми: купальнича

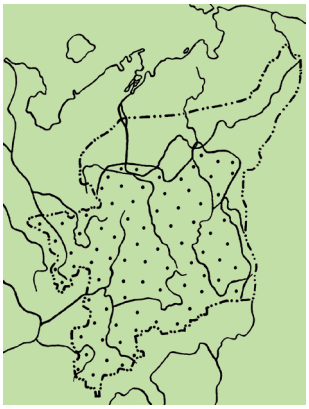
Многолетнее травянистое растение с распростертыми часто укореняющимися побегами длиной 15-60 см. Листья тройчатосложные, каждый из трех листочков на хорошо заметном черешке и в свою очередь трехнадрезанный. Цветки желтые, до 2.5 см в диаметре. Цветет в июне–сентябре.

Предпочитает достаточно и избыточно увлажненные места. В таежной зоне республики растет на различных типах лугов, около канав, вдоль сырых дорог, в сырых смешанных лесах, травяных ельниках. Иногда образует сплошные ковры, весьма обилен среди влаголюбивого разнотравья. В тундре произрастает в разнотравных ивняках, на приречных луговинах. В качестве сорного растения лютик ползучий встречается в населенных пунктах. Собирают цветущие растения.

Сильно ядовит. Содержит алкалоиды, сапонины, дубильные вещества, флавоноиды.

Используется только как наружное средство. В народной медицине назначают при головных болях, ревматизме (Махлаюк, 1992). Кроме лютика ползучего, применяют л. многоцветковый (*R. polyanthemos* L.) и л. едкий (*R. acris* L.). Свежую траву растений прикладывают к больным суставам (Ильина, 1997а).

Для заготовки интереса не представляют как невостребованные в настоящее время виды.



МАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

***Rubus idaeus* L.**
(Сем. Розоцветные – Rosaceae)

коми: ӧмидз

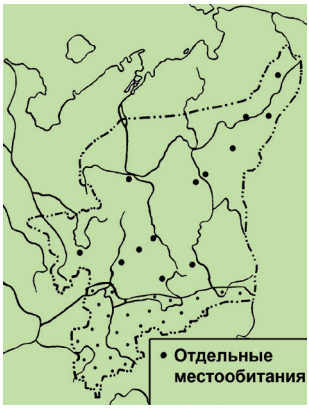
Прямостоячий полукустарник высотой до 1.5 м. Побеги деревянистые, отмирают на второй год. Стебли внизу и черешки листьев с редкими шипиками, молодые веточки тонкопушистые, с шипиками. Цветки мелкие, белые, располагаются по несколько на верхушках стеблей и в пазухах листьев. Цветет в июле. Плоды – ярко-красные многокостянки.

Обычна для таежной зоны. На старых гарях образует чистые заросли. Встречается на склонах речных берегов, на опушках леса, пойменных закустаренных лугах, в травянистых осинниках и смешанных лесах. Под пологом леса почти не плодоносит. В предгорных и горных частях Урала растет в еловых, елово-пихтовых лесах с разнотравьем. Урожайность малины в республике составляет 180-200 кг ягод/га при содержании аскорбиновой кислоты в них 38 мг/100 г (Мартыненко и др., 1994). Отличный медонос, ее медопродуктивность достигает 100 кг/га (Глухов, 1974).

Листья содержат витамины С, Е, каротин, флавоноиды и катехины, плоды – сахара, органические кислоты, витамины, пектин, дубильные вещества (Атлас ареалов…, 1976).

Сухие и свежие плоды обладают антицинготным, жаропонижающим и потогонным действием. Используют при малокровии и атеросклерозе (Биологическая флора…, 1996). Листья, плоды и цветки применяют в народной медицине и косметике. Ценное пищевое растение.

Заготовка возможна в значительных количествах на опушках и гарях, но в основном население использует для собственных нужд.



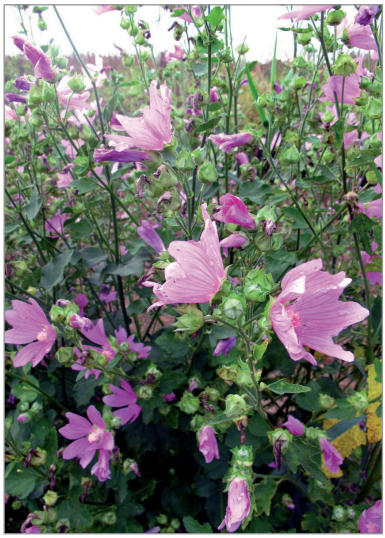
МАЛЬВА НИЗКАЯ

***Malva pusilla* Smith**
(Сем. Мальвовые – Malvaceae)

коми: мальва

Одно-двулетнее травянистое растение высотой 15-20 (30) см с приподнимающимся стеблем. Корень длинный, стержневой. Листья округло-сердцевидные, с пятью-семью полукруглыми лопастями, по краю неравномерно зубчатые, на длинных черешках. Цветки белые, сидят в пазухах листьев по одному или пучками. Цветет в июне–июле.

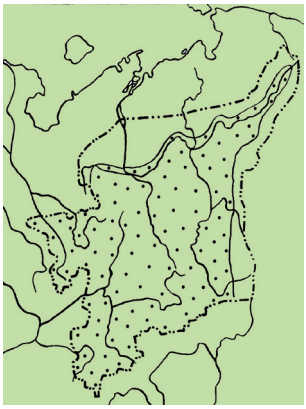
Сорно-рудеральное растение. Предпочитает плодородные почвы. Спорадически встречается в населенных пунктах по рекам Летка, Сысола и Вычегда, по железной дороге доходит до Воркуты. Растет на свалках, пустырях, около дорог, у жилья, пристаней и на железнодорожных насыпях. Собирают в фазу максимального развития листьев.



Химический состав не изучен.

Используют в народной медицине (Овеснов, 1997). Водный настой листьев обладает противовоспалительным действием, его употребляют при кашле, катаре бронхов, для полосканий при воспалительных процессах в полости рта и глотки (Махлаюк, 1992).

Для заготовки интереса не представляет из-за низкого обилия и невостребованности.



МАРЬ БЕЛАЯ

***Chenopodium album* L.**
(Сем. Маревые – Chenopodiaceae)

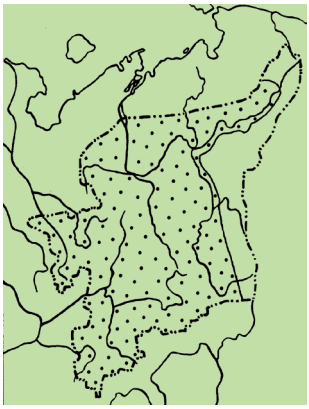
Однолетнее травянистое растение высотой 10-40 (70) см. Листья яйцевидно-ромбические, неравнозубчатые, с заостренной верхушкой, с обеих сторон покрыты беловатым мучнистым налетом, более густым снизу. Цветки собраны в клубочки в метельчатом соцветии. Цветет с июня по сентябрь.

Один из самых обременительных и распространенных сорняков. Встречается на всей территории республики. Засоряет посевы, огороды, растет около жилья, вдоль дорог, отмечается на засоренных лугах. В южных районах иногда образует заросли, особенно в местах с нарушенным или уничтоженным растительным покровом. Собирают траву во время цветения.

Содержит аскорбиновую кислоту и эфирное масло (Александрова и др., 1964), небольшое количество фитоэкдистероидов, обладающих анаболическим действием (Фитоэкдистероиды, 2003).

Применяют в народной медицине. Настой травы используют для лечения чесотки, полоскания горла при ангинах (Махлаюк, 1992). В прошлом растение употребляли в пищу в голодные годы.

Для заготовки интереса не представляет, так как в настоящее время вид не востребован, хотя запасы превышают местные потребности.



МАТЬ-И-МАЧЕХА ОБЫКНОВЕННАЯ

***Tussilago farfara* L.**
(Сем. Астровые – Asteraceae)

коми: вижъюр

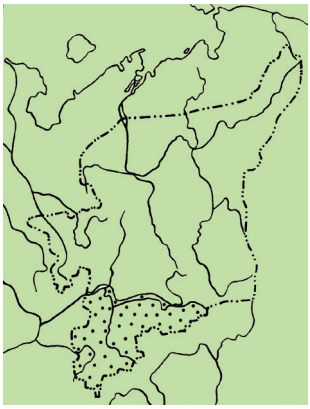
Многолетнее травянистое растение. Цветоносные стебли высотой 10-15 см (развиваются до появления листьев) паутинисто-опушенные, с мясистыми фиолетовыми листовидными чешуями до 1 см длины. Прикорневые листья крупные, округло-сердцевидные, с несколькими зубцами, сверху голые, снизу мягкоопушенные, на длинных черешках. Корзинки одиночные, верхушечные, цветки желтые. Цветет в конце апреля–мае.

Сорно-рудеральный вид. Встречается на участках с нарушенной растительностью, образует заросли на пустырях, в отработанных карьерах, на береговых склонах, вдоль транспортных магистралей, в населенных пунктах. Доходит до Арктики, но там нечасто и необильно. На Урале отсутствует. На освоенных территориях обилие мать-и-мачехи увеличивается (Егошина, 2008). Продуктивность листьев в средней тайге колебалась от 53 до 119 г сухой массы/м^2. Растения собирают в фазу цветения (корзинки) и после нее (листья). Срок годности сырья три года (Государственная фармакопея..., 1990).

Листья и цветочные корзинки содержат сапонины, инулин, слизь, стерины и танины (Атлас ареалов…, 1976), корневища – инулин, листья – пектин, инулин, эфирное масло.

Используют для приготовления мягчительных и отхаркивающих препаратов (Флора северо-востока…, 1977), листья прикладывают к ранам и мозолям (Александрова и др., 1964). В Германии препараты из мать-и-мачехи употребляют для лечения астмы (Vetvička, 1980). В народной медицине коми отвар травы принимали при кашле, туберкулезе (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна в значительных количествах, запасы превышают местные потребности.



МЕДУНИЦА НЕЯСНАЯ

***Pulmonaria obscura* Dumort.**
(Сем. Бурачниковые – Boraginaceae)

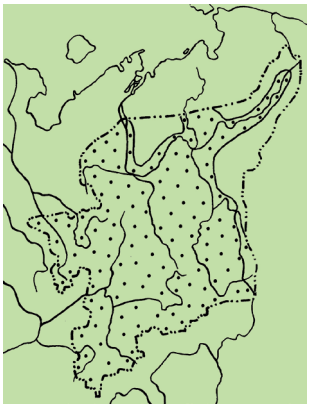
Многолетнее травянистое растение высотой 15-20 см, негусто волосистое. Корневище толстое, восходящее. Цветоносные стебли появляются рано весной. После цветения развиваются розетки железисто-опушенных яйцевидных листьев с длинными черешками. Цветки в начале цветения розовые, затем голубые, соцветие – завиток. Цветет в мае–июне.

Встречается преимущественно в южной подзоне тайги и изредка на юге средней подзоны (реки Летка, Луза, Сысола, среднее течение Вычегды). Растет в смешанных лесах с примесью липы в подлеске, травянистых осинниках, ельниках кисличных, черничных, папоротниковых. Иногда – в кустарниках, на вырубках и оврагах. Собирают листья и цветоносы в фазу развития листьев. Медонос.

Трава содержит сапонины, слизи, рутин, дубильные вещества (Кучеров и др., 1976).

Настой травы принимают при кашле, болезнях дыхательных путей, желудка и кишечника (Vetvička, 1980). Обладает противовоспалительным, антисептическим и ранозаживляющим свойствами. Применяют в народной медицине (Овеснов, 1997).

Для заготовки интереса не представляет из-за ограниченного распространения.



МОЖЖЕВЕЛЬНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

***Juniperus communis* L.**
(Сем. Кипарисовые – Cupressaceae)

коми: тусяпу

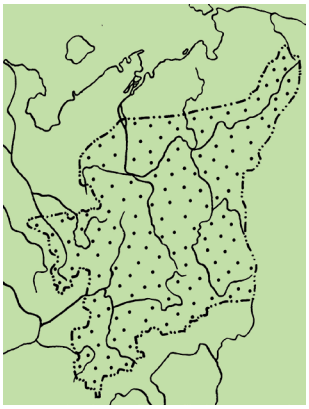
Вечнозеленый кустарник высотой до 3 м. Кора серо-бурая. Листья игловидные, 1.0-1.5 см длины, прямые, длинно заостренные, колючие, сильно отклоненные, по три в мутовках. Зрелые шишкоягоды синеватые с восковым налетом, 7-9 мм в диаметре, короче листьев.

Предпочитает песчаные и суглинистые почвы. В таежной зоне часто в подлеске сосновых, смешанных и лиственных лесов, по сухим склонам, по краям болот, опушкам, заходит в лесотундру. Иногда образует чистые заросли в предгорьях и на границе лесного пояса Урала. В равнинных и горных тундрах замещается можжевельником сибирским (*Juniperus sibirica*). Собирают сырье в конце лета, срок его годности три года (Государственная фармакопея..., 1990).

Плоды (шишкоягоды) и хвоя содержат эфирное масло, сахара, смолы, дубильные вещества, органические кислоты, жирное масло (Кучеров и др., 1976). Химический состав не изучен.

В практической медицине настойку плодов назначают в качестве мочегонного средства при воспалении мочевого пузыря, а эфирное масло – как болеутоляющее. В Германии употребляют для лечения грибковых заболеваний (Leibold, 1981). Шишкоягоды имеют пото-, желчегонные и отхаркивающие свойства. Используют также и в косметике. Во многих странах из них готовят спиртные напитки (ликеры, джин). В народной медицине коми можжевельник широко используют при ломоте суставов, водянке, отеках, испуге, бессоннице (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна, запасы превышают местные потребности.



МОРОШКА ОБЫКНОВЕННАЯ

***Rubus chamaemorus* L.**
(Сем. Розоцветные – Rosaceae)

коми: мырпом

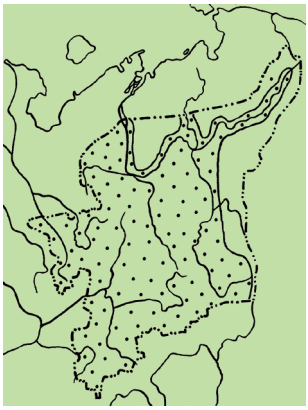
Многолетнее травянистое растение высотой 10-30 см. Листья почковидные, неглубоко надрезанные на пять тупых зубчатых лопастей. Стебли короткоопушенные. Цветки белые, верхушечные, одиночные, на длинной цветоножке. Плоды оранжевые, из значительного числа сросшихся сочных костянок. Цветет в июне–июле.

Встречается повсеместно на всей территории республики. Массово растет в тундре и лесотундре на торфяных буграх, в сырых ивняковых и ерниковых сообществах. В таежной зоне – обильно растущий вид на верховых болотах. В сфагновых еловых лесах формирует морошковые группировки с багульником, хвощом, осокой и др. В больших количествах встречается в сфагновых сосняках (Лащенкова, 1954). Средний урожай плодов в республике составляет 122-175 кг/га, в благоприятные по погодным условиям годы – до 240 (Антонова, 1976). В соседней Архангельской области собирают до 180 кг/га (Лукин, 1984).

Плоды богаты сахарами, органическими кислотами, чашелистики – сапонинами, флавоноидами, дубильными веществами. Содержание аскорбиновой кислоты до 65 мг/100 г (Мартыненко, 1995).

Используют плоды и чашелистики как витаминное, противовоспалительное, пото- и мочегонное средство (Алеутский и др., 1987). В народной медицине коми отвар чашелистиков использовали для лечения различных заболеваний (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна, запасы превышают местные потребности.



МЯТА ПОЛЕВАЯ

***Mentha arvensis* L.**
(Сем. Губоцветные – Lamiaceae)

коми: душник турун

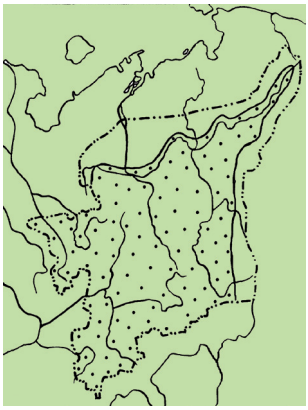
Многолетнее травянистое растение высотой 10-30 см с длинным ползучим корневищем. Листья яйцевидные, при основании клиновидные, мягкоопушенные, по краю зубчатые, с приятным запахом. Цветки светло-фиолетовые, в густых мутовках. Цветет с июня по август.

Эфиромасличное и пряное растение. Широко распространено в лесной зоне республики. Предпочитает влажные местообитания. Растет по берегам стариц, на сырых пойменных лугах, в зарослях ивняков, в травянистых еловых, березово-еловых, березово-сосновых лесах. По рекам и вдоль железной дороги заходит в лесотундру и тундру. Сухая масса составляет 21-28 г/м^2. Собирают цветущие экземпляры.

Листья содержат до 30 % эфирных масел, моноциклические монотерпиноиды.

Входит в состав сложных аптечных сборов (Ларин и др., 1956). В виде мазей используют при мигренях и насморке. Применяют в народной медицине (Овеснов, 1957). В народной медицине коми настой травы употребляют как болеутоляющее и успокаивающее средство, а также при кашле, изжоге, тошноте, болях в области печени (Ильина, 1997).

Заготовка возможна в небольших количествах на локальных участках.



НИВЯНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

***Leucanthemum vulgare* Lam.**
(Сем. Астровые – Asteraceae)

коми: катшасин

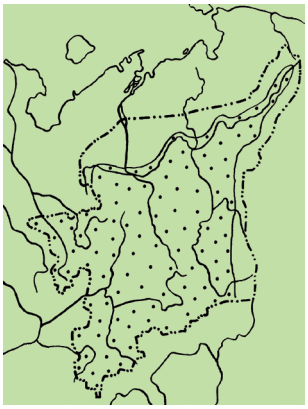
Многолетнее травянистое растение высотой 20-50 см. Стебли прямые, бороздчатые. Листья лопатчатые, суженные к основанию, с городчатыми краями. Язычковые цветки белые, располагаются горизонтально вокруг желтых трубчатых цветков. Корзинки одиночные. Цветет с июня по август.

Встречается почти повсеместно (на севере – до р. Уса), но зарослей не образует. Растет на пойменных и суходольных разнотравных лугах, лесных полянах и опушках. Частота встречаемости с юга на север снижается от 63 до 20 % (Мартыненко, 1989). Собирают цветущие растения.

Цветки содержат углеводы (фруктоза, глюкоза, сахароза), кумарины и флавоноиды, семена – жирное масло.

Обладает противовоспалительными, противоглистными и инсектицидными свойствами (Волкова и др., 1963). Применяют в народной медицине (Овеснов, 1997).

Заготовка возможна в значительных количествах, но в настоящее время вид не востребован.



ОДУВАНЧИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

***Taraxacum officinale* Wigg.**
(Сем. Астровые – Asteraceae)

коми: вижъюр

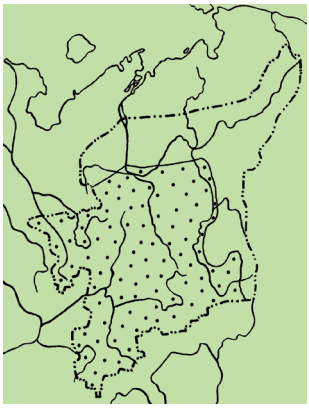
Многолетнее травянистое растение высотой 10-20 (40) см со стержневым корнем. Стебель трубчатый, внутри с млечным соком, снаружи негусто паутинисто-опушенный. Листья многочисленные, узкие, обратнояйцевидные, струговидно-надрезанные. Цветки желтые, корзинки одиночные. Цветет с мая по июль.

Растет на разнотравных суходольных и пойменных лугах, по берегам рек, в кустарниках, сосновых и смешанных лесах, на вырубках и опушках. Встречается часто как сорное растение вблизи жилья, у дорог, на пастбищах, огородах. Распространен по всей таежной зоне, в лесотундре и тундре считается заносным. Собирают корни и листья. Срок годности сырья пять лет (Государственная фармакопея..., 1990).

Надземная часть растения содержит витамины B1, B2, C, каротин, кумарины, флавоноиды и сесквитерпиноиды, корни – сахара, инулин, тритерпены и фенилкарбоновые кислоты.

В современной медицине используют для лечения болезней печени, при стенокардии, коронарной недостаточности (Биологическая флора…, 1990). Корни применяют для возбуждения аппетита, а также как слабительное, желчегонное и желудочное средство. В народной медицине Германии принимают при почечных камнях (Leibold, 1981). Измельченный корень, настоянный на растительном масле, употребляют при ожогах, сок – для ликвидации веснушек и угрей (Дацковский, Дацковский, 1995). В народной медицине коми отвар травы применяли при кашле и заболеваниях печени (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна в значительных количествах на экологически чистых местообитаниях (исключая дороги, улицы, свалки).



ОЛЬХА СЕРАЯ

***Alnus incana* (L.) Moench**
(Сем. Березовые – Betulaceae)

коми: ловпу

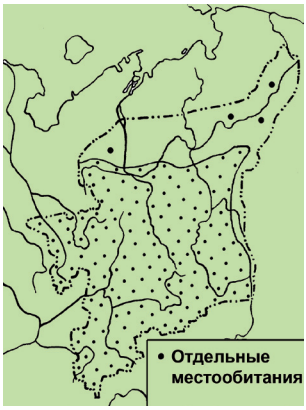
Крупный кустарник или дерево. Кора на стволах серая или желтовато-серая, блестящая. Листья яйцевидные, заостренные, с обеих сторон опушенные, с зубчатыми краями. Молодые ветви и почки опушенные, не клейкие. Женские сережки сидячие или на очень коротких ножках, в виде шишечек, к осени деревенеющих.

Широко распространена в южных и центральных районах республики. На Урале и северо-востоке отсутствует. Предпочитает достаточно увлажненные дренированные местообитания. Часто образует чистые заросли в поймах рек и на залежах. Как примесь встречается в хвойных, мелколиственных и смешанных лесах. Соплодия ольхи собирают рано весной путем стряхивания на расстилаемый под деревьями материал. Срок годности сырья три года (Госфармакопея СССР, 1990).

Соплодия («шишечки») и кора содержат от 6 до 30 % дубильных веществ (Фармакогнозия, 1989), листья – флавоноиды и органические кислоты.

В практической медицине настойку соплодий рекомендуют как вяжущее средство при острых и хронических энтеритах и колитах (Атлас ареалов…, 1976). В народной медицине отвар и настойку соплодий используют как антисептическое, кровеостанавливающее и вяжущее средство (Ларин и др., 1950). Коми народные целители, кроме указанных назначений, применяют их при кашле, одышке, астме и головной боли (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна в значительном количестве в таежной зоне, запасы превышают местные потребности.



ОЧИТОК ЕДКИЙ

***Sedum acre* L.**
(Сем. Толстянковые – Crassulaceae)

коми: кавтӧм турун

Многолетнее травянистое растение высотой 4-10 см с приподнимающимися стеблями. Корневища тонкие, ползучие. Листья вздутые, сочные, черепитчато расположенные. Цветки желтые, одиночные. Цветет в июне–июле.

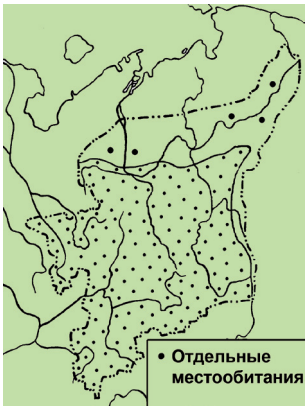
Встречается по берегам рек, в сосновых лесах, на сухих прогреваемых склонах, иногда вдоль дорог. Довольно часто отмечается по рекам Летка, Луза, Сысола и Вычегда. Собирают траву в цветущем состоянии.

Ядовит. Содержит фенольные соединения, фенолкарбоновые кислоты, органические кислоты, флавоноиды, алкалоиды.

Используют наружно при заболеваниях кожи, бородавках (Дацковский, Дацковский, 1995), а также при ожогах (Волкова и др., 1963). Настой травы обладает слабительным, мочегонным, тонизирующим действием. Требует осторожного применения.

Для заготовки интереса не представляет из-за низкого обилия.

Нередко встречается и очиток пурпурный (*Hylotelephium triphyllum* (Haw.) Holub), который используют в народной медицине (Баранова, 2002). Содержит фенольные гликозиды (арбутин), флавоноиды, кумарины, органические кислоты, алкалоиды. У коми очиток пурпурный применяют в виде компрессов из травы, ванн при сильной усталости, ломоте и опухолях суставов (Ильина, 1997а).



ПАЛЬЧАТОКОРЕННИК ФУКСА

***Dactylorhiza fuchsii* (Druce) Soó**
(Сем. Орхидные – Orchidaceae)

коми: мӧсвӧра турун

Многолетнее травянистое растение высотой 30-60 см. Клубни сжатые, с двумя-четырьмя лопастями. Стебли плотные, заполненные. Нижние листья без киля, плоские, тупые, с наибольшей шириной выше середины, обычно не пятнистые, реже с бледными фиолетовыми пятнами. Цветки обычно бледно окрашенные, лиловые. Средняя лопасть губы цветка клиновидная, уже боковых лопастей. Шпорец с перетяжкой. Соцветие многоцветковое, довольно рыхлое. Цветет в июне–июле.

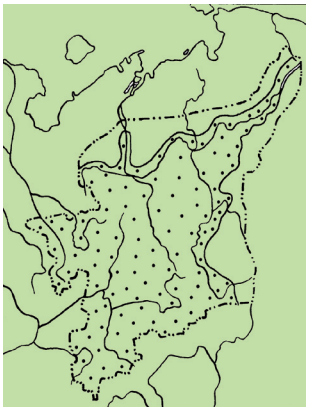
Встречается в сырых смешанных лесах, травяных и зеленомошных березняках, по краям травянистых болот, на пойменных лугах, лесных полянах. На Урале растет в лесном поясе, иногда отмечается в нижней части горно-тундрового пояса.

Сочные корнеклубни (в высушенном виде известны под названием «салепа») содержат слизи, крахмал, горькие вещества и эфирное масло (Нейштадт, 1963).

Используют при отравлениях и кишечных заболеваниях как обволакивающее, при старческой слабости и после тяжелых болезней как укрепляющее средство.

Заготовке не подлежит, так как включен в Красную книгу Республики Коми (2009).

Аналогичными свойствами обладает другой вид пальчатокоренника – п. пятнистый (*D. maculata*). Заготовке не подлежит, так как включен в Красную книгу Республики Коми (2009).



ПАСТУШЬЯ СУМКА

***Capsella bursa-pastoris* (L.) Medik.**
(Сем. Крестоцветные – Brassicaceae)

коми: дука турун

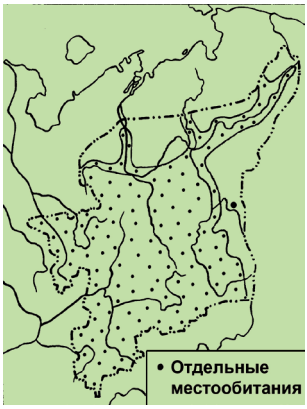
Однолетнее травянистое растение высотой 10-30 см. Прикорневые листья в розетке, перисто-рассеченные, на черешках, стеблевые – сидячие, ланцетные. Цветки белые, собраны в кисть. Плод – треугольный стручочек с продольной перегородкой. Цветет с мая по сентябрь.

Распространенное во флоре республики сорное и рудеральное растение. Засоряет посевы картофеля, других пропашных культур. Обильно разрастается на мусорных местах, дорогах, огородах и около домов. В лесной зоне встречается повсеместно, в лесотундру и тундру заходит по железной дороге. Собирают растение в цветущем состоянии. Срок годности сырья три года (Государственная фармакопея..., 1990).

Содержит кумарины, фенолкарбоновые кислоты, флавоноиды, тиогликозиды.

Настои и экстракты обладают кровеостанавливающим и мочегонным свойствами, снижают артериальное давление (Атлас ареалов..., 1976). Издавна применяют в народной медицине многих стран. Настой травы используют при болезнях печени, почек, мочевого пузыря и особенно как кровеостанавливающее средство при внутренних кровотечениях (Махлаюк, 1992; Ильина, 1997а).

Заготовка возможна в небольших количествах в экологически чистых местообитаниях (исключая дороги, свалки, промплощадки).



ПИЖМА ОБЫКНОВЕННАЯ

***Tanacetum vulgare* L.**
(Сем. Астровые – Asteraceae)

коми: деветибрат

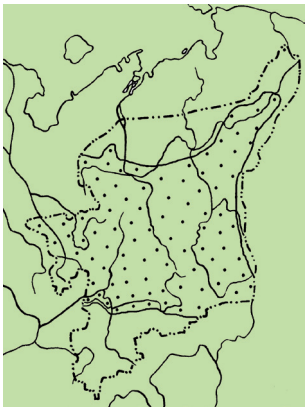
Многолетнее травянистое растение высотой 50-80 (100) см с прямостоячим бороздчатым ветвистым стеблем. Листья перисто-рассеченные на ланцетные доли, нижние стеблевые на длинных черешках, верхние и средние – сидячие, с точечными железками. Все цветки трубчатые, желтые. Корзинки полушаровидные, собраны в верхушечное, щитковидное соцветие. Цветет в июле–августе.

Встречается на всей территории республики, исключая горы Урала. Растет на пойменных злаково-разнотравных лугах, песчаных берегах рек, опушках, мусорных местах, у дорог. Иногда образует заросли вдоль русел рек на песчаной почве (реки Ижма, Мезень, Вычегда и Печора) протяженностью до 100 м. В долине р. Ижма обнаружены сообщества пижмы с плотностью популяции 228 экз./м^2 при продуктивности 218 г сухой массы/м^2. На лугах рек Мезень и Печора продуктивность составляет от 50 до 107 г/м^2 (Мартыненко, 1989). Собирают облиственные верхушки растений с соцветиями. Срок годности сырья три года (Государственная фармакопея..., 1990).

Ядовита. Содержит эфирное масло, сесквитерпеноиды, тритерпеноиды, алкалоиды, серосодержащие соединения, флавоноиды и дубильные вещества.

Препараты обладают желчегонным, глистогонным, вяжущим свойствами. В быту используют для борьбы с мухами и комарами. В народной медицине Финляндии и Республики Коми настой цветков принимали при простуде, одышке, ломоте в костях и пояснице, головной боли (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна в значительных количествах в таежной зоне на песчаных аллювиях крупных рек.



ПИОН УКЛОНЯЮЩИЙСЯ

***Paeonia anomala* L.**
(Сем. Пионовые – Paeoniaceae)

коми: марьямоль

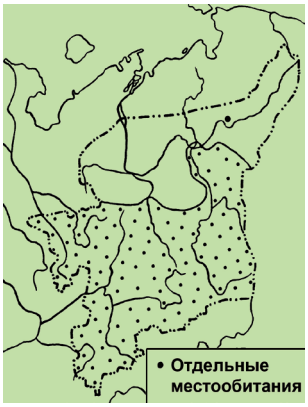
Многолетнее травянистое растение высотой 60-100 см. Корень клубневидный, толстый, ветвистый. Стебли гладкие, бороздчатые, с одним верхушечным цветком. Листья тройчатосложные, глубоко рассеченные, черешковые. Цветки крупные, одиночные, ярко-розовые. Плод – листовка. Цветет в июне–июле.

Растет на опушках смешанных лесов, лесных полянах, каменистых россыпях, обнажениях известняков и мергелей по берегам рек, на прибрежных луговых склонах, в горнолесном поясе и редколесьях Урала. Довольно много и местами массово встречается на Тимане (например, верховья Вычегды, реки Айюва, Ухта и Печорская Пижма), в верхнем течении Печоры, на Илыче. Успешно выращивают в культуре, что способствует его сохранению (Моисеев и др., 1981). Сырье заготавливают осенью.

Ядовит в больших дозах. Корневища содержат до 30 % сахарозы и глюкозы, эфирное масло, монотерпены, тритерпеновые гликозиды группы бета-амирина, фенолкарбоновые кислоты, свободную салициловую и бензойную кислоты, дубильные вещества, витамин С.

Препараты обладают успокаивающим действием, применяют при желудочно-кишечных и нервных расстройствах (Атлас ареалов..., 1976). Широко известен в народной медицине коми как общеукрепляющее средство (Ильина, 1997а).

Заготовке не подлежит, так как включен в Красную книгу Республики Коми (2009).



ПИХТА СИБИРСКАЯ

***Abies sibirica* Ledeb.**
(Сем. Сосновые – Pinaceae)

коми: ньыв пу

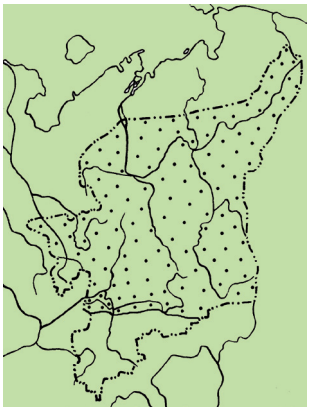
Вечнозеленое дерево высотой до 20 м и более с гладкой серой корой. Хвоя плоская, мягкая, сверху блестящая, снизу – матовая с двумя беловатыми полосками. Шишки светло-коричневые, длинные, прямостоячие, при созревании рассыпающиеся. Цветет в мае–начале июня.

Приурочена к плодородным гумусированным почвам с хорошей аэрацией. Чистые пихтарники небольшими участками встречаются в долинах рек южных районов на богатых почвах. Леса со значительной примесью пихты при господстве ели располагаются в горах и предгорьях Урала. Растет как правило вместе с елью, березой, осиной, иногда с сосной, лиственницей и кедром. Распространена на большей части таежной зоны и на Урале. Общая площадь пихтовых лесов в Республике Коми – около 200 тыс. га (Козубов, Дегтева, 1999). Пихтовую «лапку» стригут в конце лета.

Молодые веточки с хвоей служат сырьем для получения синтетической камфары, скипидара и эфирного масла, содержание которого составляет 3 % (Атлас ареалов…, 1976). Кора содержит эфирное масло (1.5-9.0 %), тритерпеноиды и дубильные вещества, древесина – фенолкарбоновые кислоты и лигнаны, живицу (3.5-12.0 %), в составе которой моно-, ди- и тритерпеноиды. Из смолы получают пихтовый бальзам, используемый в медицине.

Применяют продукты из пихтовой «лапки» как сердечное средство (камфара), а также для ингаляций при простудных заболеваниях (Атлас…, 1976). Водный настой хвои эффективен при лечении авитаминоза. Жирное масло семян содержит много витамина Е. Пихтовое масло используют в косметике (Дацковский, Дацковский, 1995). В народной медицине коми отвары хвои и почек пили при простуде, одышке и кашле, живицу использовали как ранозаживляющее средство, вениками из пихты парились в бане (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна в большом количестве в таежной зоне.



ПЛАУН-БАРАНЕЦ ОБЫКНОВЕННЫЙ

***Huperzia selago* (L.) Bernh. ex Schrank & C. Mart**
(Сем. Баранцовые – Huperziaceae)

коми: никен турун

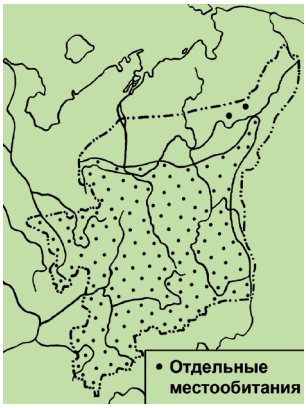
Многолетний травовидный плаун высотой до 15 см. Стебли прямые, дихотомически разветвленные, густо покрыты мелкими, ланцетными, цельнокрайными, заостренными жесткими листочками. Спорангии располагаются по одному в пазухах листьев в верхней и средней частях стебля. Спороношение в июле–августе.

Встречается на большей части республики, исключая южные районы. Представлен несколькими формами и разновидностями в зависимости от географического распространения и условий местообитания. В лесной зоне отмечается в еловых, елово-сосновых и сосновых лесах. В лесотундру и тундру проникает вместе с еловыми, елово-березовыми редколесьями, зарослями кустарников. На Урале встречается в субальпийском и альпийском поясах. Собирают облиственные стебли.

Ядовит. Содержит каротиноиды, флавоноиды, алкалоиды, фенолкарбоновые кислоты.

Обладает слабительным и рвотным действием. Имеются сведения о применении при лечении хронического алкоголизма и никотинизма (Атлас ареалов…, 1976). Препараты токсичны, поэтому используют только в условиях медицинского стационара. В народной медицине коми применяли как антиалкогольное и абортивное средство (Ильина, 1997а).

Интереса для заготовки в республике не представляет из-за низкого обилия.



ПЛАУН БУЛАВОВИДНЫЙ

***Lycopodium clavatum* L.**
(Сем. Плауновые – Lycopodiaceae)

коми: кӧчвӧнь

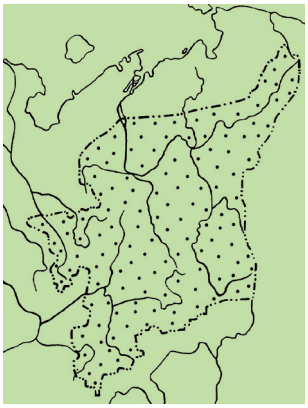
Травовидный плаун, многолетнее споровое растение с длинными, ползучими, вильчато-ветвящимися стеблями. Листья до 5 мм длины, на конце с белым мягким волоском, густо покрывают стебли. Спороносные колоски до 3 см длины, сидят по два-три на длинных ножках. Спороношение в июле–августе.

Одно из самых обычных растений таежной зоны. Растет в еловых, сосновых и смешанных лесах. Иногда встречается на вырубках и гарях, часто по лесным дорогам, опушкам. Характерное растение для елово-пихтовых лесов Приуралья и лесного пояса Урала. Вместе с еловыми и березово-еловыми редколесьями проникает в лесотундру.

Ядовит. Содержит алкалоиды, тритерпеноиды, флавоноиды. Споры представляют собой мельчайший бледно-желтый порошок, в составе которого обнаружено до 50 % невысыхающего жирного масла.

В практической медицине споры употребляют в качестве детской присыпки и для лечения пролежней у взрослых, а также для обсыпки пилюль (Атлас ареалов…, 1976). В народной медицине споры использовали как подсушивающее средство, а настой травы – при желудочно-кишечных заболеваниях (Махлаюк, 1992).

Заготовка спор возможна в значительных количествах при сборе сырья во влажную погоду, чтобы исключить их высыпание из колосков.



ПОДБЕЛ УЗКОЛИСТНЫЙ

***Andromeda polifolia* L.**
(Сем. Вересковые – Ericaceae)

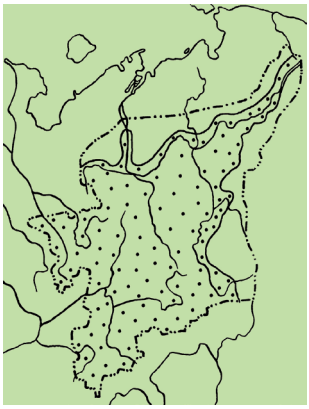
Невысокий вечнозеленый болотный кустарничек высотой 10-40 см. Листья очередные, с одной жилкой, продолговато-ланцетные или ланцетно-линейные, сверху тускло-сизовато-зеленые, снизу – с беловатым восковым налетом. Цветки розовые или беловато-розовые, по два-шесть в зонтиковидных кистях на концах побегов. Цветет в июне–июле.

Обычное и обильное растение сфагновых верховых болот таежной зоны. Нередок подбел в заболоченных сосняках и ельниках, на топких берегах озер. Встречается в сырой кустарничковой тундре, на кочках тундровых болот. Листья подбела собирают в фазу цветения.

Содержит иридоиды, флавоноиды, дитерпеноиды, фенолкарбоновые кислоты, дубильные вещества.

Водный настой листьев в народной медицине применяют при поносах, ревматизме, туберкулезе легких (Махлаюк, 1992).

Запасы сырья превышают местные потребности, но вид в настоящее время не востребован.



ПОДОРОЖНИК БОЛЬШОЙ

***Plantago major* L.**
(Сем. Подорожниковые – Plantaginaceae)

коми: лапкор

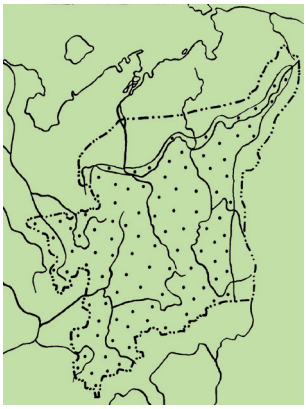
Многолетнее травянистое растение высотой 15-20 (30) см. Листья в прикорневой розетке, яйцевидные или эллиптические, голые, с тремя-семью резкими жилками. Цветки мелкие. Венчик светло-бурый, соцветие – длинный цилиндрический колос. Цветет с июня по август.

Широко распространенный сорно-рудеральный вид таежной зоны. Занесен человеком в лесотундру и тундру, на Урале отсутствует. Обилен около жилья, вдоль дорог, на залежах, пастбищах, пустырях. Встречается вдоль лесных троп, на сенокосах, в посевах, на огородах. Значительные по площади участки зарослей подорожника отмечены в окрестностях городов Сыктывкар и Ухта, сел Визинга и Айкино. В средней подзоне тайги плотность популяций составляла до 160 экз./м^2 при продуктивности от 40 до 63 г сухой массы листьев/м^2 (Мартыненко, 1995). Используют листья и семена. Срок годности сырья три года (Государственная фармакопея..., 1990).

Листья содержат полисахариды, в том числе слизи (до 11%), иридоидные гликозиды, флавоноиды, каротиноиды и аскорбиновую кислоту.

Препарат плантоглюцид, получаемый из семян, используют при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта (гастриты, язвенная болезнь) с нормальной и пониженной кислотностью желудочного сока (Атлас ареалов…, 1976). В практической и народной медицине листья применяют как ранозаживляющее и противоожоговое средство, а настой из них обладает антисептическим и отхаркивающим действием. В народной медицине коми свежие листья прикладывали верхней стороной к порезам, ранам, нижней – к чирьям, нарывам (Ильина, 1997).

Заготовка листьев возможна в больших количествах в экологически чистых местообитаниях (исключая дороги, промплощадки, мусорные места).



ПОЛЫНЬ ОБЫКНОВЕННАЯ

***Artemisia vulgaris* L.**
(Сем. Астровые – Asteraceae)

коми: батӧг, шидӧса турун

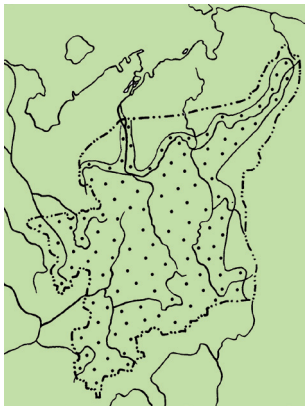
Многолетнее травянистое растение высотой 40-150 см. Стебель ребристый, иногда фиолетово окрашенный. Листья перисто-надрезанные, сверху темно-зеленые, снизу – беловойлочные. Нижние – черешковые, средние и верхние – сидячие. Цветочные корзинки собраны в густые метелки. Цветки мелкие. Цветет в июле–августе.

Встречается на всей территории республики. Часто растет в населенных пунктах, на залежах, по берегам рек, иногда на опушках и вырубках.

Содержит эфирное масло, сесквитерпеноиды, кумарины и полиацетиленовые соединения.

Растение народной медицины (Овеснов, 1997). Обладает потогонным и успокаивающим свойствами. Применяют при эпилепсии, судорогах (Махлаюк, 1992), у коми – при женских заболеваниях, ломоте и болях в суставах. Считали, что отвар травы укрепляет память (Ильина, 1997а). Используют как инсектицидное растение.

Заготовка возможна, запасы превышают местные потребности, но требуется выбирать для заготовки экологически чистые местообитания (луга, опушки, берега рек, вырубки).



ПТАРМИКА ОБЫКНОВЕННАЯ

***Ptarmica vulgaris* Hill s.l.**
(Сем. Астровые – Asteraceae)

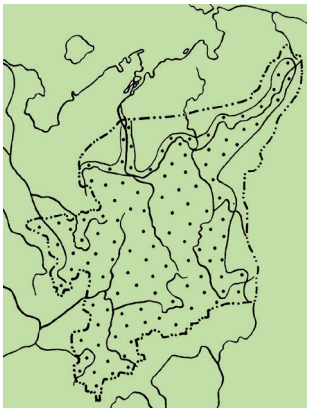
Многолетнее травянистое растение высотой 30-60 см. Листья голые, линейно-ланцетные, сидячие, острозубчатые, в нижней половине с более крупными, чем вверху, зубцами. Цветки белые, язычковые в числе 8-12. Корзинки 1 см диаметре. Цветет в июле–августе.

Растет на злаково-разнотравных пойменных лугах низкого уровня, по береговым склонам, в кустарниках. Встречается преимущественно в таежной зоне. Зарослей не образует. По р. Уса продвигается далеко на север. Собирают цветущие олиственные побеги и корневища.

Содержит эфирное масло, алкалоиды, органические кислоты, корневища – инулин.

Применяют в народной медицине. Используют как желудочно-кишечное, кровеостанавливающее средство (Махлаюк, 1992).

Для заготовки интереса не представляет как невостребованный вид.



ПЫРЕЙ ПОЛЗУЧИЙ

***Elytrigia repens* (L.) Nevski**
(Сем. Мятликовые – Poaceae)

коми: толич

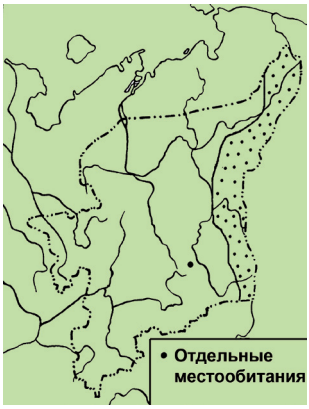
Многолетнее травянистое растение высотой 50-120 см с длинными ползучими корневищами. Листья линейные, снизу гладкие, сверху остро-шероховатые, иногда по жилкам волосистые. Соцветие – сложный колос. Цветет в июне–августе.

Чаще встречается на слабо заливаемых и суходольных лугах таежной зоны. Частота встречаемости в бассейнах рек Луза и Мезень 57-61, Вычегда и Печора – 37 и 25 % соответственно (Мартыненко, 1989). Иногда доминирует на крупнозлаковых лугах, продуктивность травостоев которых составляет 20-30 ц сена/га (Болотова, 1954). Широко расселяется на залежах, пустырях, огородах, вдоль дорог. Предпочитает рыхлые, хорошо аэрируемые почвы. По ивняковым зарослям заходит в лесотундру. В тундре является заносным растением. Корневища собирают осенью.

Надземная часть растения содержит флавоноиды, витамин С и каротин, корневища – сапонины, камедь, слизи, эфирные масла, фруктаны, сахарозу, фруктозу, инозит, органические кислоты и фенольные соединения.

Применяют в народной медицине (Баранова, 2002). Назначают при болезнях органов дыхания и как мочегонное и легкое слабительное средство (Волкова и др., 1963).

Заготовка возможна в значительных количествах, но в настоящее время данный вид не востребован.



РОДИОЛА РОЗОВАЯ, ЗОЛОТОЙ КОРЕНЬ

***Rhodiola rosea* L.**
(Сем. Толстянковые – Crassulaceae)

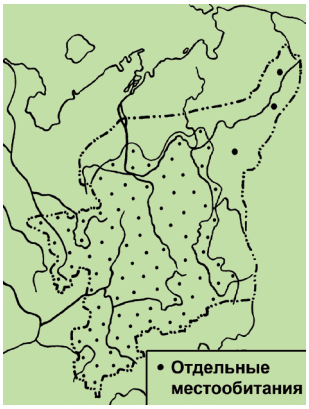
Многолетнее травянистое растение высотой до 30-40 см с толстым деревянистым ветвящимся каудексом. Растение во время цветения сизозеленое, осенью краснеет. Листья сидячие, ланцетные или эллиптические, цельнокрайные или зубчатые. Цветки желтые. Соцветие щитковидное, густое, многоцветковое. Цветет в июле–августе.

Растет в моховых и ерниковых равнинных и горных тундрах, на луговинах и скалах. Родиола розовая распространена в горах Урала, где из гольцового и горно-тундрового пояса по рекам спускается в лесной пояс и таежное Предуралье (реки Кожым, Сыня, Косью и Сойва). В равнинной тундре встречается в районе г. Воркута (Флора северо-востока…, 1976). В гольцовом поясе гор много нецветущих особей, в субальпийском доля генеративных растений достигает 73 % (Полетаева, 2003). Есть положительные результаты введения в культуру (Полетаева, 2003). Собирают корневища осенью. Срок годности сырья три года (Государственная фармакопея..., 1990).

Корневища и корни содержат фенолоспирт тирозол и его глюкозид салидрозид, флавоноиды, гликозиды коричного спирта (розавин, розарин, розин), флавонолигнан родиолин, монотерпены (розиридол и розиридин), дубильные вещества (около 20 %), эфирное масло и органические кислоты, аккумулятор молибдена, селена и железа (Фармакогнозия, 2010).

Обладает седативным, тонизирующим действием (Фролов, Полетаева, 1998), способствует восстановлению сил при физическом переутомлении, нормализует деятельность центральной нервной системы. При бессистемном использовании может вызвать бессонницу, повышение артериального давления. В народной медицине коми применяли как общеукрепляющее средство при любой болезни, усталости, нервных заболеваниях (Ильина, 1997а).

Заготовке не подлежит, так как данный вид включен в Красную книгу Республики Коми (2009).



РОМАШКА ДУШИСТАЯ

***Lepidotheca suaveolens* (Pursh) Nutt.**
(Сем. Астровые – Asteraceae)

коми: туся турун

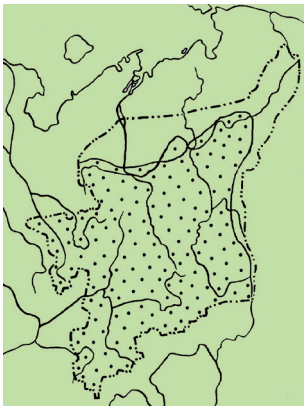
Однолетнее травянистое растение высотой 10-25 см. Листья сидячие, рассечены на многочисленные, шириной до 1 мм дольки. Все цветки трубчатые, желтые. Корзинки зеленовато-желтые, выпуклые, многочисленные или одиночные.

Сорное растение. Расселяется активно на нарушенных местообитаниях. Встречается по всей таежной зоне, у жилья, дорог, на мусорных местах, в огородах, на пустырях. На Урале отсутствует. Под влиянием антропогенных факторов достигает тундровой зоны. При плотности популяции до 216 экз./м^2 (Мартыненко, 1989) продуктивность составляет от 21 до 34 г сухой массы соцветий/м^2. Собирают соцветия. Срок годности сырья один год (Государственная фармакопея..., 1990).

Содержит эфирное масло, алкалоиды, полиацетиленовые соединения, фенолкарбоновые кислоты, кумарины, флавоноиды, полисахариды (слизи) и дубильные вещества.

Корзинки соцветий употребляют как антисептическое, противосудорожное, потогонное и болеутоляющее средство (Флора северо-востока…,1977). Используют для приготовления полосканий горла и в косметике для ухода за кожей и волосами (Vetvička, 1980). В народной медицине коми отвар травы пили при нарушениях менструального цикла, применяли для полоскания горла при простудах. Свежую траву использовали как инсектицидное средство (Ильина, 1997).

Заготовка возможна в значительных количествах (исключая загрязненные местообитания – дороги, мусорные места).



РОСЯНКА КРУГЛОЛИСТНАЯ

***Drosera rotundifolia* L.**
(Сем. Росянковые – Droseraceae)

коми: лысва турун

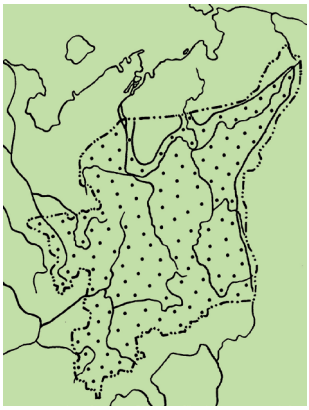
Многолетнее травянистое насекомоядное растение. Листья на длинных черешках, округлые, светло-зеленые, густо покрыты красными железистыми волосками, собраны в розетку, распростертую по поверхности. Цветочные стрелки значительно превышают листья. Цветки белые, мелкие, собраны в кисть. При попадании мелких насекомых на лист он складывается, железистые волоски выделяют пищеварительный фермент. Цветет в июне–августе.

Обычна для верховых сфагновых болот таежной зоны. Встречается в пушицево- и осоково-сфагновых, ерниково-сфагновых сообществах, сфагновых сосняках. В тундру не заходит.

Содержит каротиноиды, бензойную (плоды) и галловую (листья и плоды) кислоты, флавоноиды, антоцианы. Листья содержат дубильные вещества, органические кислоты, ферменты, нафтохиноны (Махлаюк, 1992).

Обладает спазмолитическими свойствами, оказывает положительное действие при сильном кашле, коклюше (Биологическая флора…, 1993). Применяют как успокаивающее, желудочное, пото- и мочегонное средство. Используют наружно листья для выведения бородавок, веснушек.

Для заготовки интереса не представляет, так как имеет низкое обилие и в настоящее время используется только в народной медицине.



РЯБИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

***Sorbus aucuparia* L.**
(Сем. Розоцветные – Rosaceae)

коми: пелысь

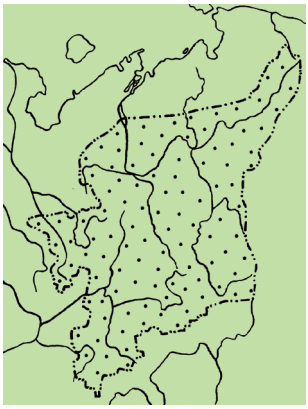
Дерево или крупный кустарник высотой 3-5 м. Кора стволов и ветвей гладкая, серая. Зимующие почки войлочные. Листья непарноперистые. Общий черешок листа, черешочки и углы жилок снизу опушены. Цветки белые, собраны в щитовидные соцветия. Цветет в июне–июле.

Встречается во всех районах в перелесках, на лесных опушках, берегах лесных речек, в разреженных кустарниках и ивняках. В качестве подлеска отмечается в смешанных, хвойных лесах. На Урале растет в лесном поясе, в тундре и лесотундре – среди кустарников и березового редколесья. Частота встречаемости с юга на север снижается от 51 до 35 % (Мартыненко, 1990). Средняя урожайность плодов – 120 кг/га. В соседней Архангельской области – 60-100 кг/га. (Лукин, 1984). Срок годности сырья два года (Государственная фармакопея..., 1990).

Содержит каротиноиды, фенолкарбоновые и органические кислоты, лигнаны, флавоноиды, лейкоантоцианидины, катехины, тритерпеноиды – лупеол и бетулин (кора), альфа-амирин, урсоловую (ветви, цветки и плоды) и олеаноловую кислоты. Содержание аскорбиновой кислоты может достигать 215 мг/100 г (Мартыненко и др., 1994).

Используют плоды как слабительное, антицинготное, моче- и желчегонное средство. Снижает уровень холестерина, полезна при склерозе сосудов. В народной медицине коми отвар ягод пили при заболеваниях почек, отвар веток с ягодами – при одышке, кашле, астме (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна, запасы плодов превышают местные потребности.



САБЕЛЬНИК БОЛОТНЫЙ

***Comarum palustre* L.**
(Сем. Розоцветные – Rosaceae)

коми: зыбун турун, байдöглапа

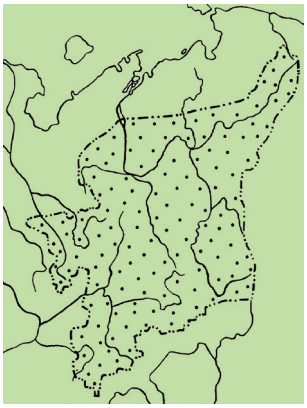
Полукустарничек с одревесневшими, вверху опушенными стеблями и ползучим корневищем. Стебли приподнимающиеся длиной 40-69 см. Листья перистые, нижние из двух-трех пар листочков, верхние – тройчатые. Цветки темно-пурпуровые в щитковидном соцветии. Цветет в июне–июле, в тундре – в августе.

Широко распространен по всей республике. Образует сплавины по топким илистым берегам озер, стариц, растет на сфагновых и гипново-травяных болотах, заболоченных лугах и в мохово-кустарниковых тундрах. Собирают надземные побеги в фазу цветения, корневища – осенью.

Содержит дубильные вещества, катехины, флавоноиды, эфирные масла, органические кислоты.

Препараты применяют для лечения полиартрита и ревматизма. Обладает жаропонижающим, обезболивающим, кровеостанавливающим действием, повышает устойчивость к простудным и вирусным заболеваниям, снижает артериальное давление (Гаммерман, 1965; Растительные ресурсы…, 1987; Кузнецова, 1994).

Заготовка возможна во всех районах республики, запасы превышают местные потребности.



СЕЛЕЗЕНОЧНИК ОЧЕРЕДНОЛИСТНЫЙ

***Chrysosplenium alternifolium* L.**
(Сем. Камнеломковые – Saxifragaceae)

коми: виж грыжнӧй турун

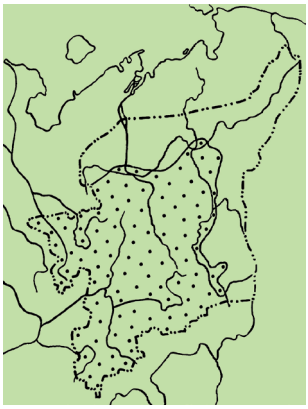
Многолетнее травянистое растение высотой 5-15 см. Корневище ползучее. Почковидные листья длинночерешковые с глубоко сердцевидным основанием, стеблевые – короткочерешковые с городчатыми краями. Листочки околоцветника и прицветные листья желтые. Все цветки собраны в плоское щитковидное соцветие. Цветет в мае–июне.

Встречается на всей территории республики. В лесной зоне растет на сырых местах, по берегам ручьев, около ключей, по краям болот, в зарослях кустарников, заболоченных лесах, образует пятна на сырой почве. В тундре обычен в моховых, ивняковых сообществах, на Урале поднимается до горных тундр, иногда встречается и в гольцовом поясе. Собирают цветущие растения.

Химический состав не изучен (Ларин и др., 1951).

Применяют в народной медицине (Баранова, 2002). Водный настой травы употребляют при кашле, желтухе, болезнях селезенки и наружно для заживления ран, язв (Махлаюк, 1992). В народной медицине коми отвар травы в малых дозах пили, например, при болях в желудке, запорах и грыжах (Ильина, 1997а).

Для заготовки интереса не представляет из-за низкого обилия и невостребованности.



СИНЮХА ГОЛУБАЯ

***Polemonium caeruleum* L.**
(Сем. Синюховые – Polemoniaceae)

коми: лӧзрӧм

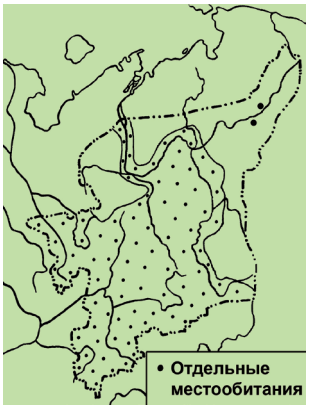
Многолетнее травянистое растение высотой 40-80 см. Стебли прямые, одиночные, в верхней части ветвистые. Листья очередные, непарноперистые с многочисленными яйцевидными дольками. Цветки темно-голубые или синие. Соцветие разветвленное, метельчатое, многоцветковое. Цветет в июне–июле.

Обычна для лесных опушек, разнотравных лугов, кустарников, разреженных участков лиственных лесов. Во время цветения растение хорошо заметно. Основной район распространения – таежная зона, на севере до линии Усть-Ижма–Усть-Уса–низовья р. Большая Сыня. На Урале отсутствует. Встречается группами или одиночными экземплярами. Имеется положительный опыт выращивания ее в культуре (Мишуров и др., 2003). Собирают цветущие стебли и корневища. Срок годности сырья два года (Государственная фармакопея..., 1990).

Содержит тритерпеновые гликозиды группы бета-амирина.

Препараты обладают седативными свойствами, превосходящими по своему действию валериану. Используют также для лечения язвы желудка, как болеутоляющее и отхаркивающее.

Для заготовки интереса не представляет из-за низкого обилия.



СМОЛЕВКА ТАТАРСКАЯ

***Silene tatarica* (L.) Pers.**
(Сем. Гвоздичные – Caryophyllaceae)

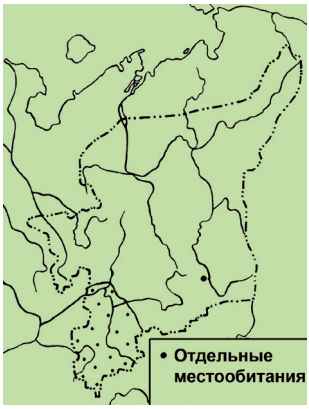
Многолетнее травянистое растение высотой 20-40 см. Стебли в нижней части опушенные курчавыми волосками, иногда красноватые. Листья супротивные, сидячие, в числе семи-восьми пар, ланцетные. Цветки желтоватые, собраны в кистевидное соцветие. Цветет в июне–июле.

Встречается по всей таежной зоне, преимущественно на песчаном субстрате на боровых террасах, прирусловом аллювии, в лишайниковых борах, на сухих лугах и залежах, гарях, вдоль транспортных магистралей. Северные точки – низовья Печоры, Колва, Уса. В долине р. Сысола при плотности популяций от 7.3 до 46.8 экз./м^2 доля генеративных особей достигала 15.2-58.2 %, продуктивность – 53.6 до 223.0 г сухой массы/м^2 соответственно. Собирают траву в фазу цветения.

Содержит экдистероиды.

Перспективно для получения адаптогенных и тонизирующих препаратов (Володин и др., 2007). В народной медицине коми некоторые виды употребляли как общеукрепляющее средство. Отвары травы пили с молоком, заедая хлебом (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна в небольших количествах.



СМОЛКА ОБЫКНОВЕННАЯ

***Steris viscaria* (L.) Rafin.**
(Сем. Гвоздичные – Caryophyllaceae)

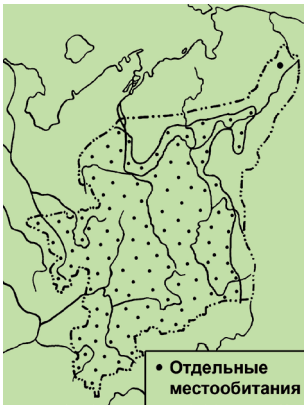
Многолетнее травянистое растение с прямостоячими, простыми, в верхних междоузлиях клейкими стеблями высотой 30-50 (60) см. Листья линейно-ланцетные, верхние – линейные, прикорневые – в розетке, суженные в небольшой черешок, снизу паутинисто-волосистые. Лепестки цельные, малиново-красные. Цветки собраны в кистевидную метелку. Цветет в июне–июле.

Растет на сухих злаково-разнотравных лугах на песчаной пойменной террасе, на лужайках среди боровых сосняков, на лесных опушках, иногда на железнодорожных насыпях. Вид приурочен к южным районам республики (бассейны рек Сысола и Летка, трасса автомобильной дороги Сыктывкар–Микунь). Собирают цветущие растения.

Содержит тритерпеновые гликозиды, флавоноиды, кумарины, следы алкалоидов. Имеются сведения о наличии сапонинов (Ларин и др., 1951).

Оказывает желчегонное, отхаркивающее действие (Махлаюк, 1992). Настой – при длительной желтухе. Наружно – при кожных заболеваниях.

Заготовке не подлежит, так как данный вид включен в Красную книгу Республики Коми (2009).



СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ

***Ribes nigrum* L.**
(Сем. Крыжовниковые – Grossulariaceae)

коми: сьӧд сэтӧр

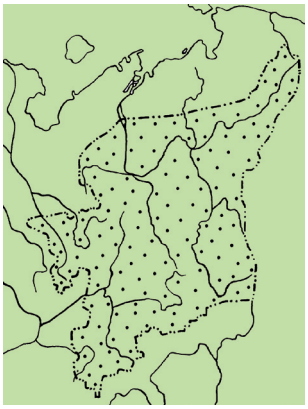
Кустарник высотой до 1.5 м с гладкими ветвями. Листья очередные, 3–5-лопастные, снизу с многочисленными желтыми железками, душистые. Цветки бокальчатые, мелкие, зеленоватые в простых кистях. Ягоды черные. Цветет в июне.

Произрастает по всей таежной зоне в кустарниковом ярусе приручейных смешанных лесов, в пойменных ельниках, около стариц, по берегам лесных речек, озер, на закустаренных лугах, в осинниках, по краям низинных болот, иногда образует заросли. В предгорьях Урала растет вдоль рек в елово-пихтовых лесах. В урожайные годы можно собрать до 300 кг ягод/га (Мартыненко и др., 1994). Медонос. Медопродуктивность до 50 кг/га (Глухов, 1974).

Ветви содержат эфирное масло и бета-нафтол, листья – углеводы (седогептулоза), эфирное масло (входит в состав аптечных сборов), иридоиды и катехины, плоды – пектины, органические кислоты, эфирное масло, фенолкарбоновые кислоты и антоцианы, семена – жирное масло (до 20 %), ягоды – аскорбиновую кислоту (до 400 мг/100 г и более) (Турова, Сапожникова, 1983), сахара и пектины,

Ягоды назначают при авитаминозах, отравлениях, а также как мочегонное и потогонное средство. Листья – при ревматических болях. В народной медицине коми из отваров листьев готовили ванны, обтирания при золотухе. Ягоды применяли как витаминное и общеукрепляющее средство при авитаминозах и после заболеваний (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна в значительных количествах. Широко используют для домашних заготовок.



СМОРОДИНА ЩЕТИНИСТАЯ

***Ribes hispidulum* (Jancz.) Pojark. (Сем. Крыжовниковые – Grossulariaceae)**

коми: гӧрд сэтӧр

Кустарник высотой до 1.5 м. Листья снизу, молодые побеги, черешки, цветоножки железистоопушенные. Листья с тремя-пятью туповатыми короткими лопастями. Околоцветник зеленоватый колокольчатый. Цветки мелкие, собраны в короткие кисти. Цветет в июне. Ягоды красные.

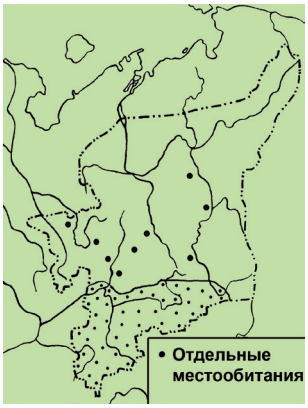
Распространена по всей таежной зоне, включая лесной пояс Урала. Растет в подлеске смешанных и еловых травянистых лесов, часто и много в кустарниковых зарослях вдоль рек, ручьев, по берегам стариц. В тундру заходит по рекам Колва и Уса. Урожайность от 75 до 300 кг ягод/га (Мартыненко, 1995). Медонос, дающий за сезон до 70 кг/га меда (Глухов, 1974).

В республике встречаются еще два вида красноплодной смородины – с. пушистая (*R. spicatum*) распространена в таежной зоне и с. красная (*Ribes glabellum*), заходящая далеко на север республики.

Ягоды богаты пектинами, органическими кислотами, сахарами, Содержание аскорбиновой кислоты составляет 80 мг/100 г (Мартыненко, 1995).

Используют ягоды указанных видов как витаминное, жаропонижающее (сок, морс), пото-, моче- и желчегонное средство (Махлаюк, 1992). В народной медицине коми настойка применялась при диспепсии, анемии и как витаминное питье.

Заготовка возможна в значительных количествах.



СНЫТЬ ОБЫКНОВЕННАЯ

***Aegopodium podagraria* L.**
(Сем. Зонтичные – Apiaceae)

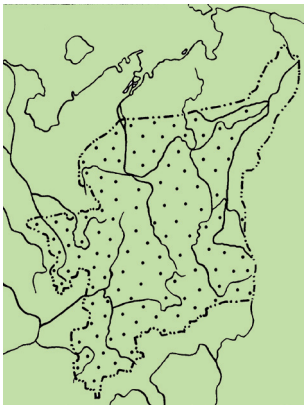
Многолетнее травянистое растение высотой 50-100 см с длинным ползучим корневищем. Листья тройчатые из трех сегментов, каждый из которых в свою очередь делится на три яйцевидные зубчатые доли менее 1.5 см ширины, снизу по жилкам коротко опушенные. Листья и их сегменты на черешках. Цветки белые. Соцветие – зонтик. Цветет в июне–августе, не ежегодно.

Встречается на пойменных лугах, в кустарниках, по берегам водоемов, на опушках. Предпочитает хорошо дренированные почвы. Нередко растет как сорное растение на огородах, в канавах, вдоль дорог, в населенных пунктах. Распространена в центральных и южных районах республики. Собирают цветущие олиственные стебли.

Содержит моно- и сесквитерпеноиды, флавоноиды, фенолкарбоновые кислоты, кумарины и полиацетиленовые соединения.

Обладает противоцинготным и мочегонным действием (Махлаюк, 1992). Молодые листья используют для лечения и профилактики цинги. Применяют в народной медицине (Баранова, 2002) при желудочных заболеваниях, а также при поражениях суставов.

Заготовка возможна в значительных количествах, но в настоящее время невостребована.



СОСНА ОБЫКНОВЕННАЯ

***Pinus sylvestris* L.**
(Сем. Сосновые – Pinaceae)

коми: пожӧм

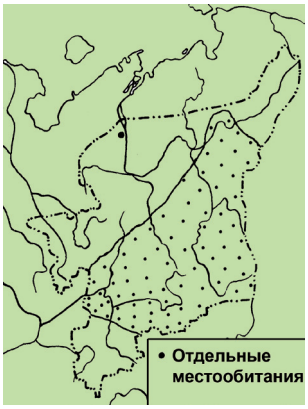
Вечнозеленое дерево высотой до 25-30 м. Кора вверху желтоватая, внизу серая. Хвоинки в пучках по две, жесткие, заостренные, с одной стороны выпуклые, с другой – плоские, сизоватые. Зрелые шишки до 4 см длины, деревянистые, серые. Семенные чешуи с ромбическим щитком. Семена крылатые. Цветет в мае–июне.

Чистые сосновые леса формируются на боровых песчаных террасах и сфагновых болотах. Сосна часто входит в состав смешанных лесов с елью, лиственницей, березой и осиной. Основными типами сосновых лесов являются зеленомошные, лишайниковые и сфагновые сообщества (Лащенкова, 1954б). Собирают хвою, почки, смолу.

Почки содержат 0.4 % эфирного масла и дубильные вещества, хвоя – до 1 % эфирного масла, аскорбиновую кислоту, каротиноиды и дубильные вещества, кора – моно- и сесквитерпеноиды, каротиноиды, стильбены, фенолкарбоновые кислоты и флавоноиды.

В медицине используют продукты химической переработки древесины – деготь, смолу, скипидар, канифоль (Флора северо-востока…, 1974). Отвар, настойку сосновых почек применяют как отхаркивающее, дезинфицирующее и мочегонное средство и для ингаляции при заболеваниях верхних дыхательных путей. Из хвои получают витаминный напиток, хлорофилло-каротиновую пасту, сосновый экстракт, в виде ванн его назначают при заболеваниях суставов (Нейштадт, 1963). Деготь входит в состав мазей, применяемых при заболеваниях кожи (лишай, чесотка и др.). В народной медицине коми хвоя, почки, деготь и смола имеют аналогичное применение (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна, запасы лекарственного сырья превышают местные потребности.



СОСНА СИБИРСКАЯ, КЕДР СИБИРСКИЙ

***Pinus sibirica* Du Tour**
(Сем. Сосновые – Pinaceae)

коми: сус пу

Вечнозеленое дерево высотой 20-35 м. Хвоя в пучках по 5-7 шт., темно-зеленая. Кора буровато-серая. Шишки цилиндрической формы, содержат коричневые бескрылые орешки.

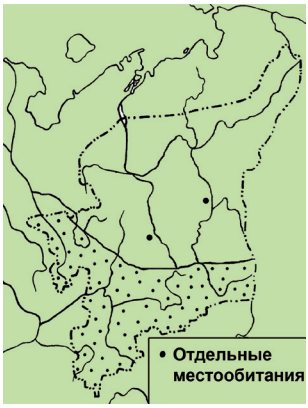
Сосна сибирская растет в разных экологических условиях – по каменистым склонам Урала, долинам рек, окраинам сфагновых болот. В республике проходит северо-западная и северная границы распространения вида. Наиболее северные местонахождения – по левым притокам р. Уса, западные – по рекам Ижма, Вычегда, Локчим и Северная Кельтма. Небольшие участки лесов с кедром имеются в бассейнах рек Печора и Илыч. Запасы кедровых орехов в республике в среднем 24 т (Непомилуева, 1974).

Хвоя содержит 1.5-2.8 % эфирного масла, моно-, сескви- и дитерпеноиды, флавоноиды и бензойную кислоту, орехи – до 64 % жирного масла, применяемого для приготовления разных медицинских препаратов. Из 1 кг орехов получают 100 г масла.

В лечебных целях используют смолу, почки, хвою. Отвар и настой из почек кедра обладают дезинфицирующими, а хвоя – витаминными свойствами.

Включена в Красную книгу Республики Коми (2009).

Заготовка орехов возможна только при соблюдении ее правил без нарушения целостности деревьев.



СТРАУСНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

***Matteuccia struthiopteris* (L.) Tod.**
(Сем. Оноклеевые – Onocleaceae)

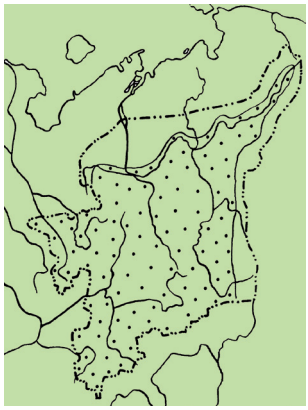
Травовидный папоротник, высотой 50-100 см с толстым ползучим корневищем и разнородными листьями. Вегетативные листья зеленые, дважды перистые, с многочисленными цельнокрайными дольками. Черешки короткие. Спороносные листья бурые, в числе двух-четырех, короче вегетативных. Спороношение в июле–августе.

Растет на богатых почвах в условиях проточного увлажнения. Обычен в поймах больших и малых рек, вдоль ручьев, по берегам озер, в еловых, елово-пихтовых и смешанных лесах, на опушках. В основном приурочен к южным районам республики, где нередко образует заросли. Самые северные местонахождения – на реках Мезень и Ижма и средней Печоре. Собирают корневища осенью.

Ядовит. Надземная часть растения содержит флавоноиды, корневища – экдистероиды.

Оказывает спазмолитическое, седативное и противовоспалительное действие (Биологическая флора…, 1993). Применяют в народной медицине (Баранова, 2002). Используют как глистогонное и инсектицидное (против клопов) средство (Овеснов, 1997), а также от лихорадки и падучей болезни.

Заготовка возможна в местах образования зарослей.



СУРЕПИЦА ОБЫКНОВЕННАЯ

***Barbarea vulgaris* R.Br.**
(Сем. Крестоцветные – Brassicaceae)

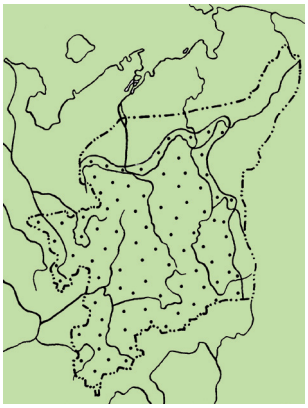
Одно-двулетнее травянистое растение высотой 25-50 см. Нижние листья лировидные, на черешках с верхушечной округлой и двумя-четырьмя парами боковых продолговатых долей, стеблевые листья – сидячие, цельные, обратнояйцевидные, тупозубчатые. Цветки золотисто-желтые. Стручки длиной до 2 см, прямые, голые, косо отклоненные от стебля. Цветет в июне–августе.

Сорное растение во флоре республики. Встречается на лугах близ населенных пунктов, на лесных полянах, вырубках, вдоль грунтовых дорог, в посевах, у скотных дворов, на залежах и мусорных местах, нарушенных территориях. По железной дороге идет до Воркуты. Собирают траву в цветущем состоянии. Медонос.

Содержит тритерпеновые гликозиды, флавоноиды и тиогликозиды.

Обладает мочегонным, ранозаживляющим действием, повышает потенцию (Махлаюк, 1992). В основном известно в народной медицине.

Заготовка возможна, запасы вида значительны, но в настоящее время данный вид не востребован.



СУШЕНИЦА ТОПЯНАЯ

***Filaginella uliginosa* (L.) Opiz**
(Сем. Астровые – Asteraceae)

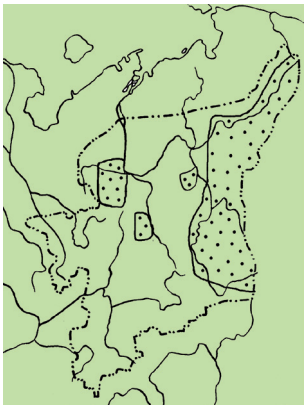
Однолетнее травянистое растение высотой 5-15 см. Стебли от основания раскинуто-ветвистые с клочковато-беловойлочным опушением. Листья линейно-ланцетные, мелкие, цельные, часто серповидно изогнутые, снизу серовато-войлочные. Корзинки грязно-желтые или светло-бурые, собраны в пучки на концах ветвей. Цветет с июня по сентябрь.

Растет в местах с достаточным и избыточным увлажнением, на сырых пойменных лугах, заболоченных берегах рек, озер и ручьев. Часто у обочин дорог, на железнодорожных насыпях, в посевах. В тундре и на Урале отсутствует. Собирают траву в фазе цветения. Срок годности сырья три года (Государственная фармакопея..., 1990).

Содержит каучук, флавоноиды, эфирное масло, витамины B_1, каротиноиды, сапонины, фенолкарбоновые кислоты, кумарины, дубильные вещества.

Обладает антисептическим и вяжущим свойствами, способствует снижению артериального давления. Входит в состав сложных аптечных сборов (Котелина, Мартыненко, 1988). Применяют препараты при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Используют наружно в виде мази для лечения ран, язв, ожогов, для ванн при тромбофлебите.

Для заготовки интереса не представляет из-за малого обилия.



ТИМЬЯН ТАЛИЕВА, ЧАБРЕЦ

***Thymus talijevii* Klok. et Shost.**
(Сем. Губоцветные – Lamiaceae)

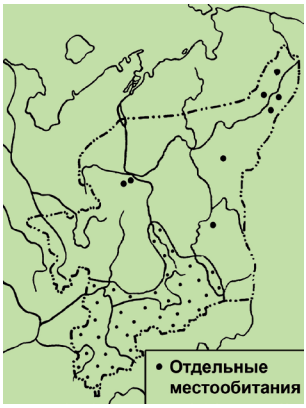
Низкий полукустарничек с мелкими кожистыми листьями и распростертыми побегами длиной не более 10-15 см. Стебли опушены короткими серповидно отогнутыми книзу волосками. Листья эллиптические, ромбические, яйцевидные или округлые, в верхней части цветоносного побега сильно увеличиваются, средние и нижние сужены в длинный черешок. Цветки мелкие, лиловые, расположены мутовками. Соцветие головчатое. Цветет в июле–августе.

Редкий эндемичный на европейском северо-востоке России вид. Растет на береговых обнажениях карбонатных пород, бечевниках. На Урале – на каменистых склонах, вдоль рек спускается на равнину.

Содержит эфирное масло с моно- и бициклическими сесквитерпеноидами, флавоноиды, обладающие высокой антиоксидантной активностью (Володин и др., 2014).

В современной медицинской практике применяют при кашле и коклюше. Экстракт официнального вида *Thymus serpillum* входит в состав препарата Пертуссин, обладающего отхаркивающим и антимикробным действием. В народной медицине коми высоко ценили как лекарство от многих болезней. Отвар травы пили при простудах, чирьях, бессоннице, болях в желудке и сердце. Применяли наружно в форме примочек, компрессов при кожных заболеваниях, незаживающих ранах. Окуривали травой при обмороках и нервных припадках.

Заготовке не подлежит, так как данный вид включен в Красную книгу Республики Коми (2009).



ТМИН ОБЫКНОВЕННЫЙ

***Carum carvi* L.**
(Сем. Зонтичные – Apiaceae)

коми: тмин

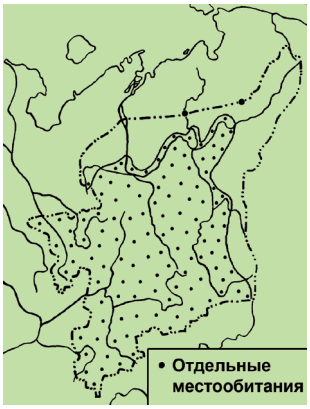
Двулетнее травянистое растение высотой 30-60 см. Стебель бороздчатый. Листья триждыперистые, продолговатые, рассеченные на многочисленные линейные дольки шириной до 2 мм. Цветки белые или розовые. Соцветие – зонтик с 8-16 лучами разной длины. Цветет в июне–июле.

Растет на пойменных и суходольных лугах, пастбищах, опушках, по берегам рек, огородам, окраинам полей, обочинам дорог, пустырям. Активно расселяется во дворах жилых домов (Сыктывкар, Ухта). Северная граница распространения идет по рекам Вычегда, Ижма, верхнее течение р. Печора. Отдельные местонахождения отмечены еще севернее. По железной дороге доходит до Воркуты.

Содержит моно- и сесквитерпеноиды, производные бензола, фенолы и их производные, фенолкарбоновые кислоты, флавоноиды, кумарины, полиацетиленовые соединения, алифатические спирты и их производные, алифатические альдегиды и кетоны, плоды – жирное масло (до 21 %).

Обладает мочегонным и желчегонным, отхаркивающим свойствами. Семена входят в состав аптечных сборов. В медицинской практике назначают при запорах, диспепсии, метеоризме, астме, экземе (Полезные растения…, 1972). В народной медицине используют как болеутоляющее и молокогонное средство (Махлаюк, 1992). Применяют в быту как пряность, в ликеро-водочном (тминная водка) и парфюмерном производстве.

Заготовка возможна в местах образования зарослей (исключая транспортные магистрали и сорные места).



ТОЛОКНЯНКА ОБЫКНОВЕННАЯ

***Arctostaphylos uva-ursi* (L.) Spreng**
(Сем. Вересковые – Ericaceae)

коми: понпув

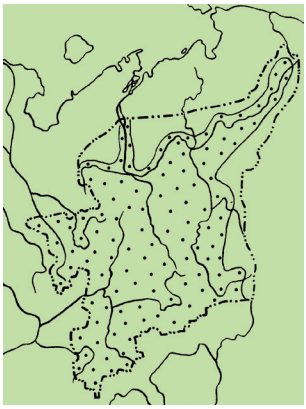
Вечнозеленый кустарничек со стелющимися, ветвистыми стеблями длиной 25-100 см и очередными толстыми кожистыми листьями. Листья обратнояйцевидные, тупые, сетчатые. Цветки розовато-белые, собраны в короткие кисти на концах побегов. Цветет в июне–июле.

Обычна для лесной зоны республики. Обильно растет в сосняках и лиственничниках лишайниковых, зеленомошно-лишайниковых и вересковых, на вырубках, старых гарях, скальных обнажениях коренных берегов (гипсов, сланцев, мергеля, известняков). В лесотундру и тундру заходит по рекам Уса, Адзьва и Колва, отмечена в нижнем течении Печоры. Эксплуатационные запасы в республике достигают 70 т, а площади, пригодные для заготовки, – 30 тыс. га. Территории с высоким обилием вида отмечены нами в Корткеросском, Троицко-Печорском, Удорском и Сыктывдинском районах. Продуктивность сырья составила от 15 до 90 кг/га (Таскаев и др., 2000). Максимальный показатель продуктивности листа на учетных площадях в таежной зоне республики – 127 г сухой массы/м^2 (Мартыненко и др., 1994). Сбор осуществляют осенью. Срок годности сырья пять лет (Государственная фармакопея..., 1990).

Содержит тритерпеновые гликозиды (альфа-амирин), арбутин, катехины, фенолкарбоновые кислоты, флавоноиды, иридоиды, дубильные вещества, витамин С, каротин, кумарины.

Используют как мочегонное дезинфицирующее средство при заболеваниях почек, мочевыводящих путей. В народной медицине коми отвар листьев назначали при заболеваниях почек и мочевого пузыря (недержание мочи, частое, болезненное мочеиспускание), водянке.

Заготовка возможна, запасы превышают местные потребности. Для нанесения меньшего ущерба зарослям данного вида рекомендуют ежегодно менять места заготовки, при которой следует оставлять не менее 20 % нетронутых побегов. Через семь-восемь лет восстанавливается лишь 50 % заросли.



ТРЕХРЕБЕРНИК НЕПАХУЧИЙ

Tripleurospermum perforatum
(Mérat) M. Lainz
(Сем. Астровые – Asteraceae)

коми: катшасин

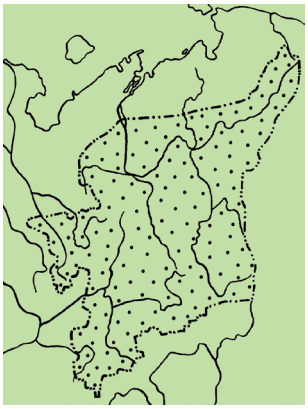
Одно-двулетнее травянистое растение высотой 20-50 см. Стебли без прикорневой розетки листьев. Листья трижды перисто-рассеченные, голые, доли их многочисленные, мелкие. Соцветия – корзинки 2-3 см в диаметре. Язычковые цветки белые, центральные – желтые. Листочки обертки с узкой светло-бурой пленчатой каймой. Цветет в июне–сентябре.

Сорное растение. Иногда образует заросли в населенных пунктах на улицах, во дворах, по окраинам дорог, на залежах, огородах. На нарушенных территориях является пионерным видом при зарастании. По железной дороге доходит до Воркуты, южнее – повсюду. Собирают цветущие растения.

Стебли, листья, цветки и корни содержат эфирное масло и полиацетиленовые соединения, цветки – флавоноиды.

В народной медицине применяют как противовоспалительное средство. Водный настой травы принимают внутрь при простудных заболеваниях, ломоте, мышечных болях, кашле (Махлаюк, 1992).

Для заготовки интереса не представляет, так как в настоящее время мало востребован, хотя запасы превышают местные потребности.



ТЫСЯЧЕЛИСТНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

***Achillea millefolium* L.**
(Сем. Астровые – Asteraceae)

коми: кӧртдой турун

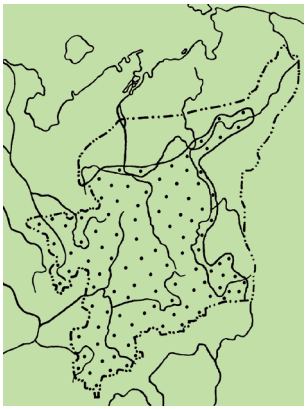
Многолетнее травянистое растение высотой 20-40 см с ползучим корневищем. Листья узкие, дважды-трижды перисто-рассеченные на многочисленные дольки. Стеблевые – сидячие, прикорневые – на черешках. Соцветия – многочисленные корзинки, собраны в щиток. Краевые цветки белые или розовые.

Широко распространен. Встречается на пойменных и суходольных злаково-разнотравных лугах, в сосновых борах, кустарниках, вдоль дорог, на полях и огородах, около жилья. В тундровой зоне реже, отмечается в ивняках и на луговинах, на Урале – в лесном поясе. Высокая частота встречаемости (80-85 %) выявлена на слабо заливаемых и суходольных лугах в бассейнах рек Луза и Мезень при плотности популяций до 132 экз./м^2 и продуктивности от 22 до 100 г сухой массы/м^2 в зависимости от обилия (Мартыненко, 1989). Средний запас, по нашим данным, составляет 50 кг сухого сырья/га. Собирают цветущие растения.

Надземная часть растения содержит эфирное масло, сесквитерпены (азулен 3.5 %), тритерпеновые гликозиды (до 7 %), кумарины, алкалоиды, дубильные вещества, флавоноиды и органические кислоты, корневища – сапонины, полиацетиленовые соединения и кумарины.

Используют издавна как кровеостанавливающее, вяжущее, мочегонное и противовоспалительное средство. Применяют в виде отваров, экстрактов. Входит в состав желудочных чаев (Атлас ареалов…, 1976; Губанов, 1993). В Германии используется для лечения заболеваний желудочно-кишечного тракта (Leibold, 1981). В народной медицине коми находил широкое применение при болезнях легких, желудка, болях в суставах и для остановки кровотечений (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна, запасы намного превышают местные потребности.



ФИАЛКА ТРЕХЦВЕТНАЯ

***Viola tricolor* L.**
(Сем. Фиалковые – Violaceae)

Однолетнее травянистое растение высотой 10-20 см. Стебли равномерно опушены короткими, вниз отклоненными волосками. Листья от широкояйцевидных до узколанцетных, крупногородчатые, рассеянно опушенные. Цветки трехцветные, верхние лепестки фиолетовые, боковые – белые, иногда голубоватые. Венчик в три-четыре раза длиннее чашечки. Цветет в мае–августе.

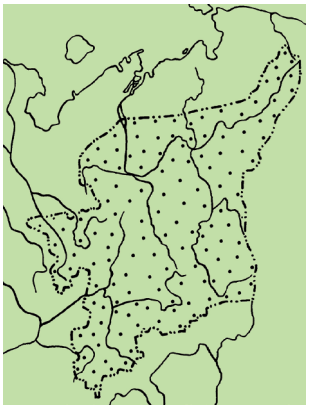
Типична для таежной зоны. Растет на лугах, лесных опушках, полянах, вырубках, гарях, в посевах, как сорное растение у жилья, вдоль дорог. В южных районах частота встречаемости может достигать 40 % (бассейн р. Луза). На Урале отсутствует. Собирают цветущую траву. Срок годности сырья три года (Государственная фармакопея..., 1990).

Содержит каротиноиды, фенилкарбоновые кислоты, флавоноиды и антоцианы.

В практической медицине используют как составную часть препаратов от кашля, бронхита, ларингита, аллергии, а также как мочегонное средство. В смеси с чередой трехраздельной назначают в виде ванн при диатезе у детей. В народной медицине коми отвар травы употребляли при заболеваниях сердца и как общеукрепляющее средство (Ильина, 1997а).

Широко встречается фиалка полевая – *Viola arvensis* (все лепестки светло-желтые), которую разрешено использовать совместно с ф. трехцветной.

Заготовка указанных видов возможна в незначительных количествах из-за невысокого обилия.



ХВОЩ ПОЛЕВОЙ

***Equisetum arvense* L.**
(Сем. Хвощовые – Equisetaceae)

коми: урбӧж

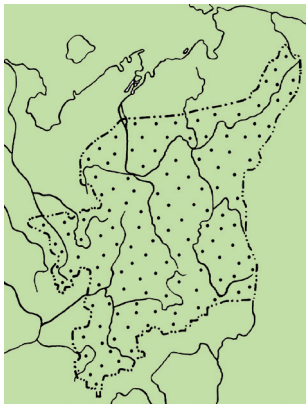
Травовидный хвощ с отмирающими надземными побегами высотой 20-30 см. Стебли со спороносными колосками появляются рано весной и после спороношения отмирают. Они не ветвистые, сочные, листовые влагалища с восемью-девятью зубцами. Летние побеги ветвящиеся, зеленые, прямостоячие или приподнимающиеся, ветви отходят от самого основания стебля, направлены косо вверх. Спороношение – май–июнь.

Широко распространен. Растет по песчаным и галечниковым отмелям рек, озер, образуя чистые заросли. Обычен на склонах, в ивняках, у дорог, в огородах. В тундре растет в ивняках, ерниках. Частота встречаемости на юге средней и в северной подзонах тайги достигает 27 и 67 % соответственно. Продуктивность сырья, по нашим данным, колеблется от 24 до 200 г/м^2 в зависимости от обилия вида. Чистые заросли хвоща отмечены на песчаных аллювиях около сел Кослан, Усть-Цильма и Усть-Кулом. Заготавливают летние зеленые побеги. Срок годности сырья четыре года (Государственная фармакопея..., 1990).

Ядовит. Трава содержит дубильные вещества, соли кремния, горечи, смолы, сапонины (до 5 %), флавоноиды, органические кислоты (Кучеров и др., 1976; Атлас ареалов…, 1976).

В практической медицине отвары и экстракт хвоща полевого назначают как сильное мочегонное и при лечении экземы (Землинский, 1958). В народной медицине коми отвар принимали при простуде и заболеваниях мочевого пузыря (Ильина, 1997).

На территории республики встречается несколько видов хвощей, похожих друг на друга, но не являющихся лекарственными, что создает трудности при заготовке хвоща полевого.



ЧЕМЕРИЦА ЛОБЕЛЯ

***Veratrum lobelianum* Bernh.**
(Сем. Мелянтовые – Melanthiaceae)

коми: кӧкакань

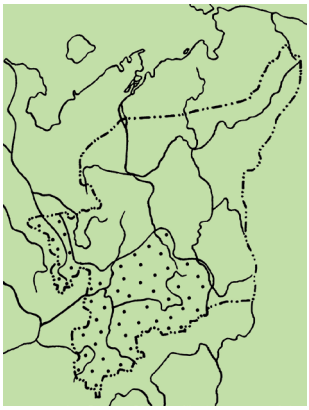
Многолетнее травянистое растение высотой 40-60 (100) см. Корневище вертикальное, толстое. Стебли одиночные, толстые, олиственные. Листья крупные, эллиптические, стеблеобъемлющие с дуговидными жилками. Цветки зеленовато-желтые, собраны в крупные метельчатые соцветия. Цветет с июня по август.

Встречается в больших количествах на пойменных лугах, по берегам озер, в ивняках, на горных лесных и субальпийских луговинах. Весьма обильна в моховых и ивняковых тундрах, на разнотравных лужайках. Корневища с корнями собирают осенью.

Ядовита. Содержит вератровые алкалоиды. В корневищах обнаружены гликозиды, алкалоиды, смолы, дубильные вещества (Атлас ареалов…, 1976).

Применяют как наружное средство в виде мазей и спиртовой настойки при чесотке, артрите, ревматизме и педикулезе. Используют в виде порошка как инсектицид (Скляревский, 1964). В народной медицине коми назначали компрессы из листьев при простуде, ожогах, болях в спине и суставах (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна в значительных количествах, особенно в северных районах.



ЧЕРЕДА ТРЕХРАЗДЕЛЬНАЯ

***Bidens tripartita* L.**
(Сем. Астровые – Asteraceae)

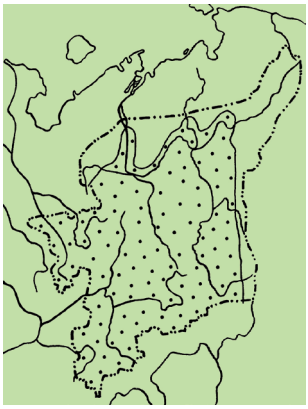
Однолетнее травянистое растение высотой 20-30 (50) см. Листья трехпятираздельные, по краям пильчатые, на крылатых черешках. Все цветки в корзинках трубчатые, буро-желтые. Семянки двумя шиповатыми остями. Цветет в июле–августе.

Растение влажных местообитаний. Встречается по берегам ручьев, речек, озер, на пойменных лугах, иногда в посевах и у железнодорожного полотна. Почти чистые заросли отмечены вдоль мелиоративных канав и по берегам зарастающих стариц в Сыктывдинском (оз. Еля-ты), Корткеросском, Сысольском, Усть-Вымском и других районах республики. Северные точки – р. Вашка, среднее течение Выми, г. Ухта, с. Троицко-Печорск. В некоторых областях России данный вид культивируют (Губанов и др., 1976). Заготавливают облиственные верхушки побегов в фазу бутонизации (Мишуров и др., 2003). Срок годности сырья три года (Государственная фармакопея..., 1990).

В надземной части растения обнаружены сапонины флавоноиды, кумарины, горечи, слизи и дубильные вещества (Биологическая флора…, 1997).

В практической медицине применяют как потогонное, мочегонное, успокаивающее и снижающее артериальное давление средство. Входит в состав аптечных сборов как тонизирующий, иммуностимулирующий и жаропонижающий компонент, назначают при хронических гепатитах (Землинский, 1958). Используют отвар травы для ванн при диатезе у детей (Махлаюк, 1992). В народной медицине применяют при артрите, подагре, нарушении обмена веществ, рахите, болезнях печени и кожи (Биологическая флора…, 1997).

Заготовка возможна в значительном количестве в местах образования зарослей.



ЧЕРЕМУХА ОБЫКНОВЕННАЯ

***Padus avium* Mill.**
(Сем. Розоцветные – Rosaceae)

коми: льӧм

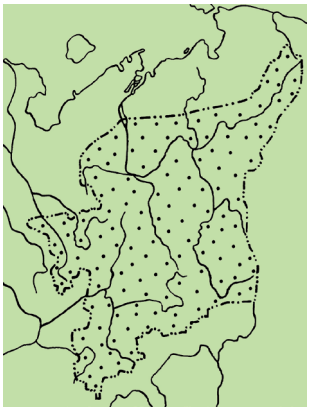
Дерево или крупный кустарник высотой 3-5 м. Листья с очень маленькими зубчиками по краю, с одной-тремя точечными железками на черешках у основания пластинки. Цветки белые, ароматные, собраны в поникающие кисти. Плод – черная костянка. Цветет в мае–июне.

Образует заросли в поймах по берегам рек, ручьев, стариц. Растет на разнотравно-злаковых лугах, среди ивняков, по лесным опушкам по всей таежной зоне. На севере республики продуктивность достигает от 180 (Гром, 1967) до 400 кг плодов/га (Таскаев и др., 2000).

Кора содержит бензальдегид, цианогенное соединение амигдалин (до 2 %), синильную кислоту и дубильные вещества (2-3 %), листья – бензальдегид, эфирное масло, амигдалин, синильную кислоту (до 0.05 %), витамины С, Е и Р, каротин, фенолкарбоновые кислоты и флавоноиды, цветки – тритерпеноиды (лупеол) и флавоноиды, плоды – углеводы (фруктоза, глюкоза, сахароза), пектин, органические кислоты, каротин, амигдалин. Содержание аскорбиновой кислоты 24 мг/100 г (Мартыненко и др., 1994). Медонос (Скупченко и др., 2003).

Обладает вяжущими (плоды), антимикробными (цветки, листья, почки) и инсектицидными (кора) свойствами. В народной медицине коми отвар высушенных плодов пили при желудочно-кишечных расстройствах (Ильина, 1997а).

Заготовка плодов возможна, запасы превышают местные потребности.



ЧЕРНИКА

***Vaccinium myrtillus* L.**
(Сем. Вересковые – Ericaceae)

коми: чӧд

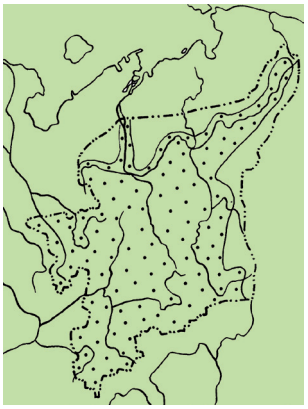
Кустарничек высотой 20-30 см. Ветви острогранные. Листья очередные, яйцевидные, мелкозубчатые, коротко заостренные, светло-зеленые. Цветки бокальчатые, розоватые, по одному в пазухах листьев. Ягоды шаровидные, сизовато-черные с фиолетовым отливом, сочные. Цветет в июне–июле.

Обычна для тайги. Часто является доминантом в травянисто-кустарничковом ярусе ельников, пихтарников, кедровников, сосняков, лиственничников, березняков и осинников (Юдин, 1954а, б). Широко представлена в ивняковых, ерниковых, кустарничковых тундрах и на Урале. В республике средний урожай ягод составляет 150-200, в соседней Архангельской области – 100-150 кг/га (Лукин, 1984). Максимальная продуктивность отмечена в Печоро-Илычском государственном заповеднике – 325 кг/га (Антонова, 1976). Собирают ягоды и листья. Срок годности сырья два года (Государственная фармакопея..., 1990).

Содержит урсоловую (листья, цветки и плоды), олеаноловую (листья), фенолкарбоновые и органические кислоты, бета-амирин (листья), лютеин (плоды), арбутин (листья), резвератрол (плоды), кислоты, флавоноиды, катехины и антоцианы.

Используют при расстройствах желудка как вяжущее средство, малокровии и подагре, для улучшения зрения. Отвар листьев употребляют при диабете.

Заготовка плодов и листьев возможна, запасы превышают местные потребности.



ЧЕРНОГОЛОВКА ОБЫКНОВЕННАЯ

***Prunella vulgaris* L.**
(Сем. Губоцветные – Lamiaceae)

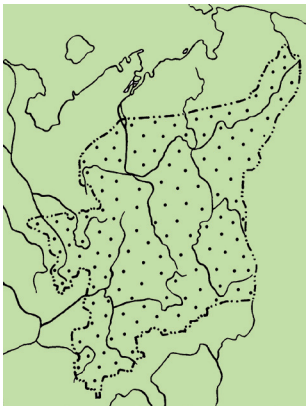
Многолетнее травянистое растение высотой 10-20 см с ползучим корневищем и четырехгранным стеблем. Листья продолговато-яйцевидные, цельнокрайные, супротивные. Цветки фиолетовые на коротких цветоножках. Мутовки цветков образуют густое колосовидное верхушечное соцветие. Цветет в июне–сентябре.

Характерна для пойменных разнотравно-злаковых и суходольных лугов, пастбищ, лесных опушек, травянистых ивняков и ольшаников. Иногда встречается по канавам, вдоль грунтовых и железных дорог, в посевах, на мусорных местах. Предпочитает луга с непродолжительным паводком (реки Луза и Мезень), где частота встречаемости – 62 и 57 % соответственно, что значительно выше, чем на долгопоемных лугах Печоры и Вычегды (Мартыненко, 1989). Собирают цветущие растения.

Ядовита. Содержит эфирное масло, бета-амирин, урсоловую, олеаноловую и фенолкарбоновые кислоты, дубильные вещества (до 7 %), кумарины, флавоноиды, антоцианы, витамин С и каротин, семена – жирное масло (3-16 %).

Растение народной медицины (Баранова, 2002). Применяют в виде отваров при ангине, дифтерии и поносах, припарок – при вывихах. Спиртовая настойка обладает антигипертоническим, потогонным и успокаивающим свойствами. В народной медицине коми использовали при желудочно-кишечных расстройствах (Ильина, 1997а). В других странах используют как отхаркивающее, мочегонное и тонизирующее средство (Биологическая флора…, 1996).

Для заготовки интереса не представляет как невостребованный вид.



ЧИНА ЛУГОВАЯ

***Lathyrus pratensis* L.**
(Сем. Бобовые – Fabaceae)

коми: ширпуртöс

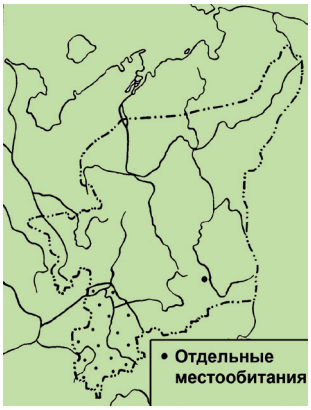
Многолетнее травянистое растение высотой 40-60 (80) см. Корневище ветвистое, ползучее. Листья с одной парой ланцетных или ланцетно-линейных заостренных листочков. Прилистники крупные, листовидные, со стреловидным основанием. Цветки желтые. Соцветие из 5-12 цветков. Цветет в июне–августе.

Предпочитает богатые и увлажненные почвы. На пойменных лугах широко распространенное растение в составе злаковых, злаково-хвощовых, злаково-разнотравных сообществ. Нередко произрастает на коренных берегах, выходах скал. В равнинной тундре встречается в пойменных прибрежных ивняках, на разнотравных луговинах. Частота встречаемости чины в южной части республики составляет 60-67, к северу снижаясь до 30 % (Мартыненко, 1989).

Содержит циклитолы, фенолкарбоновые кислоты, флавоноиды и тритерпиеновые гликозиды.

Растение народной медицины, используют как отхаркивающее (Махлаюк, 1992). Собирают в фазу цветения.

Заготовка возможна в значительном количестве, но в настоящее время данный вид не востребован.



ЧИСТОТЕЛ БОЛЬШОЙ

***Chelidonium majus* L.**
(Сем. Маковые – Papaveraceae)

коми: йола турун

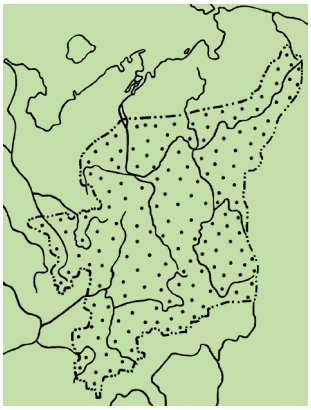
Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см с коротким корневищем – каудексом. Стебель прямой, ветвистый, при разламывании выделяет ярко-оранжевый сок. Листья перисторазделные, с очень крупной конечной долькой, сверху зеленые, снизу сизоватые. Цветки желтые, на длинных цветоножках, собраны на концах стеблей и ветвей зонтиками. Цветет в июле–августе.

Отмечен в естественном состоянии только в населенных пунктах по р. Летка, в последнее время расселяется к северу (с. Визинга, г. Сыктывкар, дачные участки). Хорошо растет в культуре (Мишуров и др., 2003). Собирают траву в фазу цветения, корни копают осенью. Срок годности сырья три года (Государственная фармакопея..., 1990).

Ядовит. Содержит фенолкарбоновые кислоты, флавоноиды, производные гамма-пирона, алкалоиды.

Экстракт чистотела входит в состав различных препаратов и мазей. В практической медицине используют для лечения кожных заболеваний, сведения бородавок, а также как желчегонное, мочегонное, противосудорожное и антисептическое средство. Имеются сведения о применении препаратов чистотела для торможения роста некоторых злокачественных опухолей (Атлас ареалов…, 1976). В Германии им лечат астму (Vetvička, 1980). В косметике рекомендуют против веснушек, пигментных пятен, мозолей (Дацковский, Дацковский, 1995). В народной медицине коми сок использовали для лечения чесотки (Ильина, 1997а).

Для заготовки интереса не представляет, так как является редким сорным видом.



ШИПОВНИК ИГЛИСТЫЙ

***Rosa acicularis* Lindl.**
(Сем. Розоцветные – Rosaceae)

коми: жельнӧг, лежнӧг

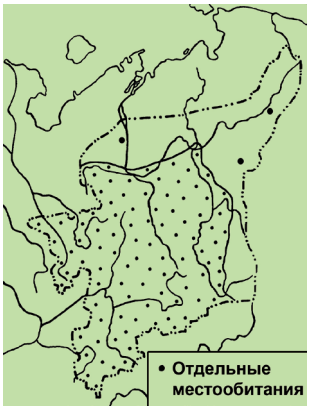
Кустарник высотой до 2 м. Молодые ветви оливково-зеленые с многочисленными колючими, горизонтально отстоящими шипиками. Листья непарноперистые из зубчатых долек, с травянистыми прилистниками, приросшими к черешку. Цветки крупные, светло-розовые, одиночные. Плоды удлиненные, ярко-оранжевые. Цветет в июне–июле.

В таежной зоне растет на облесенных и закустаренных склонах, в смешанных лесах, березняках, осинниках (Дегтева, 2001), ивняках, на пойменных лугах и в лесном поясе Урала. В тундре – в ерниковых сообществах и по берегам рек. Под пологом леса почти не цветет. Самые северные местонахождения – реки Адзьва, Колва, Уса и Воркута. Урожайность до 500 кг/га. Эксплуатационный запас плодов в нижнем течении р. Вычегда 3.4 т (Зуева, 1984). В Республике Коми можно собрать около 96 г сухих плодов/м^2. Срок годности сырья два года (Государственная фармакопея..., 1990).

Плоды содержат углеводы, витамины С, B_2 и Р, каротин, дубильные вещества и флавоноиды, семена – жирное масло, корни – дубильные вещества, флавоноиды и катехины. Содержание аскорбиновой кислоты в плодах 2330 мг/100 г (Мартыненко и др., 1994).

Применяют в виде сиропов, отваров и чая при авитаминозах и малокровии, а также как тонизирующее и общеукрепляющее средство. Есть сведения о применении препаратов из плодов при лучевой болезни. Сироп «Холосас» – популярное желчегонное средство. В народной медицине коми употребляли при головной боли и желудочно-кишечных расстройствах, цинге (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна, запасы превышают местные потребности. Население собирает плоды в значительных количествах для собственных нужд.



ШИПОВНИК МАЙСКИЙ

***Rosa majalis* Herrm.**
(Сем. Розоцветные – Rosaceae)

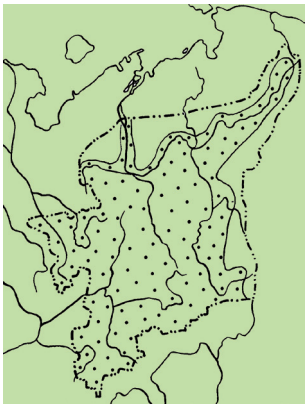
коми: жельнӧг, лежнӧг

Кустарник высотой до 2 м. Молодые ветви темно-красные, при основании листовых черешков с двумя крупными шипиками. Листья непарноперистые из зубчатых долей. Цветки ярко-розовые, одиночные, крупные. Плоды шаровидные ярко-оранжевые. Цветет с июня по август.

Растет на открытых малооблесенных местообитаниях, иногда образует заросли. Встречается в смешанных лесах, на опушках, склонах речных берегов, на юге республики чаще, чем на севере. Самые северные местонахождения – на реках Колва и Уса, в низовьях р. Печора.

В практической медицине плоды растений данного вида находят то же применение, что шиповника иглистого.

Заготовка возможна, запасы превышают местные потребности. Широко используют в быту.



ЩАВЕЛЬ КИСЛЫЙ

***Rumex acetosa* L.**
(Сем Гречишные – Polygonaceae)

коми: шомкор, шома турун

Многолетнее травянистое растение высотой до 60 см. Корни мочковатые, шнуровидные. Листья стреловидные, лопасти у основания листа сближенные, с остроугольной выемкой между ними. Длина листовой пластинки в два-три раза больше ширины. Цветки мелкие, красноватые, в метельчатом верхушечном соцветии. Околоцветник из шести кожистых листочков. Цветет с июня по август.

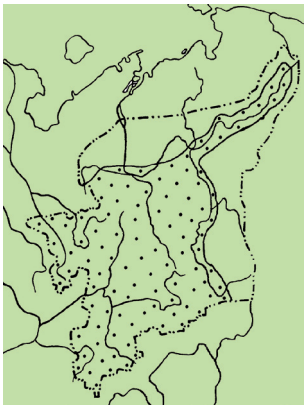
Растет по всей таежной зоне в поймах рек на влажных разнотравных и щучковых лугах, а также в нивяниковых, злаково-разнотравных, хвощовых суходольных сообществах. В тундре – по берегам речек и в ивняках. Листья используются в пищу, время их сбора – до цветения. Корни собирают осенью.

Содержит фенолкарбоновые и органические (щавелевая – до 12 %) кислоты, антрахиноны (в корнях до 1.2 %), флавоноиды (в листьях до 5 %), витамины С, Е, К и РР.

Обладает вяжущим, противоцинготным, ранозаживляющим действием, стимулирует деятельность печени и кишечника (Махлаюк, 1992). Используют в народной медицине (Овеснов, 1997).

Заготовка интереса не представляет, так как в настоящее время вид не востребован, хотя запасы превышают местные потребности.

Встречается близкий вид – щавель пирамидальный (*Rumex thyrsiflorus*) со стержневым корнем и длиной стреловидной пластинки не менее чем в четыре раза больше ширины. Местообитания такие же, а применение в народной медицине аналогично щавелю кислому. Население собирает листья растений указанных видов для употребления в пищу.



ЩАВЕЛЬ КУРЧАВЫЙ

***Rumex crispus* L.**
(Сем. Гречишные – Polygonaceae)

коми: вöвшомкор

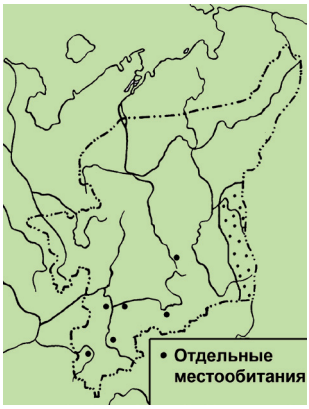
Многолетнее травянистое растение высотой 60-70 (100) см. Корень толстый, желтоватый. Нижние листья узкие, ланцетные, к основанию клиновидно суженные, по краям сильно волнистые. Листочки околоцветника светло-зеленые с желвачками, на верхушке заостренные. Соцветие узкометельчатое с прижатыми ветвями. Цветет в июле–августе.

Обычно для таежной зоны. Встречается в разнотравных, осоково-щучковых, лисохвостных сообществах, около водоемов, в межгривных понижениях пойм, в кустарниках, около домов, вдоль дорог. Собирают корни, реже листья.

Содержит фенолкарбоновые кислоты, флавоноиды (в листьях до 3 %), антоцианы, антрахиноны (в корневище – до 4 %), витамины С, B_1, B_2, Е, К и РР.

Используют как вяжущее, желчегонное средство, а также для лечения ран и против кишечных паразитов (Махлаюк, 1992). В народной медицине коми употребляют для лечения поносов (Ильина, 1997а).

Заготовка возможна в небольших количествах, но в настоящее время не востребован.



ЩИТОВНИК МУЖСКОЙ

Dryopteris filix-mas **(L.) Schott**
(Сем. Щитовниковые –
Dryopteridaceae)

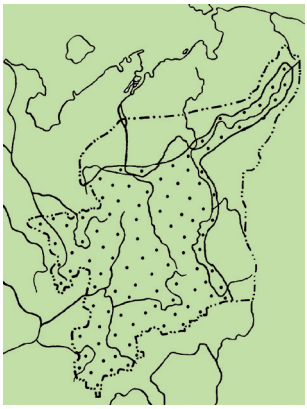
Травовидный папоротник, многолетнее споровое растение с толстым корневищем. Листья дваждыперистые, жестковатые, длиной 50-100 см, сверху темно-зеленые, снизу светлые, ланцетные, суженные к обоим концам, сегменты листа узкие. Черешок плотный, в три-пять раз короче листовой пластинки, покрыт крупными светло-бурыми пленками. Покрывальца сорусов зазубренные по краю. Спороношение в июле–августе.

Встречается в травянистых лесах и зарослях кустарников в южной части республики (среднее течение Сысолы и Вычегды, верховья р. Ижма). На Северном Урале растет небольшими куртинами в горных пихтовых, елово-пихтово-кедровых и березовых лесах, в березовых редколесьях и среди высокотравья.

Ядовит. Корневища содержат тритерпеноиды, фенольные соединения, дубильные вещества (до 8 %), эфирное масло, витамин С, флавоноиды.

Назначают как средство против ленточных глистов (Шретер, 1972), применяют для борьбы с клопами. В народной медицине коми применяют повсеместно распространенный щитовник остистый (*Dryopteris carthusiana*) как глистогонное средство (Флора северо-востока…, 1974).

Заготовке не подлежит, так как включен в Красную книгу Республики Коми (2009) – очень редкое растение.



ЯРУТКА ПОЛЕВАЯ

***Thlaspi arvense* L.**
(Сем. Крестоцветные – Brassicaceae)

коми: деньга турун

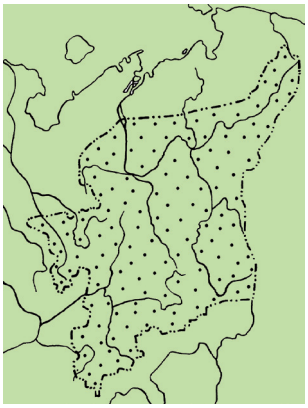
Одно-двулетнее травянистое растение высотой 15-30 см. Прикорневые листья собраны в розетку, продолговатые, зубчатые, стеблевые – сидячие, ланцетные со стреловидным основанием. Цветки белые, мелкие, в щитковидных кистях. Плод – стручочек, почти круглый, с глубокой выемкой и широкими крыльями по краю. Цветет в мае–июле.

Сорное растение. Встречается часто по окраинам полей, на огородах, мусорных местах, пустырях, в населенных пунктах, вдоль грунтовых и железных дорог по всей лесной зоне. По железной дороге заходит в лесотундру и тундру. Собирают цветущую траву и семена.

Содержит флавоноиды, тиоэфиры, глюкозинолаты и жирное масло (в семенах – до 33 %).

Обладает противоцинготным, вяжущим, ранозаживляющим и противомикробным действием (Махлаюк, 1992). Применяют в народной медицине.

Для заготовки интереса не представляет из-за низкого обилия и невостребованности.



ЯСНОТКА БЕЛАЯ

***Lamium album* L.**
(Сем. Губоцветные – Lamiaceae)

коми: чипсан турун

Многолетнее травянистое растение высотой 30-50 см с ползучим корневищем. Стебли прямые, четырехгранные. Листья супротивные, яйцевидные, острозубчатые с сердцевидным основанием. Цветки белые с зеленоватыми пятнами на нижней губе, собраны в мутовки в верхней части стебля. Цветет в июне–сентябре.

Распространена по всей территории республики, но встречается нечасто. В лесной зоне растет по опушкам травянистых лесов, на вырубках, достаточно богатых почвах, в лесотундре и тундре – по речным долинам, в кустарниках. Зарослей не образует, присутствует в травостое как сопутствующий вид с низким обилием. Собирают цветки.

Содержит эфирное масло, иридоиды, фенолкарбоновые кислоты, дитерпеноиды (фитол), алкалоиды, флавоноиды, экдистероиды.

Применяют как мочегонное, слабое снотворное и кровеостанавливающее средство. Используют также при катаре дыхательных путей и в гинекологии (Атлас ареалов…, 1976). Популярно в Германии (Ellenberg, 1952).

Для заготовки интереса не представляет из-за низкого обилия.

ЛИТЕРАТУРА

(*Александрова В.Д.*) Кормовая характеристика растений Крайнего Севера / *В.Д. Александрова, В.Н., Андреев*, *Т.В. Вахтина* и др. // Растительность Крайнего Севера и ее освоение. М.-Л.: Наука, 1964. 484 с.

(*Алексеева Л.И.*) Динамика содержания экдистероидов у *Ajuga reptans* на северной границе ее ареала / *Л.И. Алексеева, Л.В. Тетерюк, В.В. Володин, Н.А. Колегова* // Растительные ресурсы, 1998. Т. 34, № 4. С. 56-62.

(*Алексеева Л.И.*) Экдистероиды *Ajuga reptans* / *Л.И. Алексеева, Р. Лафон, В.В. Володин, В.Г. Лукша* // Физиология растений, 1998. Т. 45, № 3. С. 372-377.

Алексеева Р.Н. Болота // Лесное хозяйство и лесные ресурсы Республики Коми / Под ред. Г.М. Козубова, А.И. Таскаева. М., 2000. С. 419-455.

Алексеева Р.Н. Клюква болотная в Республике Коми // Лекарственные растения в природе и в культуре. Сыктывкар, 1995. С. 41-50. – (Тр. Коми НЦ УрО РАН; № 141).

(*Алексеева Р.Н.*) Кадастр охраняемых природных территорий Республики Коми. В 2-х частях / *Р.Н. Алексеева,* ..., *Н.С. Котелина, А.Н. Лащенкова, Н.И. Непомилуева* и др.; отв. ред. А.И. Таскаев, Н.И. Тимонин. Сыктывкар, 1993. Ч. I. 190 с.

Алексеева Р.Н., Гладков В.П., Дегтева С.В. Кадастр охраняемых природных территорий Республики Коми. В 2-х частях / Отв. ред. А.И. Таскаев, Н.И. Тимонин. Сыктывкар, 1995. Ч. II. 60 с.

Алеутский Н.Н., Зыков А.А., Малахова Р.Г. К вопросу о противовоспалительном действии морошки // Флора севера европейской части СССР. Архангельск, 1987. С. 117-119.

Антонова Н.Н. Продуктивность дикорастущих ягодников Якшинского участка // Труды Печоро-Илычского государственного заповедника. Сыктывкар, 1976. Вып. 13. С. 20-39.

Атлас ареалов и ресурсов лекарственных растений СССР. М., 1976. 340 с.

Атлас Республики Коми. М., 2001. 550 с.

Атлас Республики Коми. М., 2011. 448 с.

Баранова О.Г. Местная флора Удмуртии. Ижевск, 2002. 199 с.

Белоногова Г.В. Урожайность ягодных кустарничков и запасы лекарственного сырья в сосняках южной Карелии // Природные ресурсы Карелии и пути их рационального использования. Петрозаводск, 1973. С. 116.

Биологическая флора Московской области. М.: Изд-во МГУ, 1993. – (Вып. 9 (1). 112 с.; Вып. 9 (2). 144 с.; 1995. Вып. 11. 221 с.; 1996. Вып. 12. 181 с.; 1997. Вып. 13. 237 с.; 2003. Вып. 15. 224 с.).

Бобкова К.С., Перчаткин П.А., Свойкин В.Ф. Древесные ресурсы // Лесное хозяйство и лесные ресурсы Республики Коми / Под ред. Г.М. Козубова, А.И. Таскаева. М., 2000. С. 331-367.

Болотова В.М. Краткий обзор ботанических исследований // Производительные силы Коми АССР. В 3-х томах. М.-Л.: Изд-во АН СССР, 1954. Т. 3, ч. 1. С. 3-9.

Болотова В.М. Распределение лекарственных растений на территории Коми АССР. Сыктывкар, 1944. 15 с. – (Науч. архив Коми НЦ УрО РАН. Ф. 1, оп. 2, ед. хр. 136).

Бурмистров А.Н., Никитина В.А. Медоносные растения и их пыльца. М., 1990. 190 с.

(*Волкова П.А.*) Дикорастущие лекарственные растения РСФСР (Московская область) / *П.А. Волкова, А.А. Долгова, С.Д. Иванова* и др.; под ред. Е.Я. Люкшенковой. М.: Гос. изд-во мед. лит-ры, 1963. 145 с.

(*Володин В.В.*) Антиоксидантные свойства растений семейства Lamiaceae, произрастающих в Республике Коми / *В.В. Володин*,..., *Л.И. Алексеева*, *В.А. Канев* // Изв. Коми НЦ УрО РАН, 2014. № 1 (17). С. 27-31.

(*Володин В.В.*) Молекулярная филогения и хемотаксономия экдистероидсодержащих растений семейств Caryophyllaceae Juss. и Asteraceae Dumort. / *В.В. Володин, ...*, *С.О. Володина, И.Ф. Чадин, Л. Дайнан* // Вестн. биотехнол. физ.-хим. биол., 2013. Т. 9, № 1. С. 21-27.

(*Володин В.В.*) Экдистероидсодержащие растения. Ресурсы и биотехнологическое использование / *В.В. Володин, С.О. Володина, И.Ф. Чадин, В.А. Мартыненко*. Екатеринбург, 2007. 126 с.

Высочина Г.И. Хемотаксономический метод в подборе объектов интродукции // Ускорение интродукции растений Сибири: задачи и методы / Отв. ред. П.И. Лапин, И.Ю. Коропачинский. Новосибирск: Наука, 1989. С. 56-60.

Гаммерман А.Ф. Лекарственные растения Белоруссии. Минск: Наука и техника, 1965. 378 с.

Гаммерман А.Ф., Гром И.И. Дикорастущие лекарственные растения СССР. М.: Медицина, 1976. 288 с.

Гаммерман А.Ф., Кадаев Г.Н., Яценко-Хмелевский А.А. Лекарственные растения. М., 1983. 400 с.

Глухов М.М. Медоносные растения. М., 1974. 302 с.

Горчаковский П.Л. Опыт ботанико-географического подразделения высокогорий Урала // Проблемы ботаники: Матер. I Всесоюз. совещ. по проблемам изучения и освоения флоры и растительности высокогорий. М.-Л.: Изд-во АН СССР, 1960. С. 32-46. – (Всесоюз. бот. об-во АН СССР; Т. 5).

Государственная фармакопея СССР. В 2-х выпусках. М.: Медицина, 1990. Вып. 2. 398 с. – (XI издание).

Государственный реестр лекарственных средств. М., 1995. 512 с.

Гром И.И. Урожайность дикорастущих ягодников северных районов Коми АССР // Растительные ресурсы, 1967. Т. 3, вып. 2. С. 193-198.

Груздев Б.И., Маринович Н.А. Урожайность брусничного листа в сосновых и еловых лесах // Лекарственные растения в природе и в культуре. Сыктывкар, 1995. С. 27-32. – (Тр. Коми НЦ УрО РАН; № 141).

Губанов И.А. Лекарственные растения: справочник. М., 1993. 272 с.

Губанов И.А., Крылова И.Л., Тихонова В.Л. Дикорастущие полезные растения СССР. М.: Мысль, 1976. 360 с.

Дацковский С.Б., Дацковский Б.М. Растения и косметика. Пермь, 1995. 103 с.

Дегтева С.В. Осинники // Ценотическая и флористическая структура лиственных лесов европейского Севера. СПб.: Наука, 2001. С. 82-104.

Дедов А.А. Тундры равнинные // Производительные силы Коми АССР. В 3-х томах. М.-Л.: Изд-во АН СССР, 1954. Т. 3, ч. 1. С. 268-277.

Држевецкий А.И. Медико-топография Усть-Сысольского уезда Вологодской губернии. СПб., 1872. С. 80-92.

Дымова О.В., Тетерюк Л.В. Физиологическая и популяционная экология неморальных травянистых растений на Севере. Екатеринбург, 2000. 143 с.

Егошина Т.Л. Влияние антропогенных факторов на состояние ресурсов дикорастущих плодовых и лекарственных растений: Автореф. дис. … докт. биол. наук. Пермь, 2008. 44 с.

Егошина Т.Л., Киселева Т.М. Ресурсы лекарственных растений севера Кировской области, их рациональное использование // Флора севера европейской части СССР. Архангельск, 1987. С. 107-109.

Елина Г.А. Аптека на болоте. СПб.: Наука, 1993. 496 с.

Забоева И.В. Почвы и земельные ресурсы Коми АССР. Сыктывкар, 1975. 344 с.

Землинский С.Е. Лекарственные растения СССР. М., 1958. 603 с.

Зуева Е.В. Распространение и запасы плодов шиповника в южных районах Архангельской области // Изучение и охрана растительности Севера. Сыктывкар, 1984. С. 126-130.

Ильина И.В. Народная медицина коми. Сыктывкар, 1997а. 120 с.

Ильина И.В. Народная медицина // Историко-культурный атлас Республики Коми М., 1997б. С. 282-283.

Исаченко Т.И., Лавренко Е.М. Ботанико-географическое районирование // Растительность европейской части СССР. Л.: Наука, 1980. С. 10-20.

Йорданов Д., Николаев П., Бойчинов А. Фитотерапия. София, 1976. 350 с.

Кашин В.И. История познания северных лекарственных растений // Изучение и охрана растительности Севера. Сыктывкар, 1984. С. 115-120.

(*Козубов Г.М.*) Леса Республики Коми / *Г.М. Козубов, А.И. Таскаев, С.В. Дегтева* и др. М., 1999. 332 с.

Козубов Г.М., Дегтева С.В. Морфолого-таксономическая характеристика и биоэкологические особенности основных лесообразующих пород // Леса Республики Коми / Под ред. Г.М. Козубова, А.И. Таскаева. М., 1999. С. 71-102.

Котелина Н.С. Ядовитые растения сенокосов и пастбищ. Сыктывкар, 1973. 40 с.

Котелина Н.С., Мартыненко В.А. Целебные растения Севера. Сыктывкар, 1988. 112 с.

Красная книга Республики Коми. Москва–Сыктывкар, 1998. 528 с.

Красная книга Республики Коми / Сост. *А.В. Бобрецов*, ..., *В.А. Канев*, ..., *В.А. Мартыненко* и др. / Под ред. А.И. Таскаева. Сыктывкар, 2009. 791 с.

Кузнецова М.А. Использование растений в народной медицине. М.: Высш. школа, 1994. 142 с.

Кучеров Е.В., Байков Г.К., Гуфранова И.Б. Полезные растения Южного Урала. М.: Наука, 1976. 263 с.

Кучеров Е.В., Гуфранова И.Б. Дикорастущие лекарственные растения в районах южного Урала и перспективы их использования // Дикорастущие и интродуцируемые полезные растения в Башкирии. В 4-х выпусках. Казань, 1968. Вып. 2. С. 5-89.

Кытина М.А., Гудкова Н.Ю. Род лабазник (Filipendula) и его практическое использование // Генетические ресурсы лекарственных и ароматических растений: Тр. междунар. конф., посвящ. 50-летию ботсада ВИЛАР. М., 2001. С. 219-221.

Лавренко А.Н., Улле З.Г., Сердитов Н.П. Флора Печоро-Илычского биосферного заповедника. СПб.: Наука, 1995. 254 с.

(*Ларин И.В.*) Кормовые растения сенокосов и пастбищ СССР. В 3-х томах / *И.В. Ларин, Ш.М. Агабабян, Т.А. Работнов* и др. М.–Л. – (1950. Т. 1. 687 с.; 1951. Т. 2. 947 с.; 1956. Т. 3. 880 с.).

Лащенкова А.Н. Березовые леса равнинные // Производительные силы Коми АССР. В 3-х томах. М.-Л.: Изд-во АН СССР, 1954а. Т. 3, ч. 1. С. 186-206.

Лащенкова А.Н. Сосновые леса // Производительные силы Коми АССР. В 3-х томах. М.-Л.: Изд-во АН СССР, 1954б. Т. 3, ч. 1. С. 126-156.

Лекарственные растения // Под ред. Н.И. Гринкевич. М.: Высш. школа, 1991. 398 с.

Лепехин И.И. Дневные записки путешествия Ивана Лепехина по разным провинциям Российского государства. В 4-х частях. СПб.: Изд-во Академии наук, 1805. Ч. 4. 458 с.

Лукин И.Н. О распространении дикорастущих ягодников в Архангельской области // Изучение и охрана растительности Севера. Сыктывкар, 1984. С. 121-125.

Максютова С.С., Комисаренко Н.Ф., Лазарева Д.Н. Изучение биологической активности и химического состава надземной части *Adonis sibirica* // Растительные ресурсы, 1975. Т. 11, вып. 4. С. 512-514.

Мартыненко В.А. Ресурсы лекарственных растений в таежной зоне Республике Коми // Лекарственные растения в природе и в культуре. Сыктывкар, 1995. С. 5-19. – (Тр. Коми НЦ УрО РАН; № 141).

Мартыненко В.А. Флористический состав кормовых угодий европейского Северо-Востока. Л.: Наука, 1989. 136 с.

Мартыненко В.А. Флористический состав хвойных лесов Коми АССР. Сыктывкар, 1990. 20 с. – (Сер. Науч. докл. / Коми НЦ УрО РАН; Вып. 249).

(*Мартыненко В.А.*) Биология и экология редких растений Республики Коми / *В.А. Мартыненко*, *И.И. Полетаева*, *Б.Ю. Тетерюк*, *Л.В. Тетерюк*. Екатеринбург, 2003. 181 с.

(*Мартыненко В.А.*) Таежная аптека / *В.А. Мартыненко, Н.С. Котелина, К.Н. Дулесова, А.Н. Лащенкова, З.Г. Улле*. Сыктывкар, 1980. 64 с.

Мартыненко В.А., Груздев Б.И. Сосудистые растения Республики Коми. Сыктывкар, 2008. 136 с.

Мартыненко В.А., Груздев Б.И., Канев В.А. Локальные флоры таежной зоны Республики Коми. Сыктывкар, 2008. 75 с.

Мартыненко В.А., Груздев Б.И., Котелина Н.С. Недревесные растительные ресурсы Республики Коми. Сыктывкар. 1977. 27 с. – (Сер. Науч. рекомендации – народному хозяйству / Коми НЦ УрО РАН; Вып. 109).

Мартыненко В.А., Груздев Б.И., Осадчая Г.Г. Растительные ресурсы окрестностей городов Ухта и Сосногорск. Ухта, 2006. 93 с.

Махлаюк В.П. Лекарственные растения в народной медицине. М., 1992. 477 с.

Машковский М.Д. Лекарственные средства. В 2-х томах. Ташкент: Медицина, 1987. Т. 1. 624 с.

Минаева В.Г. Теоретические и практические аспекты биохимического изучения лекарственных растений Сибири при интродукции // Ускорение интродукции растений Сибири: задачи и методы / Отв. ред. П.И. Лапин, И.Ю. Коропачинский. Новосибирск: Наука, 1989. С. 97-103.

Мироненко О.Н. Редкие растения Архангельской области // Изучение и охрана растительности Севера. Сыктывкар, 1984. С. 31-35.

(*Мишуров В.П.*) Опыт интродукции лекарственных растений в среднетаежной подзоне Республике Коми / *В.П. Мишуров, Н.В. Портнягина, К.С. Зайнуллина, О.В. Шалаева, Н.Ю. Шелаева*. Екатеринбург, 2003. 243 с.

Моисеев К.А., Волкова Г.А., Ильяшенко Р.И. Ягодные культуры и цветы. Сыктывкар, 1981. 158 с.

Нейштадт М.И. Определитель растений. М., 1963. 640 с.

Непомилуева Н.И. Кедр сибирский на северо-востоке европейской части СССР. Л.: Наука. 1974. 184 с.

Овеснов С.А. Конспект флоры Пермской области. Пермь, 1997. 251 с.

Определитель высших растений Коми АССР. М.-Л.: Изд-во АН СССР, 1962. 358 с.

Орлов Б.Н., Гелашвили Д.Б., Ибрагимов А.К. Ядовитые животные и растения СССР. М.: Высш. школа, 1990. С. 132-261.

Палов М.И. Энциклопедия лекарственных растений. М.: Мир, 1998. 458 с.

Перфильев И.А. Флора Северного края. Архангельск. – (1934. Ч. 1. 160 с.; 1936. Ч. 2-3. 398 с.).

Полезные растения Западной Сибири и перспективы их интродукции. Новосибирск: Наука, 1972. 380 с.

Полетаева И.И. Адонис сибирский // Биология и экология редких растений Республики Коми. Екатеринбург, 2003. С. 107-118.

Полетаева И.И. Родиола розовая // Биология и экология редких растений Республики Коми. Екатеринбург, 2003. С. 119-138.

Производительные силы Коми АССР. В 3-х томах. Т. 3. Ч. 1. Растительный мир / Отв. ред. Н.Е. Кабанов. М.-Л.: Изд-во АН СССР, 1954. 376 с.

Работнов Т.А. Вопросы изучения состава популяций для целей фитоценологии // Проблемы ботаники. М.-Л. Изд-во АН СССР, 1950. С. 465-483. – (Всесоюз. бот. об-во АН СССР; Т. 1).

Ракин А.Н. Краткий коми-русский, русский-коми ботанический словарь. Сыктывкар, 1989. 84 с.

Растительные ресурсы России и сопредельных государств: цветковые растения, их химический состав, использование. СПб.: Наука. – (Продолжение многотомного справочника «Растительные ресурсы СССР»: 1995. Т. 8. 271 с.; 1996. Т. 9. 571 с.).

Растительные ресурсы СССР: цветковые растения, их химический состав, использование. В 7-ми томах. Л.–СПб.: Наука. – (1984. Т. 1. 460 с.; 1986. Т. 2. 336 с.; 1987. Т. 3. С. 92.; 1988. Т. 4. 357 с.; 1990. Т. 5. 328 с.; 1991. Т. 6. 198 с.; 1993. Т. 7. 351 с.).

Ребристая О.В. Флора Большеземельской тундры. Л.: Наука, 1977. 334 с.

Российский Д.М., *Могильский А.В.* Лекарственные растения СССР (их сбор, хранение и фармакологическое действие). М., 1956. 55 с.

Скляровский Л.Я. Ядовитые растения. М., 1964. 48 с.

Скляревский Л.Я., Губанов И.А. Лекарственные растения в быту. М., 1995. 272 с.

(*Скупченко Л.А.*) Интродукция полезных растений в подзоне средней тайге Республики Коми (Итоги работы ботанического сада за 50 лет. В 3-х томах) / *Л.А. Скупченко, В.П. Мишуров, Г.А. Волкова, Н.В. Портнягина*. СПб.: Наука, 2003. Т. 3. 214 с.

Соколов С.Я., Замотаев И.П. Справочник по лекарственным растениям (фитотерапия). М.: Медицина, 1990. 464 с.

(*Таскаев А.И.*) Лесное хозяйство и лесные ресурсы Республики Коми / *А.И. Таскаев, Ю.А. Паутов*, ..., *В.Б. Ларин* и др. М., 2000. 512 с.

(*Таскаев А.И.*) Побочные лесные пользования / *А.И. Таскаев, Н.С. Котелина, Р.Н. Алексеева, А.А. Потапов, В.А. Мартыненко* // Лесное хозяйство и лесные ресурсы Республике Коми / Под ред. Г.М. Козубова, А.И. Таскаева. М., 2000. С. 369-416.

Тетерюк Л.В. Копытень европейский // Биология и экология редких растений Республики Коми. Екатеринбург, 2003. С. 59-73.

Тетерюк Л.В. Живучка ползучая // Биология и экология редких растений Республики Коми. Екатеринбург, 2003. С. 139-151.

Турова А.Д. Лекарственные растения СССР и их применение. М., 1974. 424 с.

Турова А.Д., Сапожникова Э.Н. Лекарственные растения СССР и их применение. М.: Медицина, 1983. 288 с.

Фармакогнозия. Атлас. М.: Медицина, 1989. 512 с.

Флора северо-востока европейской части СССР. В 4-х томах / Под ред. А.И. Толмачева. Л.: Наука. – (1974. Т. I. 273 с.; 1976. Т. II. 315 с.; 1976. Т. III. 293 с.; 1977. Т. IV. 312 с.).

Фролов Ю.М., Полетаева И.И. Родиола розовая на европейском Северо-Востоке. Екатеринбург, 1998. 192 с.

Ценопопуляции растений. Основные понятия и структура. М.: Наука, 1976. 215 с.

Черепанов С.К. Сосудистые растения России и сопредельных государств. СПб., 1995. 990 с.

Шаврина Е.В. Влияние различных режимов заготовки сырья на восстановление популяций лекарственных растений в условиях Архангельской области // Флора севера европейской части СССР. Архангельск, 1987. С. 101.

Шадрин Д.М. Сапонины растений семейства Fabaceae Lindl. европейского северо-востока России: Автореф. дис. ... канд. биол. наук. Владивосток, 2013. 20 с.

Шенников А.П. Введение в геоботанику. Л.: Изд-во ЛГУ, 1964. 447 с.

Шретер Г.К. Лекарственные растения и растительное сырье, включенное в отечественные фармакопеи. М.: Медицина, 1972. 270 с.

Юдин Ю.П. Лиственничные леса // Производительные силы Коми АССР. В 3-х томах. М.-Л.: Изд-во АН СССР, 1954. Т. 3, ч. 1. С. 157-185.

Юдин Ю.П. Темнохвойные леса // Производительные силы Коми АССР. В 3-х томах. М.-Л.: Изд-во АН СССР, 1954. Т. 3, ч. 1. С. 42-125.

Юдина В.Ф., Максимова Т.А., Дьячкова Т.Ю. Лекарственные растения болот Карелии и их рациональное использование // Флора севера европейской части СССР. Архангельск, 1987. С. 104-105.

Юрковская Т.К. Болота // Растительность европейской части СССР. Л.: Наука, 1980. С. 300-346.

Ellenberg H. Wiesen und Weiden und ihre standörtleiche Bewertung. Stutthart, 1952. 143 S.

Jäger E.J. Veränderungen des Artenbestandes von Flora unter den Einfluss des Menschen // Biol. Rundschau, 1977. Bd 15. S. 287-300.

Leibold G. Naturheilkunde. Bern–Stutthart, 1981. 96 S.

Sukopp H. Wandel von Flora und Vegetation in Mitteleuropa unter dem Einfluss des Menschen // Ber. Landwirtschaft, 1972. № 50. S. 112-139.

Vetvička V. Pflanzen in Field und Wald. Praha: Artia, 1980. 224 S.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие 3

Глава первая. История изучения лекарственных растений Республики Коми 7

Глава вторая. Ботанико-географическая характеристика территории 11

Глава третья. Организация ресурсоведческих исследований в Республике Коми 27

Глава четвертая. Видовое разнообразие и краткая характеристика ресурсных видов лекарственных растений Республики Коми 35

Литература 197

ISBN 978-5-9905700-0-9

Научное издание

Ресурсы природной флоры Республики Коми

В.В. Володин, Б.И. Груздев,
В.А. Мартыненко, В.А. Канев

Книга первая

РАСТЕНИЯ-ПРОДУЦЕНТЫ ВАЖНЕЙШИХ КЛАССОВ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ

Редактор И.В. Рапота
Компьютерная верства и корректура Е.А. Волкова
Дизайн Р.А. Микушев

Подписано в печать 08.09.2014. Формат 60x90$^{1}/_{16}$. Бум. офсетная.
Печать офсетная. Уч.-изд. л. 12.75. Усл. печ. л. 12.75. Тираж 300. Заказ.....

Адрес типографии