

### **Helichrysum arenarium [L.] Moench.**

Семейство сложноцветные — Asteraceae (цмин песчаный)



Свое латинское родовое название растение получило от греческого «гелиос» (солнце) и «хризос» (золото), указывающих на золотистую окраску цветочных оберток.

Бессмертником, или им-мортелем, его назвали за способность хорошо сохраняться в срезанном виде (от латинского «ин» — не и «мортис» — смерть).

Благодаря этому его свойству еще древние римляне использовали бессмертник для изготовления неувядающих венков.

**Болезни и воздействие:** заболевания печени и желчного пузыря.

**Активные вещества:** гликозиды салипурпозид, кемпферол изосалипурпозид, нарингенин, апигенин, фталиды, высокомолекулярные спирты, стероидные соединения, дубильные вещества, сахара, жирные кислоты.

#### **Описание растения**

Бессмертник песчаный — многолетнее травянистое войлочно-шерстисто-опушенное растение семейства сложноцветных. Подземная часть растения состоит из деревянистого главного корня, соединенного с одревесневшими участками многолетних побегов, несущих на своей вершине почки возобновления. От главного корня на глубине 3—10 см отходят боковые корни, несущие придаточные почки.

Цветоносных побегов 5—10; они прямостоячие или восходящие, высотой 15—30 см, у основания нередко древеснеющие. Листья очередные, простые, цельнокрайные, на

верхушке с маленьким буроватым острием. Корзинки почти шаровидные, собраны в компактный или рыхлый щиток, окруженный несколькими верхушечными листьями. Обертка каждой корзинки состоит примерно из 50 тупых лимонно-желтых (редко — оранжевых) листочков, расположенных в 4—6 рядов. Плоды — продолговатые семянки длиной 2— мм и шириной и толщиной 1 мм. Цветет бессмертник в июне—августе; плоды созревают в августе—сентябре.

Медицинское значение имеют соцветия, собранные в начале цветения. Они используются также для производства желчегонного препарата фламин.

### **Места обитания. Распространение**

Бессмертник песчаный распространен по всей степной зоне и в южных районах лесной зоны европейской части страны, в степных районах Казахстана и южных районах Западной Сибири.

Бессмертник песчаный — степняк, характерный для сухих сосновых лесов. Он произрастает, в основном, в сосняках лишайниковых и вересковых, где водоносный горизонт располагается ниже 2 м. Это стержнекорневое растение, хорошо приспособленное к сухим местам обитания, в частности, благодаря его войлочному опушению, уменьшающему испарение влаги, Бессмертник песчаный — светлюбивое растение, произрастающее на открытых местах, полянах, опушках, по посадкам сосны с несомкнувшимися кронами, встречающееся преимущественно на южных и восточных склонах балок и оврагов. В затененных местах, где условия для него далеко не оптимальные, у бессмертника развиваются вытянутые, малочисленные генеративные побеги с небольшим числом корзинок. Полного затенения он не выносит, поэтому бессмертник не встречается в тех сосновых лесах, где кроны сосен сомкнуты. В условиях культуры бессмертник песчаный предпочитает почвы легкого и среднего механического состава. Он хорошо произрастает на малогумусном, слабощелочном среднесуглинистом и супесчаном черноземе.

Семена бессмертника не требуют специальной подготовки, высеваются в сухом виде. Для посева следует использовать семена сбора предыдущего года.

### **Заготовка и качество сырья**

Собранные соцветия бессмертника песчаного необходимо сушить в тени под навесом или в хорошо проветриваемых помещениях. Сырье раскладывают на бумаге или на ткани слоем толщиной 2—3 см. Сушку прекращают, когда сырье становится ломким. В сырье должно быть влаги не более 12%; золы общей не более 8%; соцветий с остатками стеблей длиннее 1 см не более 5%; остатков корзинок (цветолож с обертками) и измельченных частей, проходящих сквозь сито с диаметром отверстий 2 мм, не более 5%; органических и минеральных примесей не более 0,5%. Упаковывают сырье в тюки по 50 кг и хранят в темных, прохладных помещениях на подтоварниках или стеллажах; в

аптеках — в закрытых ящиках или жестянках. Срок хранения до 3 лет.

### **Химический состав**

Соцветия бессмертника песчаного содержат эфирные масла, флавоноидные гликозиды (салипурпозид, кемпферол и изосалипурпозид), нарингенин, апигенин и другие вещества фенольного характера, витамины (аскорбиновую кислоту, витамин К), фталиды, высокомолекулярные спирты, стероидные соединения, дубильные вещества, сахара, жирные кислоты, минеральные соли, микроэлементы и др.

### **Применение в медицине**

Препараты бессмертника используют, главным образом, при заболевании печени и желчного пузыря. Под их влиянием усиливается желчеотделение, изменяется состав желчи, уменьшается содержание билирубина и холестерина в крови. Экстракт бессмертника песчаного — гранулированный порошок экстракции из цветков бессмертника — назначают по 1 г 3 раза в день в течение 2—3 недель. Курс лечения при необходимости повторяют через 5 дней.

### **Сбор (чай) желчегонный**

На 400 мл воды берут 10 г смеси цветков бессмертника песчаного (4 части), листьев трилистника (3 части), листьев мяты (2 части), плодов кориандра (2 части). Применяют при тех же показаниях, что и другие препараты бессмертника. 1 чайную ложку заливают 2 стаканами кипятка, настаивают 30 мин, процеживают, охлаждают и принимают в теплом виде по полстакана 3 раза в день за 30 мин до еды.

### **Отвар бессмертника**

10 г (3 столовые ложки) измельченных цветков бессмертника песчаного заливают 200 мл (1 стаканом) воды комнатной температуры, закрывают крышкой и нагревают на кипящей водяной бане при частом помешивании в течение 30 мин, охлаждают, процеживают и прибавляют воды до первоначального объема — 200 мл. Принимают 1 столовую ложку 3—4 раза в день за 10—15 мин до еды.

### **ВНИМАНИЕ !!!**

**Лицам, страдающим гипертонической болезнью, препараты бессмертника в связи с их способностью повышать кровяное давление следует принимать с**

**осторожностью.**