

УДК 615.322  
ББК 53.5  
Б39

Барнаулов О. Д.

**Б39 Лекарственные свойства пряностей** / О. Д. Барнаулов.—  
2-е из. перераб. и доп. — СПб.: Информ-Навигатор, 2015. —  
288 с.

ISBN 978-5-906572-08-0

В книге подробно освещены целебные свойства более 100 видов пряноароматических растений от знакомых всем лука, чеснока, листа лавра благородного до менее известных, например куркумы, ажгона, альпинии (калгана), солодки. История использования лечебных свойств пряностей в традиционных медицинах Индии, Китая, Вьетнама, Японии, Кореи, Тибета, Ирана и Таджикистана, арабских стран насчитывает тысячелетия. Однако в связи с воспитываемым небрежением к лечению лекарственными растениями, отсутствием отечественной школы фитотерапевтов многие сведения, достижения утрачиваются. Одна из задач этой книги — проиллюстрировать широкие возможности фитотерапии, недостижимые для лечения синтетическими веществами. Приведены рецепты сборов с использованием пряностей для лечения больных различными заболеваниями, а также примеры и результаты их применения в практике автора, варианты включения в поликомпонентные, индивидуально подобранные сборы.

Книга предназначена всем тем, кто интересуется фитотерапией, врачам различных специальностей, фитотерапевтам, в особенности студентам медицинских вузов.

УДК 615.322  
ББК 53.5

ISBN 978-5-906572-08-0

© Барнаулов О. Д., 2015  
© ООО «Информ-Навигатор», 2015

## Содержание

Отзывы	7
Вступительная статья к первому изданию	8
Предисловие	9
Лук-чеснок ( <i>Allium sativum</i> )	23
Лук репчатый ( <i>Allium cepa</i> )	28
Лук победный, лук медвежий, или черемша ( <i>Allium viktorialis</i> , <i>Allium ursinuni</i> )	32
Укроп душистый ( <i>Anethum graveolus</i> )	34
Анис обыкновенный ( <i>Anisum vulgare</i> )	39
Тмин обыкновенный ( <i>Carum carvi</i> )	42
Фенхель обыкновенный, укроп аптечный, укроп волошский ( <i>Foeniculum vulgare</i> )	46
Кориандр посевной, кишинец, кинза, китайская петрушка ( <i>Coriandrum sativum</i> )	49
Петрушка кудрявая, петрушка огородная ( <i>Petroselinum crispum</i> , <i>P. sativum</i> )	52
Сельдерей пахучий ( <i>Apium graveolens</i> )	55
Ажгон душистый, айован, шабрий, индийский тмин, римский тмин ( <i>Carum copticum</i> )	58
Кумин тминовый, кмин, зираи, зард ( <i>Cuminum cyminum</i> )	60
Клубнетмин персидский, зира ( <i>Bunium persicum</i> )	61
Кунжут индийский, кунжут восточный, сезам ( <i>Sesamum indicum</i> , <i>S. orientale</i> )	63
Дягиль лекарственный, ствольник, дудник, сладкий ствол, вох, бадранка и др. ( <i>Angelica (Archangelica) officinalis</i> ). Дягиль лесной ( <i>Angelica sylvestris</i> )	65
Пастернак посевной, полевой борщ, козелец, олений корень ( <i>Pastinaca sativa</i> )	70
Купырь бутенелистный, кервель обыкновенный ( <i>Anthriscus cerefolium</i> )	72
Купырь лесной ( <i>Anthriscus sylvestris</i> )	73
Любисток лекарственный, зоря, любистник ( <i>Levisticum officinalis</i> )	75
Хрен деревенский ( <i>Armoracia rusticana</i> )	78
Горчица сарептская ( <i>Brassica juncea</i> , <i>Sinapis juncea</i> ). Горчица белая, желтая, английская ( <i>Sinapis alba</i> ). Горчица черная, французская, настоящая ( <i>Brassica nigra</i> )	80
Клоповник посевной или кресс-салат ( <i>Lepidium sativum</i> )	83
Перец черный ( <i>Piper nigrum</i> )	84

## Содержание

Перец душистый, ямайский, английский, гвоздичный, пимента лекарственная, ормуш ( <i>Pimenta officinalis</i> , <i>P. dioica</i> )	88
Перец красный ( <i>Capsicum annuum</i> )	89
Имбирь лекарственный ( <i>Zingiber officinalis</i> )	91
Куркума зедоария, цитварная, цитварный корень ( <i>Curcuma zedoaria</i> ). Куркума домашняя ( <i>Curcuma domestica</i> ). Куркума высокая ( <i>Curcuma longa</i> ). Куркума ароматная ( <i>Curcuma aromatica</i> ). Куркума буровато-серая ( <i>Curcuma caesia</i> )	96
Альпиния лекарственная, альпиния галанга, калган китайский, калган истинный ( <i>Alpinia galanga</i> , <i>Alpinia officinarum</i> , <i>Alpinia malacensis</i> )	101
Гедихиум венценосный, кемпферия геднхий ( <i>Hedychium coronarium</i> , <i>Kaempferia hedichium</i> )	104
Кардамон настоящий ( <i>Elettaria cardamomum</i> )	104
Гвоздика, бутоны гвоздичного дерева ( <i>Eugenia caryophyllata</i> , <i>Caryophyllus aromaticum</i> )	109
Лавр благородный ( <i>Laurus nobilis</i> )	114
Корица, коричное дерево, циннамон ( <i>Cinnamomum ceylonicum</i> , <i>Cinnamomum cassia</i> )	117
Бадьян настоящий, звездчатый анис, китайский анис ( <i>Illicium</i> ( <i>Illicium</i> ) <i>verurri</i> )	122
Шафран посевной ( <i>Crocus sativus</i> )	125
Мускатный орех, мускатник душистый ( <i>Myristica fragrans</i> )	128
Мята перечная, мята английская ( <i>Mentha piperita</i> ). Мята полевая ( <i>Mentha arvensis</i> ). Мята водная ( <i>Mentha aquatica</i> )	133
Тимьян ползучий (чабрец, богородская трава, святая травка, фимиамник) ( <i>Thymus serpyllum</i> ). Тимьян обыкновенный ( <i>Thymus vulgaris</i> )	139
Бasilik камфарный ( <i>Ocimum basilicum</i> )	142
Розмарин лекарственный ( <i>Rosmarinus officinalis</i> )	144
Майоран садовый, колбасная трава, душица садовая ( <i>Origanum majoranica</i> , <i>Majorana hortensis</i> )	147
Душица обыкновенная ( <i>Origanum vulgare</i> )	149
Можжевельник обыкновенный, яловец, бакаут ( <i>Juniperus communis</i> )	153
Аир болотный, аирный корень, явер, татарское зелье, калмус ( <i>Acorus calamus</i> )	158
Каперсы колючие, травянистые ( <i>Capparis spinosa</i> , <i>C. herbacea</i> )	162
Портулак огородный ( <i>Portulaca oleracea</i> )	163
Барбарис обыкновенный ( <i>Berberis vulgaris</i> )	166
Кизил мужской, обыкновенный ( <i>Cornus mascula</i> )	170
Цикорий обыкновенный ( <i>Cichorium intibus</i> )	171
Польнь эстрагон, тархун ( <i>Artemisia dracuncululus</i> )	174
Польнь обыкновенная, чернобыльник ( <i>Artemisia vulgaris</i> )	179
Тысячелистник обыкновенный ( <i>Achillea millefolium</i> )	185
Смородина черная ( <i>Ribes nigrum</i> )	189

Котовник кошачий, кошачья мята ( <i>Nepeta cataria</i> ).	
Котовник крупноцветковый ( <i>N. grandiflora</i> ).	
Котовник сибирский ( <i>N. sibirica</i> )	193
Схизонепета однолетняя ( <i>Schizonepeta annua</i> ).	
Схизонепета многонадрезная ( <i>S. multifida</i> )	196
Чабер садовый ( <i>Satureja hortensis</i> ). Чабер колосоносный ( <i>S. spicigera</i> ).	
Чабер крымский ( <i>S. taurica</i> )	198
Зизифора пахучковидная ( <i>Ziziphora clinopodioides</i> ).	
Зизифора бунге ( <i>Z. bungeana</i> )	200
Солодка голая ( <i>Glycyrrhiza glabra</i> )	
Солодка уральская ( <i>G. uralensis</i> )	202
Солодка шиповатая ( <i>Glycyrrhiza aspera</i> )	213
Лимон ( <i>Citrus limon</i> )	213
Пажитник голубой ( <i>Trigonella coerulea</i> ).	
Пажитник сенной ( <i>Trigonella foenum-graecum</i> )	217
Гравилат речной ( <i>Geum rivale</i> ). Гравилат городской ( <i>G. urbanum</i> ). Гравилат алеппский ( <i>G. alleppicum</i> )	218
Шалфей лекарственный ( <i>Salvia officinalis</i> ).	
Шалфей мускатный ( <i>S. sclarea</i> ).	
Шалфей римский ( <i>S. horminum</i> )	221
Змееголовник молдавский ( <i>Dracocephalum moldavica</i> ).	
Змееголовник поникающий ( <i>D. nutans</i> )	225
Эльшольция реснитчатая ( <i>Elsholtzia ciliata</i> )	228
Пахучка обыкновенная, душичник обыкновенный ( <i>Clinopodium vulgare, Calaminta clinopodium</i> )	231
Иссоп лекарственный, обыкновенный ( <i>Hyssopus officinalis</i> ).	
Иссоп зеравшанский ( <i>Hyssopus seravhanicus</i> ).	
Иссоп узколистный ( <i>Hyssopus angustifolii</i> ).	
Иссоп остроконечный ( <i>Hyssopus cuspidatus</i> )	231
Шандра обыкновенная ( <i>Marrubium vulgare</i> )	233
Железница горная ( <i>Sideritis montana</i> ).	
Железница крымская ( <i>S. taurica</i> )	235
Горец змеиный, раковые шейки, змеевик ( <i>Polygonum bistorta</i> )	236
Подмаренник душистый ( <i>Galium odoratum, Asperula odorata</i> ).	
Подмаренник Такета ( <i>Galium Taquetii</i> ). Подмаренник настоящий ( <i>Galium verum</i> ). Подмаренник северный ( <i>Galium boreale</i> )	238
Прутьяк священный, перец дикий, Авраамово дерево ( <i>Vitex agnus-castus</i> )	242
Примеры использования пряностей при составлении поликомпонентных сборов	245
Заключение	274
Основная литература	282
Алфавитный указатель русских названий родов растений	284
Алфавитный указатель латинских названий родов растений	285
Резюме	286
Summary	287