

ЮРІЙ ЛІПА

ЛІКИ
під
НОГАМИ



ЮРІЙ ЛИПА
ДОКТОР МЕДИЦИННИ

ЛІКИ ПІД НОГАМИ!

ПРО ЛІКУВАННЯ РОСЛИНАМИ

З-ТЕ НЕЗМІНЕНЕ ВИДАННЯ

COPYRIGHT, 1954, BY
"HOWERLA"
All Rights Reserved

Published by
"HOWERLA"
UKRAINIAN BOOK STORE & VARIETIES
41 East 7th Street, New York 3, N. Y.
Tel. GR. 5-0193

1962

ВІД ВИДАВНИЦТВА

Остаточно відшукали ми книжку са. п. Д-ра Ю. Липпі „Люб тід но-
гами”, й дякуємо п. Інж. А. Кущинському (з Парагваю) за поміч.

Щоб було ясно для приятелів (і ворогів) — заявляємо, що передаємо цю, і інші праці Ю. Липпа та других Авторів, лише тому, щоб зберегти їхню духовоу спадщину для майбутніх поколінь.

Малочи на увазі — не „бізнес”, — звертаємо увагу на збереження
змісту, а не форми та „художнього” вигляду; за цю сторінку хай подбають
ті, що мають, аби матимут кращі можливості.

Без огляду на те, що вкладаємо останній сотник, час та труд у видання
(без вигляду матеріальної рекомпенсації), — будемо продовжувати свою
працю, бо віримо, що робимо хосенне, потрібне, я лід оглядом національ-
ного інтересу — зовсім корисне діло.

Ніхто не відтягне нас від цієї праці я труду: ні матеріальні труднощі,
ні „критика” — бо ми працюємо з вірою
у хране завтра своєї нації, яка, напевно, вдачна буде за це, що для неї
збережемо, чи передамо.

Вже бо тепер відчувається брак деяких цінних Зразь, творів, розвідох,
тощо, — а що буде, як ми останемось ще довше в розсіянні я, замість
зберегти, — розгубимо я та, що маємо?

Це моменто нас оправдує, воно додає нам силу і витривалості! На-
ше завдання — це збереження для майбутніх поколінь української нації
саме цих духовних скарбів, що їх безшадно винищує на рідних землях
враг-окупант.

Ми свідомі своєї недосконалості я помізок, до них признаємося, але
я на них учимося, щоб не лише не повторяти, але ще краще я успішніше
працювати для майбутніх поколінь.

Невеликі громади українських ідеалістів-читачів запрошуємо до спів-
праці, до читання та до зберігання рідного слова я книжки, бо віримо,
що час „ізгоїв” таки покінчиться, я мн з чистим обличчям і совістю, —
повернемось до рідних стріх і завашніх мін дорогої і вільної Української
Землі.

За В-во:

Др. М. Сидор Чарторийський

П Е Р Ш А Ч А С Т И Н А

В С Т У П Н I У В А Г I

ЛІКИ ПІД НОГАМИ

Це було в 1919 році. Невеличка українська армія, оточена в Кам'янці па Поділлі з усіх боків більшочиками і поляками, не мала нізвідки помочі. День і ніч відбивалися від ворога частини Директорії, обороняючи свою тимчасову столицю. Надія була, що окремі повстання по цілій Україні сполучатися в одно загальне, і тоді вдастсяся наново здобути обидві столиці України. Треба було б тільки видергати.

Не вистачало харчів, обмаль було амуніції, але з тим ще так-сяк давали раду українські бійці. Найгірше було з ліками. Не було чим лікувати хворих і ранених. Не було чим гальмувати кровотечі, обнижувати гарячку, гоїти запалені кишки і рані.

Військові й цивільні шпиталі були переповнені, але переучені лікарі, сестри і фельдшери не могли хворим багато помогти. Хіба, що вдається трохи забрати медикаментів від ворога, або контрабандою щось прийшло з Заходу. Але цього було мало, незначна кількість ліків не заважувала багато сered загальної біди.

Люди вмирали і недалеко від фронту, і в самому Кам'янці від недостачі найпотрібнішого, — хіни, саліцилю, танині.

А на це не було ради. Батько мій, тоді лікар Воєнного Міністерства, приходив сумний і мовчазний. Дуже часто доводилося тільки безрадно дивитися, як гинуть від пошестей і хвороб найкращі люди.

Україна була тоді блокована з усіх боків — і з заходу, і з сходу, — треба було б самим шукати виходу Та не вдавалося, і багато жертв упало через недостачу ліків.

Чи можна було б лихові запобігти? — нераз питався я себе, дивлячись ка те, що діялося серед моїх товаришів, студентів і військових. Може є щось таке, що б замінило

хіну з далекої Остіндії, або заморські тинктури, або фабричні витвори Заходу? Нехай би замінило хоч частинно, але все ж і це багато б значило.

Після кам'янецької доби немало минуло часу, але все ж пам'ять моя не могла викреслити тих тяжких хвилин, коли лікарі нічим не могли помогти хворим.

По Кам'янці пішов я на медицину.

В тому західно-польському університеті, де я був, викладали науку на звичайній копії: дбали про вишкіл з метою докладного пізначення хвороби; щождо лікування, то воно вважалося ділом легким. Про всі можливості хвороби вже заздалегідь подбала хемічна фабрика, і лікар, записуючи готові мішанки (специфіки) чи легкі до зроблення, був властиво тільки посередником між фабрикою і пацієнтом. Це звалося навчанням лікування.

Саме тоді жив я в одного залізничника і він, коли славував на свою кишкову хворобу, купував якесь зілля, парив, як чай, і так лікувався. Я дивився на те згори, з підсміхом.

Вийшовши з університету, я вже в перших роках практики спостеріг із сумом, що хвороби не так слухаються фабричних добрих ліків, як мені здавалося в університеті. В шпиталі, де я працював, і в славних лікарів, що іх рецепти я оглядав, були свої правильні ступенювання в даванні ліків. Коли така серія ліків не помогала, тоді лікар умивав руки і старався, щоб хворий якось зник з його очей.

Особливо дивна пригода трапилася мені з одним приятелем. Він захворів на кишки, і то на таку хворобу, що швидко сох і став боязкий; йому здавалося, що він — близький смерті. Ми ходили по всяких лікарських славах. Перед тим я говорив йому, що приблизно лікар йому скаже і що запишє з ліків. Так і ставалося. Через те вгадування приятель мені дуже довірився. З другого боку, хвороба не власала, — не помагали ані танині, ані перпарини. Хворий почав просити, щоб я його вирятував.

Отоді згадав я про зілля, що лів мій господар, залізничник. На базарі пізнав я цю рослину і приніс її хворому. Той почав пити зілля, і скоро видужав.

Почав я шукати того, хто добре розуміється на лікувальних рослинах. Доля помогла мені. Якраз коло мене жив старий фармацевт, що об'їздив і Туркестан, і Надволжя, і Україну, і свою Польщу. Був він оцінником при великий гуртовій коморі рослинних лікувальних сирівців. Цей фармацевт написав також не одно про цілющі зела. Зустрічалися ми часто.

Одного разу розповів він про те, що йому трапилося. Це було в 1920 році, коли він іще з двома товаришами втікав через білоруські ліси. Там один з них зранився в ногу, а що глибоко та ще й кров не швидко стиналася, — була халепа з кровотечею. Не було нічого під рукою. Тоді фармацевт-зелознавець нарвав калиточника в лісі, витиснув сік через полотно, дав напитися раненому, і кровотеча спинилася.

— Ви мали ліки — під ногами!

— Ми всі топчемо ліки ногами, — сказав зелознавець, — а шкода, що часто навіть про це не знаємо. Не знають цього, ча жаль, і хворі, і лікарі.

ПОГЛЯД НА ЛІКУВАННЯ РОСЛИНАМИ

Годі власне почав я робити спроби, котрі зела можна було б давати хворим замість фабричних ліків або заморських рослин.

Як лікар для бездомних у великому місті, мав я район на яких 8—12 тисяч бездомних, що жили в міських бараках. На них, головним чином, і робив я спроби, купуючи зела через свого фармацевта-зелознавця:

Уже після 10—15 тисяч спроб можна було знайти з кільканадцять незліх зелолікувальних метод. Спеціально добре були рослинні ліки в хронічних хворобах.

Дуже добре впливали зела на вилікування з артритизму. Нераз бачив я, перебуваючи в українських горах, покорченого артритизмом гудула на тлі розкішних кущів лабазника¹, що може вилікувати його з цього артритизму. Дійсно — мав «ліки під ногами»!

Однак не тільки для немічних хронічнохворих були добре цілющі зела. Своє часу їх потребувало й військо. Власне, пригадав я свої роздумування з Кам'янця в 1919 р., читаючи відповідну лікарську літературу. Спеціально французькі лікарі з минулого століття багато працювали над тим, щоб рідними рослинами заступити заморські сирівці. Іхня література про протигарячкові рослинні ліки найбільша з усіх народів Європи.

Взагалі ж, коли подавав я список лікарських зелознавчих праць при своєму підручнику («Фітотерапія», 1933), то на 200 з чимсь таких праць — 90% були написані французами.

Спонукує їх до тієї праці і любов до рідного краю, і бажання не платити багато грошей за чужоземні рослини, що

¹ *Spirea ulmaria*, лабазник; від цієї рослини, що має в собі рослинний саліциль, пішла назва аспірини.

й дорогі, і нераз фальшовані. Вплинув, мабуть, і досвід бльо-
кади французької Европи Англією за часів Наполеона.

Ми, українці, маємо також свої традиції в лікуванні. Ви-
словив їх найповніше в своїй докторській праці з р. 1888 (пи-
саній по-німецьки) лікар В а с и л ь Д е м и ч , що студіював
у Юрієві (Дорпаті), а походив з Чернігова.

Основною думкою Д е м и ч а є те, що «народна меди-
цина заслуговує на більшу увагу лікарів», бо «має в собі багато
корисних ліків, особливо гірких, пахучих і палючих, нераз на-
віть отрутих рослин».

Демич думає, що «медицина, пересаджена ще в 16-м ст.
з Західної Європи на російський ґрунт, не могла й не може
мати жадного національного ґрунту, — вона служить
тільки великості й багатству Росії і мало дбає про простий
нарід».

Цій бюрократичній медицині Василь Демич протиставить
т. зв. народну медицину, яка є далеко старша; її початок ле-
жить, правдоподібно, в пітьмі передісторичного життя.

Це лікування виросло з місцевої фльори, фавни і релігії,
«коротко кажучи», — пише Демич, — «це результат матеріаль-
ного і духовного життя русинів і воно носить у собі характер
народу».

Ця медицина має добри прикмети, — «народні ліки — дуже
дешеві і всім доступні; уживання їх — дуже зрозуміле і біль-
шість беззастережено вірить у їх вплив. Тут не знайдемо ми
жадних аптек із їх колосальними цінами, жадних зачумлених
шпиталів і т. д. Таке народне лікарство дає цінний матеріял
і для наукової медицини, бо воно повстало виродовж ба-
тьох століть завдяки розумові багатьох міліонів людей. Воно
лише спочиває тепер під гробовою корою забобонів маси. Я роз-
різняю», — каже Демич, — «в народній медицині нозогіні і
негативі (нікідні, нерозумні) сторони, при чому
останні нераз переважають... Лікарі мусять зближуватися, роз-
уміти, не бути «бюрократами». В цей спосіб удастся, може,
лікарям ближче підійти до народу і одночасно здобути його
довірю».

У своїй праці подає Демич опис лише 57 зел, але зате багато
пригадує прізвищ своїх попередників, головно з україн-
ських земель, як Горницький, В е р ж б и ць к и й ,
Ч о л о в с ь к и й або Й С . П а р п у р а , знаний і Т . Ш ев-
ченкові. Всі вони видавали свої підручники зеленікування
в другій і третій четвертіні минулого століття.

Тимчасом лікування рослинами почалося за кілька тисячо-
літь перед ними.

ДАВНЄ РОСЛИННЕ ЛІКУВАННЯ

Відкривання лікувальних рослин ішло одночасно з шуканням іх харчових прикмет. Чималу, мабуть, тут відіграв роль й природний інстинкт знаходження потрібних у хворобі трав. Цей інстинкт і досі мають звірята, навіть домашні, як кіт і пес.

Винахіди лікувальної вартості рослин зроблено переважно в часах ще передісторичних. Потім традиції лікування передавалися з покоління в покоління. За обліком учених усіх лікувальних і лікувально-харчових рослин на світі є понад 13—14 тисяч. З того на наші землі припадає лише кількасот.

В стародавні часи в Європі найбільшим осередком зелолікування був острів Крит і зв'язана з ним егейська культура, що цвіла в 13-му ст. перед Христом. Старогрецька культура виросла з цієї егейської культури і тому перші грецькі підручники лікування, як напр. Гіппократ, Діоскорид, мають уже стару вироблену традицію. Римляни переняли лікування від греків, а в їхніх підручниках на 700 ліків — 600 були самі рослини.

Багато спричинилися до розширення рослинного лікування — араби, що з'явилися в Європі між 7-м і 13-м століттям, якраз, коли так багато значили наші чорноморські народи та східно-середземноморські. Араби, купці й мандрівці, іздили скрізь, були не тільки в нашій Київській державі, але й по Туркестані аж до Китаю, по Ірані аж до Індії, по цілій Північній Америці і по цілому, тоді ще дикому, Заході Європи разом із Скандинавією. Арабські лікарі були славні із свого мистецтва; в їхніх підручниках було до п'ятдесяти тисячі ліків, з того 9/10 рослини.

Від греків і арабів європейська медицина не посунулася далеко. Кожний край тільки доповнював собі своїми місцевими ліками те, чого не було в греко-арабській лікарській традиції. Так повставали різні зільники, т. зв. гербарії, яких не бракувало і в козацькій та гетьманській Україні.

Головною підставою лікування була думка, що в рослинах є т. зв. «життєвова сила» і ця сила витворює лікувальні складні рослини, корисні для живого людського тіла. Тому дослідження ліків пішло в бік виділення з лікувальних рослин тих вартичних складнів. Це вдалося вперше тільки на початку минулого століття. Тоді почали все частіше давати екстракти не з усієї рослини, а її складні — алкальоїди, глюкозиди і т. ін.

Та ось прийшов час, коли хеміки почали пробувати, чи не вдасться штурмом витворити деякі рослинні складні. Так, шукаючи за бутворенням штучної хініки (її досі так і не вда-

лося витворити штучно!), Кнорр у 1883 р. вперше дав новий лік — антипірин, лік, подібний до аспіріну.

Тоді починається розцвіт витворювання штучних (синтетичних) ліків. Він цілком відповідає розцвітові великого капіталу в Європі. Тому, коли ми хочемо собі повно відтворити картину перемоги буржуазно-капіталістичної кляси, то з погляду лікування характеризує цей час — засилля фармацевтичних фабрик.

Внахід антипірину приніс винахідниковій фабриці — ко-
лосальні зиски. Після того нові штучні ліки, т. зв. «специфік»,
росли, як гриби після дощу. Уже в 1907 р. з'являється 700 нових специфіків, а щодалі, то більше. В роках перед 1939 р. —
патентовано по кілька тисяч нових специфіків річно.

То було гульбище наживи, часто нічим не з'язане з головним завданням лікування — помогти людині в стражданні, в хворобі, в біді. Ці всі патентовані специфіки були доступні тільки невеликій частині людей, — найзаможнішим. Бідота і середні кляся мали з того тільки найменш складні, недорогі хемікалії. Такий був інслідок — відкінення лікувальних рослин.

Німеччина стала осередком виробу хемікалій на цілій світ. Фабрики її закидували лікарів пробками і проспектами. Те саме було і в торговельно залежних від Німеччини країнах, як Польща, Чехія, Балканы. Однак, дивна річ — саме там, у Німеччині, лікування специфіками показало себе невистачальним. Ніде нема стільки захарапі-зелознавців, як у Німеччині. Побіч лікарів — вони мали величезний успіх, самі розводили для своєї практики цілі плянтації лікарських рослин. В інших країнах, залитих німецькими специфіками, було те саме. Так, напр., у Варшаві було перед 1939 р. 2½—3 тисячі лікарів і не менш як дві тисячі тайників і явних «чудодійців», що лікували переважно рослинами. Цікаво також, що з усіх мешканців Варшави найбільший прибутковий податок платив такий зелознавець, Войновський, отже і заробіток мав відповідно найбільший з усіх мешканців Варшави.

Французи не прийняли так легко нових хеміческих ліків і французькі лікарі не відкинули старої рослинно-лікувальної традиції, як то зробили німецькі, польські і російські лікарі. Тому у Франції (поза великими містами) не розвинулось рослинне захарапіювання. Там не треба було ворожбитів для того, щоб лікувати рослинами. Лікування рослинами там — у руках лікарів, як і давніше. Те саме осталося і в Англії.

Великою зміною в лікуванні повіяло від реку 1913. Тоді саме відкрито, що це таке вітаміни, і доведено, що без них

повстає немало хвороб. Отже ще раз доведено, що в рослинах, головним місці перебування вітамінів і провітамінів, таки є джерело життєвої сили. Тієї сили фабричні специфіки не можуть заступити. Одночасно відкрито й інші можливості лікування, зв'язані з звірінним світом та людськими соками.

Деякий поворот до рослинного лікування став можливий.

Багато помогла в цьому і т. зв. Велика Війна 1914—1918 рр.

Тоді побачили люди разом із своїми урядами, що в довгій війні треба напружені всі людські сили. А того напруження не буде без відповідного споживання рослин, і лікувальних, і харчомакових. Наступив наглий поворот до рослин, такий знаний в історії під час голода й воєн.

Перша Росія в 1915 р. під проводом князя Ольденбурзького засновує величеську організацію збору, переробки і плекання лікувальних рослин. Майже одночасно повстають подібні організації в Німеччині (Пруссії), а далі в Італії, Британії, Франції. Всі ці організації повстали, щоб приспівити розв'ї рослинного промислу. Тому поки що працювати вони до устійнення рослинного сирівцю (стандартування). Установлено, як має виглядати та чи ця «ліксировина», який має бути смак, запах, який процент домішок, який процент діяльного складня та як має бути паковане. По війні — це устійнено.

Але далеко було ще до нових підстав рослинного лікування.

НОВІ ПІДСТАВИ РОСЛИННОГО ЛІКУВАННЯ

Старі часи передали нам тільки певні традиції в лікуванні. Ці традиції бралися на віру і тепер лише приходить час для вяслення, — як діє та чи інша рослина і чому вона так діє?

Такі досліди тривають довго. Так досліди над рослиною «наперник червоний» (*Digitalis purpurea*) розпочалися в 90-х роках минулого століття; існують спеціальні наукові інститути для його дослідження, а ще й досі наука не сказала останнього слова щодо цієї рослини. Досі ж вийшло кілька десят праць про неї.

А мало є рослин в Європі, так добре досліджених, як наперник. У нас, в самій Україні, треба б було дослідити хоч за 100 лікувальних рослин, коли не всі 250 головних рослин, уживаних у народнім лікуванні. Тимчасом у цілій Європі в останніх двадцяти роках вийшло не більше як кілька соток окремих праць, переважно невеликих і неповних. З того найбільше французьких і німецьких, а найменше советських.

Зате Японія за ці самі роки сама одна дала понад 3000 наукових рослинознавчих праць про лікувальні рослини свого краю.

Чому так важко досліджувати рослини? Тому, що іх будова дуже складна: кожна рослина — це живий організм, що, як і людина, має свої нерви, судини, дихальця і серце. Жива рослина є інша, інша є сила засушеній, неживої рослини. Тому її сік рослини, як і кров звірінні, інакшій живий, а інакшій засушеній або сферментований.

Головне завдання сучасного лікування рослинами — це дати хворому якнайменш змінену живу рослину, чи то її сік. Сучасний хемік не старається розкладати рослину на її складні, а навпаки, зберегти її будову. Адже рослина сама буде із мало зложених підстав, як вода і вугляння кислота, — дуже складні молекулярні будівлі, наладовані енергією. Отже, витворює з енергії слабого напруження — енергію значно вищого напруження. А ця енергія — близчча до енергії людського тіла, як хемічні специфіки-синтези.

Пам'ятаймо також, що рослини витворюють вітаміни, що без них людина не може ані жити, ані рости й розвиватися.

Вітаміни зросту »А« є в листках зелі і в городні та фруктах, які забарвлені червоном або помаранчово, от як помідори, дерен (кізил), шипшина, глід, хурма, червоний перець.

Вітаміни проти нервових хвороб і протиневралгії — »В«, »В₁« та фітини є в рослинних зернах та насінні, особливо в вісівках.

Протискорбутові (протицинкові) вітаміни »С« є майже в усіх свіжих фруктах та городні. Один із важливих пунктів вивозу Угорщини — є вивіз овочів шипшини, з якої найлегше видобути цю вітаміну.

Пригадаймо також і про вітаміну »Е«, таку важну при безплідності або й скиданні плоду в жінки. Ця вітаміна є переважно в насінні, що кільчиться.

Як бачимо, рослини близькі своїм життям до самого процесу життя в людині.

Тому її людське тіло легше сприймає рослинні соки, бо вони більші до його природи, як чисті хемічні сполуки. Коли танині або саліциль є в рослині, вони не дають побічних ущербків, як то буває з фабричним саліцилем чи таниніою.

Отже з того виникає, що головна прикмета сучасного лікування рослинами — є в тому, щоб стосувати всі складні рослини, і то по можливості в стані, зближеному до свіжої рослини. На

це існує спеціальна техніка стабілізації (парою алькоголю під тисненням у спеціальному автокляві).

А втім, докладніша стабілізація рослин, приготування соків і відповідних мішанин, — це ще має перед собою велику будучину.

Новітнє рослинне лічництво народилося не відразу. Роздумування над вартістю ліків-специфіків привели спочатку віднайтих хеміків-фармацевтів до смутного висліду.

Власне, такий хемік, велетень фармації, проф. Чірх (Tschirch) у своїй промові на з'їзді в 1909 р. так висловився про будучину рослинних ліків:

«Тепер можемо бути певні, що колись медицина вернеться ще охочіш, ніж нині, до рослинних сирівців. Власне тоді, коли ґрунтовно попсує собі шунок на специфіках хемічної синтези та випробує всі органи звірячого тіла. Тоді вернеться медицина до найдавніших ліків людства, до рослин, що їх уживання спирається на досвід тисячоліть. Інша річ, що не буде на них дивитися так наївно, як за давнього Бавилону, за часів Галена або ще, навіть, у 15 ст.».

Про причини відродження рослинного лікування говорить і друге світило фармації, француз, проф. Пік - у 1923 р. Головна річ, — каже він, — що фармацевтична техніка тепер може стабілізувати рослину, а не так, як досі, лише її якість первень. Крім того, з'явилася й більше обсерваторів і дослідників, які не відносяться з погордою до рослин.

Як бачимо, серед самих хеміків-фармацевтів отверезіння й зацікавлення прийшло з цілком логічних, наукових роздумувань. Серед лікарів це приходило з більшими труднощами.

Для лікарів узагалі вже від часів війни 1914—1918 рр. стала доба перебудови цілого їхнього світогляду. Може найсильніша ідеологічно група європейських лікарів висунула т. зв. біологічний світогляд.

Досі, як твердять вони, були завжди два напрями в медицині і звідти повставали розбіжності і т. зв. кризи в медицині.

Один напрям був чисто матеріалістичний, він ішов тільки від реального факту до реального факту і в своїх твердженнях спирається тільки, властиво, на поодинокі факти.

Другий напрям, ідеалістичний, шукав завжди за доцільністю цілого лічництва, і творив т. зв. ідеологічні підстави (як, напр., «клітинна» чи «гуморальна» теорії і т. д.).

Біологічний світогляд приймає, однак, і другий напрям, стараючись їх сполучити в одну гармонійну цілість. Хвороба, кажуть лікарі-біологи, то тільки ушербкове, недозер-

шене життя (*vita laesa*): що ж є істотою життя, ми не знаємо, отже покиньмо суперечки про те, яку ідеологію дати медицині. Помагаймо!

Помагати треба, звідки б та поміч не прийшла. Жадного ліку, який хоч раз поміг хворому, лікар не сміє відкинути без попереднього чесного досліду.

Так само підставною думкою цього світогляду є думка ще батька медицини, Гіппократа, що лікування — це тільки доповнення до способу життя. Обов'язок лікаря — так покермувати життям пацієнта, щоб воно стало більш довершеним, а відійшло від недовершеного життя — хвороби.

Велику вагу прикладає цей світогляд до зasadничого здоров'я родини, роду і цілого великого Роду, породи людини. А звідти через ці ступені — й цілого людства.

Цей світогляд издається якраз для молодих народів, які мусять боротися б і о л о г і ч н о за своє місце під сонцем. Для сили нашого Роду і його здоров'я — потрібні всі засоби.

Спеціально рослинне лічництво близьке українцям. З усіх народів південно-західної Європи — українці мають найглибші традиції рослинного лікування.

УКРАЇНСЬКІ ТРАДИЦІЇ

Харчосмакові рослини і цілющі рослини плекано від найдавніших часів разом. А втім, багато рослин є одночасно і лічниці, і харчосмакові, як м'ята, квасоля, часник. Деякі стали тепер тільки лічниці, як зілля «борщ», — хоч колись воно було підставою борщу.

Тому, коли маємо якісь відомості про городні рослини на наших землях, то можемо бути певні, що вони були однаково і харчосмакові, і лікувальні рослини.

Перші згадки про плекання рослин в Україні знаходимо ще в Геродота, отже дві тисячі п'ятсот літ тому. Городні рослини, як цибулю тощо, вирощували орачі-алазони на Правобережжі. Це плекання сягало ще далі, аж до часів колонізації наших земель передньоазійською, месопотамською расою перед 4—5 тисячами літ.

У великоукраїнську добу знаходимо згадки про Лаврівські городи та городників, що садили квасолю, цибулю, часник та цілющі зела.

Городництво Великого Києва було дуже розвинене, бо знаходимо згадки про те, як в 11-му столітті переношено гордівлю деяких рослин з двору Великого Князя на двори польських королів та німецьких князів.

З гетьманських традицій треба згадати одну з перших державних українських аптек, заложену в Лубнях, правдоподібно за гетьмана Івана Мазепи. Лубні осталися й досі з'єднані з традицією годівлі лікувальних рослин. Ще перед війною 1914—1918 рр. збереглися там гуртові комори, куди селяни привозили колись сушене зілля із своїх плянтаций. Під Лубнями збереглися й деякі старі наїви місцевостей, як «Ботанічна Левада» і т. ін.

Під радянською владою не загасли ці стародавні традиції. Лубень. Коли Москва, бажаючи здобути якнайбільше закордонної валюти, почала експортувати м. ін. і «ліксировину», то це й не дуже вдалося розвинути. З погляду безсторонніх чужоземних глядачів-фахівців з «усіх советських здобутків у цій ділянці заслуговують на увагу тільки здобутки Лубенської Довгідної Станції лікувальних рослин в Україні, особливо в селекції перцевої м'яти і ляванди».

На деяку увагу заслуговують праці, подібні до праць Лубенської станції, що іх перепроваджували фахівці на Харківщині та на берегах Чорного моря, головним чином в Одесі.

Та це все праці, які підготовлюють (селекціонують і устійнюють) рослинну сировину. До опакування й стосування в лічництві рослин, як ціlosti, треба важкої праці цілих поколінь відданіх дослідників.

Тут мусимо відділити працю вчених дослідників від праці звичайних збирачів, головно т. зв. народного лічництва та його поширення.

Збирання народних лічничих традицій почалося в нас уже віддавна, різні писані зільники й гербарії були в нас дуже популярні ще за козацьких часів (знайдено сліди цього і в «Штоденнику Марковича»). Початком нової традиції треба вважати праці перших українських лікарів-універсантів з кінця 18-го ст., як, напр., деякі праці знаного лікаря Кавунника - Еланського.

Від того часу маємо багато праць. Дослідники, як добрі робітники, зносили з цілої української землі — цеголки, скарби, народні рослинні ліки. На цих цеглинках можна буде збудувати велику будівлю українського лічництва.

Досліджено українське народне лічництво за окремими землями. Вистачить назвати для Полтавщини Августиновича (1853, Київ), П. Гавсевича (1912—13, Лубні), Н. Монтеверде (1916, Петроград), І. Павловського (1915, Полтава); для Київщини — Т. Верхбіцького (1867, Київ), там теж вийшла капітальна праця, двотомовий ви-

слід систематизації лікаря й природника л. з. «Зільник і народні ліки» Б. Горецького і Вілька (1885, Київ); на Чорноморських берегах обробляли матеріали до рослинно-лічництва — В. Гомилевський (1916, Симферополь), Тесля (1916, Сухум), В. Корнев і Г. Купріянов (1917, Ялта) та В. Любименко й В. Маркович. Досліджено зокрема й Карпати («Гуцульщина» В. Шухевича) й Харківщину, Чернігівщину, Донщину.

Врешті, українська лічнича рослинність багато була зачеплена в відповідних ділянках праць ВУАН, особливо в перших роках її діяльності. Туди треба віднести й праці, що обіймали цілу лічничу рослинність т. зв. УРСР.

Перші праці збирачів, особливо лікарів, виходили в латинській мові, як С. Пэрпурі з 1830 р.; деякі, як чернігівця В. Демича (1888, Дорпат) та лівобережця Гайдича (1778, Ляйпциг), були писані німецькою мовою. Більшість зі зрозумілих причин видавано російською мовою. Серією видань українською мовою розпочинає книжка Д. Максименка «Лікарські й пауччі рослини», що вийшла в Полтаві в 1918 р., за часів Української Держави.

Від того часу з'являються головно в Галчині поважні популлярні праці, що з них на перше місце треба поставити книжку Теодора Панича (Лічничі рослини, Львів 1924).

Жнива збирачів і популяризаторів народного рослинного лікування — значні, як мало в котрого європейського народу. Тяжче стойти справа з науковим оволодінням цього матеріялу. Адже треба кожну народку вказівку сконтролювати, кожний традиційний звичай зглибити. Нічого не вільно висміяти чи не розумно відкинути, не вжившись у людей і їх оточення.

Обережність і пошана в оцінці своєї народної лічничої культури були завжди притаманою великих націй світу. Вони на цьому нічого не втрачають, а тільки здобувають.

Візьмім такий приклад. Бідніша людність великих міст давно лікувала т. зв. курячу сліпоту, яка повстає на тлі сильної анемії, — споживанням печінки, і то, оскільки можливо, напівсирої. Про цей «смішний лік» писав у минулім столітті російський лікарський часопис «Врач із підсміхом», — от, мовляв, темні, нерозумні люди з передмістя Петербурга чи Києва лікують очі чуданським способом. Тимчасом два американські лікарі почали досліджувати вплив сирої й напівсирої печінки на анемію (недокрів'я) і відкрили, що вона добра в лікуванні. Обидва лікарі за це дістали в 1926 році всесвітню нагороду Нобеля, бо їхній винахід-спостереження корисне для всього світу.

Цікаві сучасні досліди над «сауною», фінською парнею. Цих парень є в сім'ї Фінляндії пів мільона і кожен, хоч найбідніший, фін має в себе вдома свою «сауну». Пару там здобувають просто; поливають водою розпечено на вогні каміння, уламки граніту. Отже теперішні спостереження (Mick, 1940) відкрили, що з такого розпеченої граніту виходить еманація радію (граніт з усього каміння має в собі найбільшу кількість урану й тору). Тому ті парні так добре впливають на фінів. У сучасній Німеччині міністер здоров'я спеціально заохочував до будови таких «саун» скрізь для оздоровлення населення.

Візьмім і простіший приклад корисності дослідів народного лічництва. В 1914—1916 рр. царська Росія втратила багато ліків, які приходили з закордону. Особливо дошкульно бракувало *«Hydrastis*, зілля, що приходило з Канади і гальмувало кровотечі. По спеціальніх дослідах порадив учений Кравков, щоб узяти замість заморського гідрастісу свій звичайнісенький «водяний перець» (дрясень гірчак), уживаний всякими бабами-шептухами і ворожбитами. Що ж, місцеве зілля заступило заморське та осталося в списі європейських наукових ліків. Можна сказати, що зробило карієру і «вийшло в людік», — не так, як багато інших рідних рослин.

Українські дослідники-лікарі були нераз більше знані серед чужинців, як у нас. Такий доктор Денисенко жив у Парижі і досліджував вплив зелемозню (*Chlidonium*) на лікування рака. Про його праці знає більше Німеччина (там виробляють впорски цього зілля) або Франція чи Росія, як Україна.

Однак, принаймні добре, що про його працю впродовж останніх тридцяти літ ще не забули, зате забуто працю лікаря Протопопова з Донщини про одне лівденно-українське насерцеве зілля (1900, Петербург). Тільки випадково зустрівся я з цим зіллям, досліджуючи «цилющу травичку», що й за дуже дорогу ціну продавав один варшавський ворожбит. Той ворожбит використав працю Протопопова.

В останніх часах треба було б створити спеціальний дослідний інститут лікарських рослин. Тоді в справі лікування буде довершено те, що має бути довершено в усіх ділянках української культури, — зосередження й мобілізації культурних цінностей краю й народу.

Ч А С Т И Н А Д Р У Г А

ДОМАШНЄ ЛІКУВАННЯ

ДОМАШНЄ ЛІКУВАННЯ

Домашнє лікування існуватиме так довго, як довго буде людство і хвора людина. Навіть у найбільш культурних пацієнтів по повороті від лікаря з'являється думка: правда, що курація лікаря зовсім добра, але чи не придалося б зробити до тієї курації деяку правку, доповнення або зміну? Власне на цьому бажанні доповнити звичайний спосіб лікування так, щоб він більше пасував до особи хворого, і полягає домашнє лікування там, де є добри лікарі.

Що ж казати про ролю домашнього лікування там, де нема лікарів або їх обмаль? Там воно стає дуже важним проявом людського життя. До знавців такого лікування звертаються під натиском біди нераз і дуже освічені люди, а навіть, признаймо це, і самі тяжко хворі лікарі.

Лікувачі в такому лікуванні мають нераз кориснішу позицію, як самі лікарі. Передовсім, можуть давати дуже не-приємні ліки і вживати досить ризикових заходів. Так напр., знаю про те, як, зав'язавши очі молодій особі, що сліпла, та погрозивши смертю, ворожбіт вистрілив над її ухом. Струс привернув зір хворому, який сліпнув мабуть на гістеричному тлі.

Зважмо, як лікувачі вміють лікувати в домашньому лікуванні і дуже несмачними ліками, яких не поважиться дати лікар.

Не один раз лікарі опускають руки перед надкислиністю шлунку. Безконечна печін докучає також і самому хворому. Тоді він звертається за помічю до ворожбита і там дістає такий припіс: «Візьми свіжу, необірану рожеву картоплю, протри на терці кілька картоплин, витисни через чисту ганчірку сік і пий 2–3 рази денно чверть — пів склянки по їжі. Печін зникає напевне, навіть у найзатверділіших випадках». Оскільки, додаймо, хворий витримає нужденно прикрій смак ліку.

Деякі дивні ліки домашнього лікування, то тільки замасковані першорядні ліки офіційальної медицини, як от, напр., було з заживанням півсирої печінки під час 'недокрів'я.

Розглянемо, наприклад, найновіші лічниці досвіди в хворобі заникання м'язів на тлі нервової дистрофії. Найновіший винахід у цій повільній і тяжкій хворобі — це давання дорогого специфіку «глікоколю». Тимчасом віддавна в нас у чорноморських містах поручувано при всіх заниках м'язів давати якнайбільше «холодців» з телячих ніжок і риб. Тепер вияснюються, що власне желятина заступає «глікоколь» у цій хворобі.

Прикладів таких ліків можна давати багато і треба признати, що нераз ці ліки в моїй практиці я мусів призвати за доцільні. Скажім, при затроенні чимось з'їдженім, поки я прийшов із заміром полоскання шлунку й апоморфіною, — хворий уже встиг сам викликати рвоти (блюмоти), заживши 1—2 столові ложки звичайної солі або 1—2 чайні ложки муштарди (не гірчиці!) і випивши до того 6—8 склянок води.

Не треба забувати, що бувають і гірші наслідки з домашнім лікуванням, — напр., коли родина дасть хворому на груди баньки і приспішить кровотечу з легень, бо дасть ті баньки при творенні каверн у туберкульозного хворого.

Тому, коли річ іде про домашнє лікування, то його, з одного боку, треба прийняти до української культури, а з другого боку, до деякої міри знормалізувати так, щоб воно не чинило шкоди у здоров'ї населення.

В першій мірі до того покликані лікарі, зичливі для цієї помічної галузі лічництва, а одночасно такі, що пам'ятають про добро загалу.

Найліпше було б, щоб кожний з таких лічників перейшов відповідну, хоч би й недовгу, школу, скажім, кількатижневі курси, — «курси швидкого рятівництва», «курси збирання й сушення рослин», або «курси зелознавства» чи «курси масажу й природолічництва». Коли не курси, то принаймні одноразова лікарська контроля здібностей даної особи — буде б вказана.

Власне трохи мінімальних відомостей з рослиннознавства подаємо понижче. Відомості ці — тільки домовнення і певне систематизування того, що лічник може собі придбати, пізнаючи природу зблизька та студіюючи відповідну літературу. Під рукою сучасний український лікувач може мати: 1) «Цілющі рослини» проф. д-ра Івана Раковського. Krakів, 1942 р.; 2) «Хвороби нирок і лікування зелами» д-ра Е. Ваєтина, кого, Львів, 1938; 3) «Лічниці рослин», підручник для збирачів Теодора Панича, Львів, 1924.

СУШЕННЯ Й ЗБИРАННЯ РОСЛИН

Сушення й збирання рослин, це не проста річ. Звичайно це називають зелярським промислом. А тимчасом, як раз тут треба мати багато більше, як звичайну, промислову техніку. Повинно бути те, що звemo «робота з душою»: треба любити природу й рослини треба відчувати рослину, як живу істоту. Рослини мають у собі прикмети, що їх зближують до нашого людського життя. Голод, хвороби, дивні зміни панують і в них, так як у людей.

Так, як і люди, вони підлягають впливам сонця й місяця. Хто знає, може й мали давні зелярі підставу твердити, що ніт і всю рослину (надземну) треба завжди збирати перед повнею місяця (якихсь 3—6 днів) або остаточно в день повні? Бо ніби місяць у повні викликає приплив соків у надземних частинах рослин. Наїпаки, підземні частини рослин мають бути більш соковиті при убуванні місяця. В кожному разі, найновіші досліди над зростом грибів довели, що гриби ростуть швидше, як місяць є в повні.

Треба не тільки відчувати і знати рослини, що їх збираємо, — треба мати добру знайомість і відчуття ґрунту, сколіці, де їх збиремо. Українські грунти ще замало обслідувані і ховають у собі багато несподіванок. Залізисті, сірчані, навіть радоносні джерела у нас можна зустріти скрізь від Майдану по Буркут і від Горині по Хопер.

Найбільшою помилкою було б зодиороднювати збирачів лікарських рослин і робити з цього фах. Там повинні бути передовім люди, закохані в свою місцевість /люди, що з любов'ю збираютъ рослины, найквартісніші в тій околиці/. Ці люди можуть бути з найрізноманітніших фахів, але головним їхнім окресленням може бути одно: щоб вони любили, розуміли і вміли збирати лікарські рослини своєї сколіці.

Так само дуже небезпечно було б поставити справу збирання і приготування рослин у площину трошкового думання (Гелліенкен). Навіть частинно так поставлена справа обезцінить і загирить цілий задум. Збирати рослини для помочі людям — це акт творчий і національно, і вселюдсько. Хто знає, чи не найбільше до того надавалися б передовім українські чи то християнські організації, — може рід братства при окремих церквах, може чернеці ордени. Чейже буде вже колись староруські й козацькі монастирі пресвітниками в цій діянності? Західно-українські Василівки, Київська Лавра доховали зелярські традиції як до часу большевицької незд.

Не урядовці, не обіжники і т. п. папери розвинуть рослинне збирання й лічництво, а живі духом люди, що працюватимуть для своїх хворих братів. Тільки самодіяльність може бути змістом цієї благородної ділянки української культури.

По цих вступних увагах про загальний стан і про саму ідею рослинного лікування перейдім до важніших вказівок щодо сущення й збирання рослин.

Почнем від кількох спеціальних уваг.

1) Збирання отрутих рослин, таких, як наперсник, як горицвіт, як дівдерев, як пізоцвіт та інші, вимагає спеціальної обережності. Треба збирати такі рослини завжди окремо, так само сушити й переховувати окремо від інших лічничих рослин. Під час їх збирання не вільно торкатися руками очей чи уст. Усунути дітей від близькості до цих рослин. По отрутних рослинах завжди мити руки.

2) Ніколи не мішати рослини, хочби її з однаковим лічницьким призначенням. Не вільно мішати навіть частин тієї самої рослини, напр. листя й коріння лікарської мальви. На кожнім пакунку з зібраною рослиною мусить бути виразкий напис (найдавніше на привішенні етикетці), який визначає цю рослину.

3) В своїй ділянці збирання, в своїй околиці треба шанувати стан лікувальних рослин. Не витереблювати безглуздим поспіхом, «не голити свого кутка», як кажуть збирачі. Натуральне джерело здоров'я не сміє всохнути, а повинно вистачити на дальші роки. Однорічні рослини в кількох при-мірниках зставляти на розсів і не зривати. Коли вирвалося неоптимально коріння чи цибульку рослини, — законати назад у ґрунті. Збираючи з дерева, ощаджувати його, не обламувати, не ранити. Шанувати рослини.

Коли збирати лікувальні рослини? Найкраще зранку по росі, старим звичаєм, поки ще сонце не припікає. Половудні рослини не такі сильні, як твердить народна мудрість, та їх треба встигнути їх сушити.

Як збирати рослини? Найкраще стинати їх гострим серпом або гострим ножем, заставляючи корінь. Коли рослина двохітня, то вона дасть живіла ще й на другий рік. Збирати треба дорослі, добре розвинені рослини, не рахуючи занадто маліх і зниділіх.

Там, де були штучні погної, краще не збирати рослини. Так само не збирати рослини занадто запиложених; вони хочби як миті, завжди даватимуть каламуть у вапарі.

Коли б треба було збирати ароматичні, пахучі рослини, як полин, крокіс, м'яту, — то завжди варто вибирати рослини на

сухішому каменистому ґрунті і добре насвітлювані сонцем. Ці ж самі рослини на занадто врохайні і погноєні землі мають у собі менше діяльних складнів. Загалом, дики рослини багаті складнями, як сіяні.

Щодо культури рослин і способів їх годівлі (польовий, городничий чи садовий), — це вже спеціальна наука.

Календар збирання лікувальних рослин важко докладно окреслити. Землі українські мають значні кліматичні різниці: Полісся й Покуття, Кубань і Вороніжчина мають відмінні окреслення збору. А єтим, часами вчасніша весна чи зима переosoюють на 1-2 місяці термін життя чи іншої рослини. Календар можна визначити тільки приблизно на деякі рослини.

Для Галичини і віддалі західних земель — найліпший календар збору зложив Теодор Панич у своїй цінній брошурі про «Лічничі рослини» 1924.

Січень—лютий	Коріння:	Цвіти:
Омелі біла	Бузини чорної	Бузини чорної
Сосна живиця	Придорожника (Петрів батіг)	Конвалії масової
Ісландський мох	Свічурника гіркого	Первенця лік.
Вовчинець звич. кора	Шувару	Мачку польового
Береза бруньки	Кора:	Трибарвної фіялки
Березень	Верби	Зело:
	Вовчинця звич.	Горицвіту
Бруньки:	Крушини звич.	Каліточника
Берези	Цвіти:	Кульбаби
Сосни	Конвалії	Трибарвної фіялки
Тополі	Первонця лікарського	Листя:
Коріння:	Фіялки пахучої	Бабки ланцетуватої
Бузини чорної	Зело:	Берези
Придорожника (Петрів батіг)	Горицвіту	Кропива
Свічурника гіркого	Кульбаби	Чарвень
Шувару	Листя:	
Кора:	Берези	Кора:
Вовчинець звич.	Конвалії	Дуба
Квітень	Травень	Крушини звич.
		Цвіти:
Бруньки:	Кора:	Арнізи
Берези	Верби	Бузини чорної
Сосни	Дуба	Деревія кривавника
Тополі	Крушини звич.	Нагідок
		Липи (жінець місяця)

Мачку польового	З е л о:	Солом'янки піскової
Рум'янцю широго	Дряселя гірчака	Трибарвної фіялки
Трибарвної фіялки	Дряселя подорожника	З е л о:
З е л о:	Жарки сердушника	Дряселя подорожника
Дряселя гірчака	Іванка прозірника	Жарких сердушника
Дряселя подорожника	Калиточника	Іванка прозірника
Жарких сердушника	Кильників	Калиточника
Іванка прозірника	Майрану	Кильників
Калиточника	Полину	Полину
Кильників	Росички круглолистої	Трибарвної фіялки
Росички круглолистої	Трибарвної фіялки	Чабрика материнки
Чабрика материнки	Чабрика материнки	Шанти
Шанти	Шанти	Л и с т я:
Л и с т я:	Бабки ланцетуватої	Бабки ланцетуватої
Бабки ланцетуватої	Бібника трилисника	Кропиви
Бібника трилисника	Горіха вол.	М'яти
Горіха вол.	Дурману	Надересника червоного
Кропиви	Кропиви	Ройника
Малини	Мальви лікарської	О в оч і, ягоди:
Мальви лік.	М'яти	Малин
М'яти	Ройника	Чорниць
Чорниць	О в оч і, ягоди:	Н а с і н н я:
	Малини	Ганижу
Липень	Чорниць	Гірчиці
	Н а с і н н я:	Дурману
Ц в і т и:	Кмину	Кміну
Арники	Гнізди:	Кропу
Бузини чорної	Споріній	Нетрушки
Деренія криназника		Гнізди:
Довиня (коров'яка)		П'ядич полевщик
Лиці		Споріній
Мальви лікарської	Ц в і т и:	Хміль шинки цвіту
Мальви рожевої (шток-рози)	Деренія криназника	
Мачку польового	Дінини (коров'яка)	В е р е с е н ь
Нагідок	Мальви лікарської	
Рум'янцю широго	Мальви рожевої	Ц в і т и:
Солом'янки піскової	Матку польового	Деренія криназника
Трибарвної фіялки	Нагідок	Нагідок

Листя:	Свічурникі гіркого	Папороті глисника
Наперсника червоного	Шувару	Свічурника гіркого
Овочі, ягоди:	Інші:	Шувару
Бузини чорної	М'ядвя полешник	Листопад
Крушини тернистої	Хміль шинки цвіту	Коріння:
Ялівцю	Жовтень	Арніки
Насіння:	Овочі, ягоди:	Гав'язу живоцісти
Ганижу	Крушини тернистої	Гребінника
Дурману	Ялівцю	Дягілю
Кропу	Насіння:	Любистку
Петрушки	Кропу	Одолину лікарського
Коріння:	Петрушки	Папороті глисника
Арніки	Коріння:	Свічурника гіркого
Гав'язу-живоцісти	Арніки	Шувару
Гребінника	Гав'язу живоцісти	Інші:
Дягілю	Гребінника	Омела біла
Любистку	Дягілю	Ялівець ягоди
Одолину лікарського	Любистку	Грудень
Папороті глисника	Одолину лікарського	Омела біла
		Ісландський мох

Ціле зело, цілу рослину з листям і квітами збирають рідко. Бо коли рослина викинула всі квіти і зближається до овочування, тоді всі її соки йдуть на користь овочів, листя втрачає запах, а бадилля занадто твердіє.

Ще рідше збирають цілу траву з корінням. Взагалі треба уникати занадто твердих і грубих стеблин. До сушення треба стеблиники порозтінати і цілу рослину очистити.

Насіння лікарських рослин найбільше має в собі діяльних складів. Беремо їх звичайно тоді, як зовсім дозріли, поза маком, що з нього беруть недозрілі маківки. Так само й дуже дрібне насіння, як кріп, кмин, беремо на коротко перед дозріванням, щоб не висипалося.

Коріння найбільше має в собі життєвих сил або весни, як зів'яне рослина, або ще краще напрвесні, як рослина ще не пустила листя. Викопане коріння треба півдико вимити; не вільно його заставляти мокнути. Потрісканого або поламаного коріння не миють, а очищують щіткою. Не треба поспішати з крачням коріння. Плахуче коріння, як напр. півника (косиття), тратить наполовину свій запах від крайби. Сушити коріння найкраще, панизвавши на нитках.

Кору збираємо тільки на весну, саме як дерева й кущі починають пускати соки, і то з галуззя 2- і 3-річного. Несмоклину кору можна збирати і восени, як опадає листя.

Квіти, переважно найбільш вартісні серед лікувальних рослин, дуже нелегко збирати, бо вони легко мнуться, швидко зміняються їх колір і запах. Є три способи збирання квітів: а) збирають тільки верхівлі рослини із переважно ще не зовсім розвиненими квітами, б) збирають цілу квітку, оскільки можливо, з якнайкоротшими хвостиками (або й без шипулок), в) збирають тільки кельюрові пелюстки квітів. Квіти легко загнивають, іх треба з того ж дня сушити, розстеливши на полотні чи папері. Переховувати їх треба в холоднавім і сухім місці, далеко від сонячного проміння, — найкраще в бляшанках. Збираємо квіти на початку квітнення.

Листя збирати треба тоді, як воно саме розвинулося, найкраще перед квітненням рослини. Листя є тоді висушене, коли серединний нерв і прожилки стають крихкі чи ламливі. Листя зривати, не вириваючи рослини з землі, слабше й ущерблене листя зіставляти.

Бруньки (тополі, берези) треба збирати тоді, коли вони ще клейсті й зашашні та не випустили листків. Їх можна сушити на відкритім повітрі. Соснові бруньки брати не довші від 3—4 см завдовжки.

Коли вже рослини зібрани, приходить час їхнього сушення.

Необхідним складнем сушення є сортування рослин. окремо тримаймо всі отрутні рослини і відставмо їх далеко набік.

Всегузаю до сортування є очищення зібраних рослин від зачечинень усякого роду, від недоламків хоч би й тієї самої рослини, від недорослих і погано стягтих рослин.

Пізніше уложить перед собою купку крашого й гіршого рослинного сирівцю (або ж створивши не дві, а три-чотири сорти), і відповідно до того сортувати зібраний матеріал та давати до сушення.

При сортуванні завжди на перше місце треба поставити не так водисті, соковиті примірники, як більш пахучі, більш сухі в смаку, жилясті, сухаві рослини. Не зашкодить відразу пам'ятати, з якого долу чи верху зібрана рослина.

Як сушити лікувальні рослини?

Засади чисто технічні для лічницько-рослинного промислу мусимо залишити великим торговельним підприємствам, які працюють на чисто капіталістичних підставах. тут важне те, що може зробити одиниця простими і машиними засобами.

Сушення спрямлює найбільше клопотів збирачеві рослин. Сушити треба в тіні, бо на сонці багато рослин тратить свій колір і обезцінюються. Взагалі небагато рослин (переважно насіння, коріння) сушиться в сушарках-печах при температурі 50—80° Ц. Великий клопот є з цвітом, що дуже легко пересушується або загниває. Перевертати цвіт не можна, щоб легше сушився, треба його розстеляти на полотні дуже тонким шаром. Цвіт, зложений на купу, впродовж кількох годин «перегрівається», запах гнилтя переходить зіпремі пелюстки, а тоді ввесе збір треба викинути.

Найкраще сушити десь на просторім, сухім горищі, де б не занадто нагрівало сонце, а вітер вільно його провівав. Не можна ніколи сушити рослини на камінні чи цементі або глині, — мусить бути дерев'яна підлога або дошки чи завішено полотно, остаточно папір.

Цвіт треба переховувати в скляних, блящаних або сухих глиняних посудинах, щільно замкнених. Інші частини рослин можна мати в мішках, кулях, скринях, але завжди якнайділі від вогкості. Всі сушені рослини повинні мати свій своєрідний запах, смак і колір.

Збираючи зела, не завжди можна їх буде пізніше сушити з того приводу, що деякі з них по висушенні значно втрачають свої лічнічні прикмети. Це, напр., звичайна кропива, зілля кульбаби, дягилю, лопух, петрушка, зілля колендуру і т. ін.

З них, ще свіжих, добре приготувати квашеники або тривали салатки на зиму. Майже всі вони придадуться в боротьбі із скорбутом (цингою) або зимовим недоживлюванням. Під час війни 1914—1918 рр., а тепер у німецькій державі влади заохочують і популяризують техніку приготування на довше таких рослин.

Друга ділянка, яка зв'язана з сушенням, це ферментаційна заготовка рослин. Справа в тім, щоб приспішити працю ферментів у рослині (листю) і швидко устabilізувати її. Ця досить складна процедура тотожна з тією, що й проробляють над чайним листом. Служить вона покищо дозвитворюванням її зв. краєвих чаїв з листя малини, сунціц тощо. Взагалі ферментаційна метода мало ще випробувана в інших цілях.

Сушені лікувальні рослини треба часто провітрювати; як тільки з'являться іржаві плями, стухлій запах або паразити, — треба викидати їх без вагання. Взагалі сушені рослини не витримують довше, як 1—2 роки, в найкращім перехованні.

ДОМАШНЯ АПТЕЧКА.

Зібравши і висушивши зела, подумаймо, котрі з них на-
даються відразу до домашньої аптечки.

Першим і найбільшим скарбом доброї зелярської аптечки є гарнозасушений цвіт лікувальних рослин. Треба його держати в скляних слойках (баньках) і добре зав'язаний, щоб туди не доходила вогкість. Світло дуже шкодить і змінює цвіт. Ліпше держати його в темнім куті. Щороку цвіт треба змінити; вартість цвіту по річнім зберіганням обнижується до $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$ початкової лічичної вартості. Цвіту не переховується багато в одній посудині (не більше, як 1—2 кг.).

Листя й ціле зілля може бути переховуване і по 15—20 кг. в одній скринці чи мішку. Оскільки можливо, треба занадто пахучі рослини держати не заблизько до інших, бо вони надають сусідам свій запах. Найкраще мати їх герметично замкнені.

Кору добре мати вже роздріблену або в шматочках 3—4-центиметрових завдовжки. Коріння тверде треба мати перепиловане, а більш крихке тримати в цілості. Дерев'яне вугілля берегти від вогкості.

Дуже важно, спеціально в наших часах, мати вже готові протискорбутичні соки (пива чи й вина), а також протигарячкові мішанки в порошку або в сіканці.

Все в аптеці мусить мати свою назву, добре виписану. Ліки сильніші, півторутні повинні бути окремо замкнені.

Як записувати готові сушечі рослини?

Найчастіше записуємо в напарі слабому або міцному та відварі. Слабий напар робимо з чайної ложечки рослини, політої склянкою окропу. Потім зіставляємо на теплі, — але, щоб не кипіло! — і по 15 хвилинах напар готовий. Тільки процідити й давати хворому. Залежно від потреби — 1—2—3 рази денно.

Міцний напар приготовляємо так само, — тільки рослини даемо більше, — 1—2 столові ложки. Напарювати треба в замкненій посудині, і найліпше глиняній, а не металевій.

Відвар робимо в тих самих пропорціях, тільки окропу даемо наполовину більше і варимо, аж цей лишок води википить — 10—20 хвилин. Відвару п'ється звичайно менше, як напару — $\frac{1}{2}$ шклянки 2—3 рази денно.

Часами робимо настій. Заливаємо гарячою водою покраїні коріння чи кору і зіставляємо в замкненій щільно по-

судині на кілька годин (скажім, на ніч). Перед подаванням трохи підігріваємо.

Напари, звичайно, записуємо там, де переважає листя й цвіт. Відвари даємо рідше, — там переважає кора й коріння.

У випадках наглих, як, напр., у кровотечах, даемо ліки частіше і більше, — що 1—2 години.

Дуже добре мати завжди перед очима спis усіх лікувальних рослин власної аптечки.

Найкраще поділити собі ці рослини в списі — на окремі групи: напр., а) проти шлунково-кишкового чищення, й ферментації, б) проти артритизму й ревматизму, в) проти гарячки й малярії, г) проти кровотеч, г) проти хвороб печінки, д) проти нервовости, е) сечогонні, ж) потогонні, з) глистогонні, і) протискорбутичні и) на відкашлювання, к) проти замкнення стільця.

Понижче подаємо групу важніших лікувальних рослин, що могли б стати підставою кожної домашньої аптечки.

(*Тополя*. — *Липа*. — *Свічурник жовтий*. — *Бузина чорна*. — *Сосна*. — *Шувар звичайний*. — *Яловець*. — *Лягиль*. — *Калігочник звичайний*. — *Дрясен гіркий*. — *Чорниця*. — *Крушіна звичайна й терписта*. — *Гаїль живокіст*. — *Подорожник Петрів багіт*. — *Рум'янець щирий*. — *Фіялка трибарана*. — *Полин*. — *Кропива велика*. — *М'ята перцева*. — *Омела біла*. — *Верба*. — *Іванів прозірник*. — *Солом'янка піскова*. — *Споринь*. — *Горицтвіт весняний*. — *Мачок колювий*. — *Вовчинець звичайний*. — *Папороть глисник*).

(Дни, також рослини, що згадуються в розділі «Заглянь і в город»).

ТОПОЛЯ (*Populus nigra*)

Чужинці, йдучі в Україну з Московщини, нераз підкремлювали, що межі України вбачають вони там, де над біленими хатками з'являються перші тополі.

Тополя — улюблене дерево Т. Шевченка; вона осіпівана в Манжури, як символ України, — це хіба найкраще дерево нашого краю.

Чорна тополя, крислатая тополя — осокір, сокорина, ясокір, — то все назви для одного дерева, що різиться від інших тополей (білої, пахучої, піраміdalної, трепетли) своїм трикутним листям без волосків і блискучою зеленністю з обох боків листка. Це — дерево до 30 метрів заввишки, росте на вогких

місцях над берегами рік і на узлісся. Коріння її глибоко входить у землю, стовбур сірavo-бурунавий, — хто в Україні не знає тополі?

В бруньках (пуп'янках) цвітових є важні лічниці складні — галлюсова кислина, популіна, кризина, тектокризина і олійки. Ще важніший головний складень у корі тополі — осокора — глюкозид саліцин. Цей дуже горкий лік в 50—60% заступає хіну. В часах воен і бльокад цього спостереження не вільно не пам'ятати.

Свого часу в Росії і Середушії Европі саліцину вживано часто, особливо при малярії і подібних фебрах. Там власне її є рослинна саліцилова кислиця, не та, що нам дають фабрики, видобувши її з карболової кислинки при перерібці кам'яного вугілля.

Запаси сушеної кори чорної тополі, обіч вербової кори та коріння свічурника лихоманника (*Gentiana*), мусять бути в кожній особі, що лікує, ба! — на мою думку, то й у кожній добрій амбуляторії чи шпиталі.

Це — ті лікі під ногами, які при сучасній (а треба бути певним, і на довго в будучині) будуть заступати нам далеку заморську рослину, цінхону з її продуктом — хініною. Коли ж через ту чи іншу причину підупаде фабрикація саліцилю з кам'яного вугілля, — то заступлять її ці три середники з додатками може ще 1—2 рослин.

Збирати бруньки (цвітові пуп'янки) треба в березні-квітні, поки вони ще кленкі й не розпустилися. Занізно зібрані, вони розпускаються під час сушення й тоді нічого не варти. Сушити їх треба 1—2 місяці, але без спеціальної субtelності, класти шарами до 5 см завширшки, на добре провітрювані горищі; для присліку можна сушити і в грубі (по випеченні хліба), ледве теплій. Ощаджуючи дерево, збираймо бруньки тільки на долішніх гіляках, оминаючи короткі віхи. Збирати тільки великі бруньки.



Бруньки з їх ароматичним запахом йдуть на приготування тополевої масти, яка дає значну полегкість при геморoidalних болях, а також при болячих ранах і вередах.

Дуже міцний настій (залити гарячою водою і залишити $\frac{1}{2}$ —1 добу) бруньок і свіжого молодого листя заспокоює при гістерії й надмірному половому побудженні. П'ється того що 2—3 години столову ложку.

Горілку на свіжих бруньках дають до пиття при скорбуті.

Тополя дає дуже добре дерев'яне вугілля. Це вугілля, потовчене якнайдрібніш, добре давати столовими ложками (в якісі каші чи клею) при здутті живота і затруенні

Але найважіше, що може дати тополя, є в її корі, — там найбільше саліцину. Кору збираємо на весну, поки ще легко відходить.

Тому, що смак кори дуже гіркий, — добре подробивши, варто змішати її з лагіднішими смаково рослинами. Можемо додати березового листя або листя з зеленого букшпану (*Buxus sempervirens*) або рум'янцю чи липового цвіту, — але завжди не більше, як 30—40% цілої ваги мішанки. Перед тим, відварити впрідовж 15—20 хвилин кору, а тоді ще раз запарити з цими рослинами і давати пити: пів склянки 3—4 рази денно. Французи подають кору в порошку і в оплатках, як хіну.

ЛИПА (*Tilia europea*)

Липа дерево — само лічницє і в збирannі лікувальних рослин помічне, — каже народний звичай. За тим звичаєм треба всі вілющі зела викопувати лопатою з липового дерева. З липового чи ні, але щоб не побранити цілющих корінців, ліпше їх, дійсно, викопувати дерев'яною лопатою.

Липа широколиста і дрібнолиста — дерево розложисте і довговічне (живе до 200—300 років), дає головним чином цвіт. Широколиста цвіте звичайнó в половині червня, дрібнолиста на початку липня. Цвіт збирати треба або в кетяжку (з прицвітником) або сам цвіт (тільки квіття). Найліпше тоді, коли в кетяжку більшість квітів, крім одного-двох, уже розквітили. Найшвидший збір при стиранні коротких віт (20—25 см) разом з цвітом до кошиків (ощаджувати дерева) і якнайшвидше пообривати кетяжки. Сушити в купках кілька годин на сонці, а пізніше в тіні. Сушення триває тиждень, обходитися з цвітом треба деликатно. Висушеній цвіт має жовтий колір, — червонавий мало вартий, бо надто пізній. Цвіт сріб-

ної липи, збираний пізніше, має зовсім інший вигляд (як десятирічковий) і слабший лічнико.

Переховувати цвіт липи треба в отільно замкнених дерев'яних скринях.

Липовий цвіт, як головний складень, має ще мало досліджений ароматичний олійок, багато слизі, цукор, танину.

Напар з цвіту (парити, як чай!) має призмети легко насонні й заспокійливі завдяки олійкові і тому нераз його дають у мігрені й нервовості по кілька склянок денно. Так саме на заспокоєння дають і купелі з цвіту, напар з $\frac{1}{2}$ кг на купіль для дорослого.

На поти дається цвіт липи найліпше в мішанці — з ягодами малини (чи барбарису), зіллям таволги та корняками перійки. Можна дати й з самого цвіту — з двох столових ложок на дві склянки окропу, випити на гаряче на ніч.

Молоде листя липове, ви-
сушене, а пізніше напарене
впливає сечогонно і, осолодже-
не, добре надається для ді-
гей.

Кору липи, збирану на весну, добре давати в відвалах (варити з 15—20 хвилин) до обмивання ран і вередів, що гнояться.

Врешті, вугілля з липи, подаване при печії чи злутті в жи-
воті, заспокоює швидко. Даємо в невеликій кількості по ці
чайної ложечки 3—4 рази денно по їжі.



СВІЧУРНИК ЖОВТИЙ ГІРКИЙ (*Gentiana lutea*)

»Відай, пане, ви сходячи з гір, перестудилися«, — сказав мені колись господар-гуцул у залізді в Кутах під Карпатами, — «напийтесь за дві чарки джинджуру: він вижене з вас лихоманку. Тільки уважайте, не скривайтесь, бо це в нас, у Гуцулії, найгіркіше, що маємо до пиття».

Гірський свічурник-лихоманник це дійсно одна з найгір-
кіших многолітніх рослин України, як і всі взагалі свічурники-

генціяни. Головною рослиною з них є свічурник жовтий, або ж товстуха, горечавка, джинджур, соколій перелет, гіркіт.

Найліпші умови для жовтого свічурника — гірські — між 800 до 2500 метрів висоти. Добрий є сибірський жовтий свічурник, в Україні його садили або збирали переважно на валнянім ґрунті. Має корінь до 60 см завдовжки і до 4—6 см завгрубшки. Викопувати корінь найкраще не раніш, як у п'ятирічної рослини, а найкраще,

як має 20—25 літ, тоді він завгрубшки в людський кулак, а навіть плече. Корінь ззовні бурий, всередині — жовтий і запашний.

Стебло виростає до 1½ метра заввишки, гладке, всередині порожнє. Листя має по 5—7 ребер, кошичкувате, попарно обіймає стеблину. Гарний, величенький, золото-жовтий цвіт розцвітає в липні, серпні і виступає китицями понад кожну пару листків від половини стебла вгору. Насіння дрібне лежить в одногнізлій коробочці.

Викопувати коріння жовтого свічурника не легко. Найкраще збирати тоді, як опаде листя восени, — але якраз у той час гори вкриваються снігом. Так само й напролесні. Тому збирати його нераз і влітку.

Можна збирати коріння й не гільки жовтого свічурника, що є найкраще; — але й інше: во цій Україні росте гірка азалия і свічурник (*Gentiana lutea*), знаний під назвою «тирлич-трави», свічурник лихоманник (*Gentiana Oticifolia*), що цвіте синю і є менший. Придається також і багряний свічурник (*Gentiana rugosa*), що цвіте багряним фітом.

Коріння викопується разом з бічницями відногами і ці відноги найбільш надаються до лічницьких цілей. Добре сушений корінь більш ламячиний, інше сушеній можна красти, як віск. До сушки коріння очищається від дрібних корінців і крається на шматки по 2 см завдовжки. Сушити на сонці або в тіні.



Корінь свічурника має в собі глюкозиди, генціну, генціомарин і генціопікрину, якраз ця остання діє вбивчо на мальричні паразити. Інші складні впливають на організм подібно, як хіна, — отже змінюють у меншій кількості шлунок (по 1 граму 3—4 рази денно), в більшій кількості діють протигарячкого (по 3 грами 5—6 раз денно). Добре проти гарячки давати її міцний спиртовий витяг з коріння по малюму келішку 2—4 рази денно.

Про свічурник в сполучі з іншими рослинами сказано в розділі про гарячку.

БУЗИНА ЧОРНА (*Sambucus nigra*)

Бузину хвалив ще Гіппократ († 377 р. перед Хр.) за сечогонні прикмети відвару її коріння і вживав проти пухлини (водянки). Рослина ця хіба одна з найбільш заслужених у лікуванні людей.

Цей знаний кущ нераз 3—5 метрів заввишки, приятель хати, узлісся і річних берегів, — знаний кожному. Любить усі ґрунти і легко дається розмножувати, чи то черенками, чи кореневими порогами.

Чорна бузина цвіте від травня до липня величими кетигами - кружками білого цвіту. Ягоди бузини сковавті, чорнофіолетові.

В бузині все придатється до лікування, а головним чином — коріння, обидві корі, стрижень, цвіт, ягоди. Кора, а особливо коріння має дуже багато бечогонних поташевих сполук.

Чорну бузину треба відрізняти від неї рослини (не куща!) зелистої хобзи (*Sambucus Ebulus*) з гострішим запахом. Листя хобзи пожоване — забарвлює сітину на червону. Ягоди її, подібні до бузинових, тільки з червоним соком, — отрутні. В побізі ціниться її дуже сечогонне коріння.



Збирати цвіт треба погідної денни (ніколи мокрий!) та добре розцвілій. Сушити треба дуже швидко, найліпше розішуюча на шнурках в тіні й на провіні. Колір сухого цвіту повинен бути білоховстий. Зчорнілий цвіт не вартий нічого.

Ягоди збирати в вересні: їх можна сушити або пресувати до соку. Цей сік легко розвільнює. Сушені ягоди в разі потреби відкислюємо й відцукровуємо тим, що виварюємо в воді, 4—5 разів змінюючи воду. Тоді даемо ложечками по їжі — в хронічних тяжких запаленнях шлунку чи дванадцятки, напр. при вередах. Дітям роблять повідла, кисель чи мармеладу із ягід і дають взимку для вітамінів.

Коріння збирати найкраще на весні, висушити і держати в шматочках.

Кору збирати з молодих галузок напрівесні. Спочатку вищирябати ножем сріблисту зовнішню кору, а тоді стягати другу зеленкувату, ликувати кору.

Врешті дуже добрым лічничним матеріалом є й білий стрижень бузинових віт, що виглядає як білява вата. Беремо його з молодих стовбуრів, де стрижень є хоч 2 см завширшки, і краємо на куски по 10 см завдовжки. Стрижені сушити легко, в напарі діє він сечогонно.

Зелені листочки бузини на весні можна давати до напару до весняної протигартретичної курації. Запарювати не багато і пити склянку щодня зрана впродовж місяця.

Та найчастіше вживаний — сушеній цвіт бузини. При початках простуди — треба лягти до ліжка й выпити 3—4 склянки чаю з бузинового квіту, а потім нераз помогуть проти хвороби.

Коріння бузини обіч коріння вовчака належить до найсильніших сечогонних рослин в Україні. Відвар з 3—4 чайних ложечок краяного коріння на 2—3 склянки води давати випити впродовж дня хворім, які хворують на хронічні ниркові запалення чи на водянку (пухливу). Курацію треба провадити впродовж 6—10 днів. Дехто робить з коріння настій тривалий і дає пити столовими ложками, французи радять настій на білім вині. Найліпше діє свіжий сік із м'ясомини коріння, — вистачає 2—3 чайні ложечки на день.

Кору відварюють, найліпше в сироватці з молока і дають пити по $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ склянки 2—3 рази денно.

Цвіт бузини можна сполучати з липовим цвітом, кору — з тополевою чи вербовою корою.

СОСНА (*Pinus silvestris*)

Про живицю сосни оговідають нераз лікаві речі. Один священик, в якого починалася грудна хвороба (туберкульоза), вилікувався з неї по трьох місяцях тим, що щодня ходив по лісі і ів свіжу живицю з сосон.

Маймо надію, що він при тому не полсував шлунку. В кожному разі, соснова живиця не є спеціальним ліком проти туберкульози (та досі світ і не знає таких ліків), — вона може тільки помогти в відкашлюванні флегми при грудних хворобах. Треба брати її по $\frac{1}{2}$ чайної ложечки з гарячим молоком три рази денно. Це її буде т. зв. терпентинова курація на 3—4 до 5—6 тижнів. При тім уважати на нирки й шлунок.

Вічнозелене дерево це, заввишки 20—30 метрів, знає кожен в українській землі. Сосна, як і смерека, ялиця та модрина, мають велике значення в народному господарстві, у постачанні деревного оцту, дъогтю, терпентини і т. д. До домашньої аптеки надається тільки живиця та бруньки (пуп'янки).

Збираємо бруньки виключно на бічних галузях, ніколи на верхівлі дерева. Збирати треба в березні — квітні, коли бруньки цілі обліплені живицею і невеликі (1—2 до 3 цм завд.). Не зривати руками, а стинати ножем.

До сушення розстелювати тонким шаром, висушені щільно замикати, — етеричні олійки (25%) легко випаровують: вони мають у собі також багато живиці (до 23%).

Напарювати, як звичайно, легко підварити, додати цукру і давати при простуді горла й дихальць що 2 год. столову ложку. $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ кг бруньок на ванну — при сильнім ревматизмі дає по 5—6-ти купелях значну полегкість. У Німеччині вживають тепер на кашель 10% витягу з бруньок — у впорсках (ін'екція).



ШУВАР ЗВІЧАЙНИЙ (*Acorus Calamus*)

Ця рослина має ще одну назву, як лір, татарак, татарське зілля. Прийшла вона дійсно десь з Азії може за часів Хмельницького чи Сагайдачного.

Рослина ця ще недавно була вихвалювана лікарями під небеса, а за останні 50—60 літ минула її слава, однак не зовсім слушно. Правда, не будемо тепер давати солодкі конфітури (варення) з шувару проти апоплексії, не будемо зміцнювати пам'яті олівою з шуваром.

Однак, деякі рецепти, відомі ще нашим запорожцям, може придатуться, як, напр., компрес, зволожений міцною горілкою і присипаний порошком із сушеною коріння шувару — на поверхні шкірні раби й ведри. Так само донедавна ще (в минулому столітті) над Дніпром так лікували заблукану холеру. Хворому давали що-діві години раз столову ложку відвару з шувару, раз келішок солодкої горілки з половину, одночасно натирали ноги й руки настоєм з гірчиці проти м'язових корчів. Замість води, — давали пити тільки гарячий грот (горілку з цукром).

Будь-що-будь, така курація не відстрашувала хворих.

Але покинуло історію лікування цією рослиною і передім до сучасності.

Шувар росте громадками над берегами українських вод. Кожний знає його яснозелене мечувате листя, що ним умають хату й церкву на Зелені Свята. До лікування береться шуваровий корняк, нераз завдовжки 20—30 см, званий «ягірним коренем» в продажі. Цей «ягірний корінь» треба по висушенні (можна підігрівати) — очистити від верхнього нарости і покраїти в рівні шматочки в цм квадратовий. Сухий корняк повинен мати жовтобілий колір, губчату будову смак гірково-запашний. Викупувати корінь напрочесні або пізньої осені.

Шуварове коріння — приятель людського шлунка; при дуже закоренілій малярії-квартані (коли її хіна не помагає) — варто лавати його в порошку 3—4 до 6 грамів денно.

Нанар шуварового коріння — дві столові ложки на 1½—2 скл. окропу на день, — даємо при катарах шлунку, при анемії й ослабленні кишок. Горілка на шуварі — 1-2 кемпішки завжди добра при шлунково-кишкових епідеміях. При скрофулах у дітей даємо їм конфітури з татараку. Варити, як конфітури з дині.

ЯЛІВЕЦЬ (*Janiperus communis*)

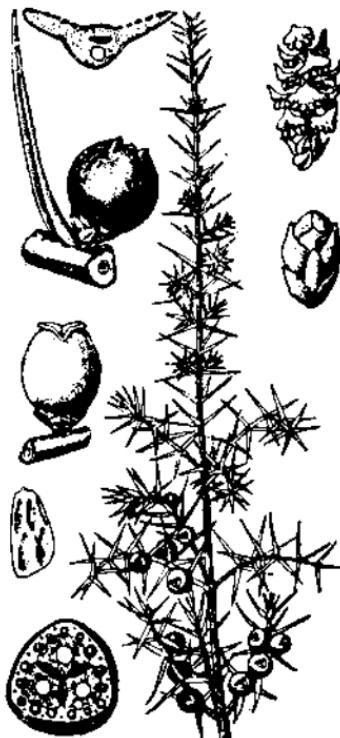
Ялівець — улюблена рослина скандинавських і британських берегів. З нього там роблять багато ліків, про нього оповідають багато легенд. З ягід ялівцю роблять смачні напитки. В ягодах дозрілих і прибитих морозом є до 36% цукру. Місце і тривке шотландське пиво власне й повстає з ферментації цих ягід.

Росте скрізь у гірських місцевостях, у сухих прорубах лісах. Любить пісок. Цвіте в квітні і травні дрібними базиками. Ягоди спочатку зелені, дозрівають на другий рік на осінь. Тоді вони темносині, соковиті.

З ягід робимо лагідний сечогонний сироп для дітей, не-рекладаючи їх цукром, як звичайно ягоди; пити чайну ложечку 3—4 рази в день при слабих нирках. При запаленні нухиря даємо легкий напар з листя сушеної або свіжого. Місці напари дражнять нирки.

При епідеміях — окуюємо запаленими гілляками ялів'ю заменшкої житла.

Від нього відрізняємо теж кущ, **хозацький ялі-**



в е ц ь (*Jupíeris Sabína*), що має далеко дрібніші і м'які листочки, які заходять на себе, як у туї або кипариса. Крім того, увеє кущ має сильний, дуже неприємний запах. Ця рослина отруйна, росте вона головним чином на півдні України.

ДЯГІЛЬ (*Archangelica officinalis*)

Дягіль — улюблена рослина шведів. Для них весна починається тоді, як можуть закоштувати своєї укоханої салатки із свіжопорослого дягілю. Має він у собі дуже приемний і освіжуючий запах. Треба признати, що й до горілок нема кращої заправи, як насіння або коріння дягілю.



Дягіль звичайний або лікарський відрізняємо від лісового дягілю, який є далеко менший і дрібніший і має більше, але менше запашне коріння. Дягіль звичайний треба плекати в городі; поза городом зустрічається він тільки як здичілий. Це висока (до 200 см) трилітня рослина з дудчатим стеблом, дрібним білим цвітом, зібраним парасолькувато. Листя, подвійно пірнатодільне, обімає стебло. Найбільш потрібне коріння (збиране на другу весну чи осінь) та насіння. Листя й тонше стебло можна збирати додатково. Коріння крається дрібно і сушиться в ходжі. Переховувати — щільно замкнене.

Дягіль додаємо передовсім смаково до більшості рослинних мішанок. Напар із коріння, питий по кожній іжі, помогає травленню, зміцнює, а також заспокоює, бо в корінні є валеріанова кислина.

КАЛИТОЧНИК ЗВИЧАЙНИЙ (*Capsella Bursa-pastoris*)

Ця скромненька однолітня рослина — то в кровотечах приятель людини, не менший, як «водяний перець».

Калиточник любить не так береги потічків, як поля й смітники, і тим кращий у лікуванні, чим він сухіший і мізерніший на вигляд. Пізнати рослину легко. На своїм стеблі (10—60 см) має він на тонких ніжках рясно причеплені маленькі капшушки. Це надає рослині дуже своєрідний характер. Недарма по-російськи звуться вона «чабанський капшук», а по-латині «капшук пастора».

Калиточник — однолітня рослина, має листки при підставі, як розетка, трикутні, — листки при стеблі вузькі й стрільчаті. Цвіт білий і дрібний, укладений щитком, що видовжується при квітенні. В стручках — «калитках» багато червонуватих зернят, що мають у собі олійкуватий сік. Цей сік — найважніший у рослині. Сущити й майже не оплатиться, забагато втрачає лічничих складнів.

Сік, або екстракт, даємо по 40—50 крапель (пів чайної ложечки) кілька разів денно. Головна ділянка вживання — неправильні жіночі кривавлення. Є певні дані, що власне цю рослину, обіч дрясну-гірчака, стосували в ліченні гемофілії останнього царенка.

ДРЯСЕН ГІРЧАК (*Polygonum hydropiper*)

Це було на Бойківщині влітку. Саме там під час своїх блукань натрапив я на нещасливу жінку, що в неї місячне кривавлення продовжилося і вже тривало більше, як два тижні. Кривавлення дуже й змучило. Недалеко від того дому, де лежала хвора, бігло багато потічків, а над тими потічками росло низьке зілля. Селяни звали його «водяним перцем» — воно ціло рожево і на його вузьких простих листочках по самій середині були темні, нераз серцевидні, плямки. Сmak воно мало пекучий і неприємний.

Зараз можна було взятись до діла, — оберемок «водяного перцю», перемелений і витиснений, дав. $\frac{1}{4}$, склянки сві-





ЧОРНИЦЯ (*Vaccinium Myrtillus*)

Ягоди чорниці щораз більше починають цікавити сучасних дослідників. Останні досліди довели, що відвар з них ягід забиває без остатку бактерії черевного тифу.

Чорниця (афіна, борівка) росте кущиками до 30—40 см заввишки, головно в північній і середній Україні. Збираємо листя в червні і сушимо в тіні. Ягід треба зібрати якнайбільше, — вони придадуться завжди в лікуванні. Сушимо ягоди в штучному теплі, уважаючи, щоб не припалити.

При всіх чищеннях, як ферментаційних, так і заразних — завжди вказаний міцний відвар із сухих ягід

жого соку. До того додалось якогось сиропу і щопівгодини хвора пила цього добрий ковток. На вечір кровотеча минула.

Стебло дрясну пере- важно лежаче, завдовжки 20—30 см. Листочки лацетуваті. Колоски цвіту пониклі, не рясні. Цвіте він у липні, серпні. Висушеній (найліпше в холодку) багато втрачає лічіальної сили.

Сік з надземної частини або й відвар із висушененої — дуже добре стримує кровотечі з грудей, пухиря, гемороїдів. Сік даємо чайни- ми ложечками аж до висліду.



чорниці (две столові ложки на 1%, скл., пить 1—2 рази денно).

Чорниця затримує кишкові кровотечі; при кровоточивих гемороїдах — добре давати левативу (клізму) 1—2 рази на добу.

КРУШИНА ЗВИЧАЙНА І ТЕРНИСТА

(*Rhamnus Frangula et Rk. cathartica*)

Для осіб до 40—45 літ рослина мало потрібна, але коли прийде ця пора, коли кишки лінівіші, а людина фізично менш рухлива, тоді варто собі пригадати цю рослину. Це приятель, що забезпечує людину від затруєння лінівим травленням. З одного боку, вона нешкільива і сучасники дозволяють давати її навіть жінкам під час вагітності. З другого боку, коли людина є зноровила собі кишок всякими заморськими чудами (сенною і т. ін.), тоді можна нею опанувати кожне лінівство кишок і погане віддавання стільця. Треба тільки вміти комбінувати кору крушини зончаної з іншими рослинами, не забуваючи про ягоди терністої крушини.

Кущ звичайної крушини сягає нераз до 3 метрів. Кора сіро-бура, під сподом жовто-червонава, листя чергове, черещате, зелено-блій цвіт, овочі коробочка дво-трисім'янна, спочатку зелена, далі червона, вкінці чорна.

Збираємо тільки кору на весні, коли вона добре відстає. Краяти в квадратики і сушити в сушарці.

Свіжозібрана кора викликає воніти (рвоту), треба перекати, щоб ферментація в ній закінчилася, — загалом не менше, як два роки. Для приспівшення ферментації тепер сушать її при 100° Ц. Тоді вона є лагідним ліком на прочищення.



Можна давати кору в порошку (пів грама 3 рази денно) або в звичайнім напарі.

Крушина терниста — це кущ або й невелике деревце з на-
протилежними гілляками, що росте в зарослях і хащах. Листя



черещате, насупротивне. Гіл-
ляки покріті сірою або черво-
но-бурою корою і кінчаються
звичайними колючками. Цвіт
дрібний, зеленкавий. Ягоди
бліскучо-чорні, з зеленим м'я-
сивом і чотирма кісточками.
Ягоди дозрівають у вересні
і жовтні.

Із свіжого соку ягід при-
готовляють сироп, витискаючи
їх, а пізніше додаючи цукру
до соку. Так само й сушать
ягоди, а тоді дають у звичай-
них напарах чи відвалах, зав-
жди в мішанці ще з двома-
трема рослинами. Крушина
терниста діє енергічніше від
звичайної.

Даючи одну й другу круши-
ну, треба пам'ятати про попра-
влення їх досить неприємного смаку іншими рослинами, напр.
дягилем, рум'янцем.

ГАВ'Я ЖИВОКІСТ (*Symphytum officinale*)

Як Бог допоможе, то й ця корисна лікувальна рослина,
впроваджена так широко українцем до лічення в Польщі,
звіде не менш широко і до українського лічення.

Має вона кільканадцять відмін, з них яйкраща пишна
відміна т. зв. кавказька, Лепехина. Живокіст годований, як
кори для поросят («Магадор», «Щорстек») дає свинкам швид-
кий зрист і певну відпорність проти епідемій. Коли будемо да-
вати дітям (від року до трьох-п'яти літ) сік із свіжого живо-
кісту, то діти швидше прибувають на світ і добре держаться
серед навали хвороб, які їх звичайно ждуть в оточенні. Пізніш,
сік з живою кістю придається і в дорослім віці.

Ця рослина, що виглядає, як будяк, росте на вогкіх грун-
тах. Щле стебло і листя покріті волосками, листя здолу по-

крите сіткою нервів, держиться стебла півобнято. Цвіт темно-пурпуровий або фіолетовий, правильний, зібраний в однобокі кетяги, обвислий. Цвіте від травня по вересень.

Коріння виколуємо восени, розрізуємо вздовж і сушимо.

В народній медицині вживають відвар з коріння на кашель і розвільнення. Ліпше робити настій з коріння — тоді слизь, яка має важкий складень, що гоїть (алантойну) — виходить у більшій кількості.

Живокосту ліпше не сполучувати з жадним лічницім зіллям, особливо терпким і в'яжучим. Тільки осоложження медом посилює лічниці прикмети такого настою.

Свіжий сік живокосту має в собі другий важкий складень — алькальоїди, що змінюють дитячий організм.

Як відвар з коріння, так і свіжий сік багато можуть помогти в початках туберкульози легенів, а також лагодять туберкульозу кишок.



ПРИДОРОЖНИК ПЕТРІВ БАТИГ (*Cichorium Intybus*)

Ця рослина давно вже стукається до наших городів, а тимчасом розташувалася вздовж доріг та польових стежок. Кореневе листя її — це одна з найсмачніших салат, можна їх також уживати як жовчогонний лік при побільшенні печінки або лінівім стільці. У Франції плекають у городах її салаткову відміну (*Endivie*).

Ця багаторічна рослина має соковите в більшій сік коріння, стебло просте, шаршаво-олосисте, листя ланцетувате з сильним нервом посередині, цвіт синій, зібраний кошичками. Цвіте в червні, липні. Збирають на висушення коріння на весну і збирать коріння до салаток впродовж літа.



В корінні є відживчий складень — інуліна та інші складні — сильно жовчогонні. Добре додавати його до інших жовчогонних рослин та сполучувати це з великою кількістю крушинової корі.

РУМ'ЯНЕЦЬ ЩИРІЙ

(*Matricaria Chamomilla*)

Коли в якісь родині не знають ані одної лічниці рослини, то все ж, коли приде нагода до левативи або до лікування животика в дитині, завжди знайдеться хтось, хто порадить напар з рум'янцю.

Цю однолітню рослину зустрінемо і в городах, і на ріллі. Кожен знає її цвіт — стіжкувати жовтозелена головка, обрамована вінцем білих обвісlyх пелюсток. Головка всередині порожня і дуже пахуча.

Цвіт збиратимемо в червні і липні, найліпше без бильця. Сушити треба в тіні на провіві, а переховувати, як ароматичну рослину, отож шільно замкнену.

Дуже міцний напар рум'янцю добре виливає на біль голови і не один раз може заступити порошок проти мігреня.



Найчастіше вживаємо рум'янцю при здутті і ферментації кишок, а також як складень багатьох рослинних мішанок.

ФІЯЛКА ТРИБАРВНА (*Viola tricolor*)

В російській мові — ці блакитно-жовто-блі квітки звуться »оченятами Анюти«. Але головне їх застосування є не в очих хворобах, а в хронічних недугах перемін матерії.

»Братчики«, »польові братки«, »Іван та Марія« — це все назви одно- і дволітньої рослини, знаної кожному. Рослина нераз з дуже коротким порожнім усередині стеблом (5 до 30 см завдовжки) і тонким, галузистим корінням. Цвіте майже ціле літо, збирати треба цілу надземну частину фіялки. Сушити пов'язану в пучки.

Свіжа рослина має в собі багато сапіцилових сподуків. Міцний напар або й сік свіжої рослини (піти 1-2 келішки денно) — дуже добре впливає при шкірних хворобах на артритичному тлі і взагалі в артритизмі.

Скрофулічним дітям можна зробити із свіжого соку запас сиропу на зиму: він лагідний і помічний.

ПОЛІН (*Artemisia Absinthium*)

Полін має в собі силу нашрого сонця і степу. Його прегарні срібні пірамідки надають степам характер »полінних степів«.

Полін змає кожний українець. Цвіте ця рослина від липня до вересня дрібним жовтим цвітом, зібраним у кошички, в мітелках. Власне, ці мітелки, верхівлі поліну — найліпші до лікувальних цілей. При збиранні уникати занадто грубого стебла. Сушити в холодку.

Полін має одну з найсильніших горкот — абсінтину і олійок, який забиває глисти.





Легкий настій із столової ложки на $1\frac{1}{2}$ —2 склянки окропу добре впливає на травлення та усуває хронічну недомогу слизівки шлунку. Пити треба небагато — 1—2 чайні ложечки 2—3 рази денно і брати не довго, впродовж 2—3 тижнів. Надмірно довге вживання полину викликує болі в долі живота, ослаблення загальне, хворобу нирок і нервів.

Доразово можна взяти полину й більше, і то спеціально на вигін глистів, найліпше пучку спорошкованого зілля полину (2—3 грами) разом з медом чи ічхром зажити, а потім виплити напар з крушини — на очищення.

КРОПИВА ВЕЛИКА (*Urtica dioica*)

Про кропиву, «біц «березової каши», згадують українські старі подістярі, в роді Василя Наріжного, як про педагогічний засіб, а не про лік. Коли ж на селі люди лікують свій задавнений ревматизм (гостець), систематично б'ючи себе жалкою кропивовою, — то це вже незлій лік.

Цієї багаторічної, нераз до 120 см заввишки, рослини трудно не впізнати — вона нагадує про себе жаленням.

Велика кількість крем'янки (сіліцію) в свіжому соку кропиви — це скарб для хворих на туберкульозу, а також для тих, що мають нахил до укритих чи явних кровотеч



в нирках, пухирі, чи в жвалах відходової кишки. Добре впливає сік із кропиви і при надмірних місячних кровотечах у жінок. Даємо того соку по чайній ложечці 4—6 разів денно по їжі. Крім того, радимо їсти молоді вершки кропиви, варені, як борщ. ін як шпинак.

Сушена кропива (листя й цвіт без стебла) добра в напарах, як сечогонний лік і протиковотечний, найліпше в мішанках з іншими відповідними рослинами.

Рідко вживають сушеного коріння кропиви у звичайнім відварі, — проти статевої байдужності. Надто сильний відвар дражнить нирки.

М'ЯТА ПЕРЦЕВА (*Mentha piperita*)

М'ята перцева, хоч належить до наших городів, але ще не прийнята до столу при їжі. Тимчасом в Англії сік з м'яти, пріправи з м'ятою є при кожному обіді, може тому, зрештою, що помагає вона травити м'ясо.

Маймо надію, що колись і в нас буде хоч що другий день на обід м'ясо у українця. Тоді ѹ м'ята разом з іншими пахучими пріправами, як майоран, колендер, зайде своє визначне місце.

Великі плянтації перцевої та зеленої м'яти в Україні та на її межах (Лубні, Єлифань, Богословськ) — належать до визначніших в Європі:

В лісі і в полі зустрінемо кілька відмін м'яти (польова, водяна, блошиниця, лісова, круголиста, кучерявка), — всі вони ростуть дико і надаються до лічницьких цілей в більшій чи меншій мірі. Однак найбільш лічницьких складників має перцева м'ята, що в нас знаходиться тільки по городах або зрідка в здичілім стані.

Багатолітня ця рослина виростає нераз понад метр заввишки. Її стебло чотиригранне, просте, однолітнє. Листки 5—6 см завдовжки, супротивні, черешчаті, подовгасті, згорні



темнозелені, гладкі, здолу ясніші, з рідкими волосками, мають дрібні жовтуваті, олійкові залози. Цвіт темнобагряний або рожевий, виступає базькуватими кетяжками з пазушків листя. М'ята цвіте в червні, липні. Збирати треба листя без чешуків два рази в літі — на початку червня (менший збір) і в кінці серпня (більший збір). Сушки треба в холодку.

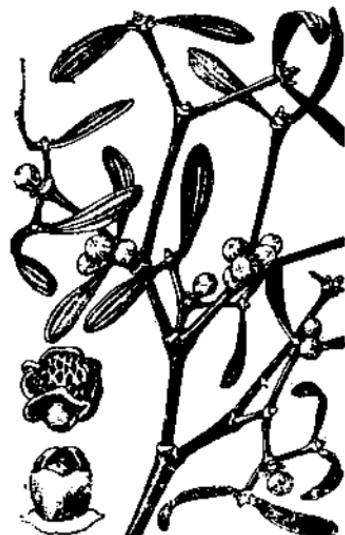
Взагалі смак перцевої м'яти тільки спочатку пекучий, а пізніше стає лагідніший і холодний. Тому часто цей рід м'яти називають «холодною м'ятою».

М'ята — це приятель шкіри і слизівки, а тим самим і всіх чуттєвих нервів.

Внутрішньо даемо легкий напар з м'яти при нахилі до ферментації в шлунку; міцний напар заспокоює й корчеві болі в животі. Даємо цей напар і проти надмірних unctionів (рвот)

Зовнішньо компреси із свіжої м'яти впливають проти болів, а також лагодять свербіння нікрай. Спеціально добре впливають великі холодніві клізми з м'ятного напару, — вони заспокоюють і свербіння, і загальне зденервовання. Купелі з відварами м'яти добре для первових дітей.

ОМЕЛА БІЛА (*Viscum album*)



Про омелу є багато легенд, — особливо підкresлюють у західних легендах те, що колись вона вирятувала від незнаної грізної епідемії цілу Скитію.

Найохочіше вживають її, однак, у лічництві Франції і взагалі Заходу, менш популярна вона в країнах над Дніпром, Дністром і Доном.

Ця вічнозелена рослина паразитує на наших тополях, березах, дубах, яблунях, рідше на дубах. Виглядає як великі кулі, складені з маленьких стебликів і гіллячиків яснозеленого кольору. Характеристичні листки сидять супротивно, подовгасті, тупі, товсті, як шкіра, голі. Дрібний цвіт

з'являється в березні, квітні. Ягоди — білі прозористі кульки. Збирати треба молоді гіллячки пізньої осені або взимку. Сушення не спеціально субтельне.

Омела зв'язана головним чином із дрібним унервленням людини, головним чином б'ючок (arterій). Тому даемо легкі напари з листя омелі при початках старечої склерози, разом із часниковою куратцією, або в дуже нервових людей, що мають нахил до м'язових корчів.

ВЕРБА БІЛА (*Salix alba*)

Головна її зростова сила в корі. Паріст із шматком ще зеленої кори закоріниться швидко, скрізь, де є вогко. Верба в народі — це символ найбільшої живучості і легкого закорінення. Хто з'їздив Західну Україну, той признає, що вона найбільш характеризує цей край і взагалі північні й західні землі. Адже ж Данил Прочанин, поїхавши за часів середньовіччя до Єрусалиму, в пальмах вбачав рідне Чернігівське «вербіє».

Хто збирає кору верби, той повинен відразу ж подумати про її стосування — в гарячці і ревматизмі.

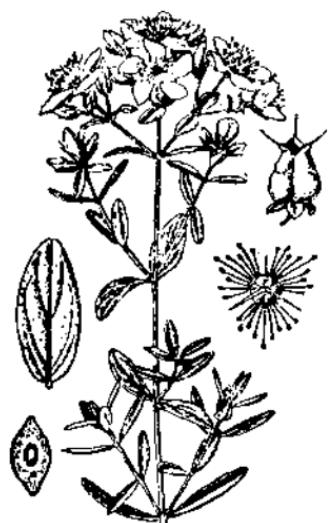
Біла верба — це кущ або й дерево до 30 метрів заввишки, що росте на берегах вод і при дорогах. Існують її відміни, з них найважливіша »верба золота« з жовтими або червоними галузями. До лічничих потреб треба збирати кору з молодих одно- або дворічних галузок верби і сушити на сонці чи в штучнім теплі.

Кора верби в легких напарах придається в ревматичних хворобах суглобів і болях м'язів. Найліпше пити її в мішанці, і то випропорожджуючи тижнів. Відвари з кори давати треба в гарячкових станах і пропасинці, зв'язаних з побільшеною нервовою діяльністю. Головний складень світової слави ліку на нерви »Пасифільоринік«, обіч пасифільори, — це кора білої верби.

ІВАНОК ПРОЗІРНИК (*Hypericum perforatum*)

Це одна з найважливіших лічничих рослин, що росте в Україні. Перед нею в лікуванні велика будучність. Пелюстки корони прозірника, розтерти між пальцями, дають яскраво-червону живицю, звідти й назва його »молодецька кров«, »занча кров«, »Божа крівця«. Знані і інші назви, як »звіробой«, »діравець« і т. д. Нарід уживає сік прозірника як фарбу.

Ця рослина, 20 до 60 см заввишки, проста, з галузками, засіяними дрібними овальними листочками, що мають багато дрібних прозорих пухирців. Тому ці листочки під світло здаються діркуваті. Звідти ще одна назва — «діравець», по-французьки «тисячократ пронизана».



Квітки гарні золотожовті, зібрани в кетягу. Цей цвіт (верхівлі) вживаний у лікуванні. Збирають його в червні, липні, серпні, найліпше відтинаючи верхівлі на яких 15—20 см. Не збирати занадто розцвілих і сушити, завісивши на шнурках.

Міцний напар (як дуже міцний чай-есенція) пити столовою ложкою по кожній іжі — дуже помагає передовсім у нервових хворобах кишок і шлунку. Особливо добре впливає в хронічних хворобах грубої кишки. Крім того, змінює загально ввесінь організм.

Всі досліди, як французькі, так і німецькі, з рр. 1941/42

йдуть головно над свіжим соком, який має дуже цікаві прикмети (флюресценція).

СОЛОМ'ЯНКА ПІСКОВА (*Stapheleum arenarium*)

Ніжна, срібна й волохата, солом'янка звуться по-французьки «котяча лапка». Італійський дослідник перед самою війною (другою всесвітньою, що ми тепер переживаємо) стверджив, що вже легкий напар з цвіту цієї рослини лагодить і лікує запалення печінки.

Багатолітня ця рослина, 10—30 см заввишки, росте переважно на пісках. Її стебло просте, обложене дрібними ланцетуватими біловолосими листками. Її цвіт єдиниться вгорі в кружкуватий кетяжок, квітки цитриновожовті, нера~~з~~ рожеваві. Цвіте в липні, серпні. Збирати не вловні розвинені. Рожеваві квітки — вартісніші в лікуванні. Сушити можна й на сонці.

Хто має неправильну функцію печінки, як гастро побільшення, болі або й жовтячку, може вилікуватися (оскільки нема жовчевого каміння або й важніших змін), п'ючи напар із піскової солом'янки 2—3 склянки денно, як чай. Напар має дуже приємний запах і можливий трохи гіркавий смак.

·СПОРИНЬ (*Claviceps purpurea*)

(В аптекі держати окремо!)

Батько німецької медицини, Парацельз із Гогенгайму, твердив, що немає рослини, котра, уміло вжита, не помогла б людині у відловідній хворобі.

Здавалося б, що й паразит на збіжжі, — чорний грибок споринь ні до чого не надається. Тимчасом цей дармойд має

велетенське значення в лікуванні. Збирають його з колосків жита сухого дня перед самими жнивами. Це ріжки-чорнофіолетові, всередині сірі. Їх сушення може бути і в штучному теплі. Пере сушені розсипаються й тоді нічого не варті. Зберігати греба в щільно замкненій посудині, хоч і тоді по півроцітратять силу. Найліпше дати ріжки до аптеки, а звідти попросити споришевої тинктури (1 : 10). Такої тинктури даемо по 15 капель 3—4 до 5—6 разів денно в разі раптової кровотечі з легень або жіночих органів. Винятково, коли нема тинктури, можна дати клізму (левативу) з напару ріжків спориню (1/, чайної ложечки на 2 склянки —

тільки раз!). Ріжки спориню дуже отрутні!

Їх невеличка домішка в борошні й хлібі дає хронічне затруєння, що виявляється омертвінням пальців, корчами.

Дуже важно вміти відкрити присутність спорині в муці. Коли політи занечищену ріжками муку — каліюм кавстікум, — повстає гідкий оселедцевий запах.



ГОРИЦВІТ ВЕСНЯНИЙ (*Anemone vernalis*)

(В аптеці держати окремо!)

Горицвіт, він же й «тирлич», «жовтоцвіт», має ще й братів: червоний — літній і темночервоний — осінній. Всі вони отруйні в кожній своїй частині, і всі вони помагають в недугах б'ючок (артерій) і серця.

Горицвіт росте на сухих ґрунтах, особливо любить вапністі. Ця багаторічна рослина, 25—30 см заввишки, має переважно просте стебло і листя, безпосередньо звязане з стеблом. Листки кінчаються, як делікатні волоски крону. Квіти великі, гарні, жовті, вгорі стебла укладені в «вінець» пелюстків (12—20), що положені спірально в п'ятипелюстковій і розділеній чаші. Цвіте горицвіт у квітні, травні, навіть у кінці березня. Збирати треба цілу наземну частину рослини без зборіліх спідніх листків. Сушити обережно, п'язане в пучки, букетики на шнурках у холодку. На осінь можна викопувати й коріння, але тільки в старших примірників.



окропу), столова ложка 4 рази денно. Горицвіт даємо там, де треба зміцнити працю серця, при високих гарячках, затруєннях. Добре впливає він і при опухах ніг та простуді. Можна сполучувати його в мішанках із сечогонними й потогонними рослинами.

МАЧОК ПОЛЬОВИЙ (*Papaver Rhoeas*)

(В аптеці держати окремо!)

Росте ця скромна однолітня квітка, як бур'ян, на полях у збіжжі, на пасовищах. Цвіт її був в аптеках від давніх часів. Стебло мачка від підстави обросло густими твердовими.

волосками. Листки — чергові, розтяті, зубчатокраї. Цвіте червоно від травня. Збирати треба пелюстки цвіту і дуже деликатно їх сушити. Зберігати треба в щільно замкнених слойках і в теплім місці.

В дуже пересушенім цвіті, що вже не має жадного запаху, зістається тільки слизь. Цей складень є причиною, чому даемо легкий напар з мачку в мішанці наполовину з цвітом слизу (мальви) при легких простудах, особливо у дітей.

Друга прикмета цвіту мачка — це його легке наркотичне впливання. Напар з ложки цвіту мачка та ложки липового цвіту на склянку окропу — даемо, осолоджений, наніч проти бессонниці та на заспокоєння нервів. Даємо, однак, не надто часто.

При попареннях даемо міцний відвар цвіту разом з відваром насіння льону — в компресах і примасті (пріпарці).



ВОВЧИНЕЦЬ ЗВІЧАЙНИЙ (*Daphne Mezereum*)

(В аптеці держати окремо!)

Кожна дитина, що докладно її сама досліджує наші ліси, мусить затріутися прегарними соковитими червоними чи жовтыми ягодами вовчницею (інакше вовчі ягоди, вовче лико). Тоді починає жалітися, що пече її в роті, що слина йде без кінця, а в шлунку чує корчі. Часами доходить і до кривавої сечі.

Тоді треба взяти на прочищення хоч би й крушини, на горло давати хододну воду або лід до ковтання, а потім якнайбільше слизистих відварів чи з листя або коріння мальви (алтею), чи з ісландського моху, чи дуже добре розварені вівсяні платки й висолодкі киселі.

Кущі, заввишки 1/2 метр, ростуть у лісах і на зрубах. Галуззя, як прути з сірою корою, що має на собі бурі крапки.



Цвіте рожево в березні,
квітні ще до розквіту листя.
Листки ланцетуваті, чергові,
зібрани на кінці галузок.
Ягоди червоні або жовті.

Кору збирати найкраще
в січні або лютім — пасма-
ми і сушити, вивернувши на-
виворот. Ягоди збирати до-
зрілі, сушити їх на штучнім
теплі. Вся рослина дуже
отруйна, кожна її частина
має пекучий смак.

Збирати її треба тільки
до зовнішнього лікування:
з кори роблять горілчаний
настій (1 : 10) до натирання
в ревматичних болях. Так са-
мо й ягоди, що їх відаарюю-
ть в олії (1 : 20) і дають до
втирання. Надто сильний від-
вар чи настій робить пухирі.

ПАПОРОТЬ СЛІСНИК (*Aspidium Filix-mas*)

(В аптеці держати окремо!)

В народі є багато легенд про «цвіт папороті», — та вона
одначе не цвіте, лише витворює на спіднім боці або по краях
листків т.зв. «розроднік».

Один з лікувателів, священик, так висловився про папо-
роть: «Яке ложе найкраще для людей, що хворіють на корчі,
болі в суглобах, на ревматизм, ревматичний біль зубів чи го-
лови? — Мішок повний сушеної папороті. Папороть дає лю-
дині спокій. Таке ложе обминають здалека блощиці і блохи». Досить цікаві спроби лікування ішіасу й ревматизму окла-
данням хворих місць торбинками з тушечкою і країнкою корін-
ням папороті. Взагалі папороть має, як мало яка лікувальна
рослині, багато оновіостей про свої чудесні прикмети.

Росте мужеська папороть громадками по лісах і над по-
токами по цілій Україні. Подвійно пірнате блискуче листя не-
раз 100—150 см заввишки і до 70 см завширшки. Молоде листя
звинене гарно, як слимачок.

Зелене листя завжди сполучене в підставі і не має зуб-
ців по краях, тоді як жіноча папороть (*Filix semper*), що

з нею не треба змішувати, має листки внизу відокремлені, має зубки по краях і т. зв. било в перерізі дає дві лінії, а не підківку, як мужеська папороть.

Головне лікувальне значення в папороті має коріння. Його треба викопувати до сушення — восени, коли до свіжого сочку — то весною. З корняка — беремо тільки свіжу горішню частину, долішню обтінаємо й зіставляємо.

Корняк, очистивши від усіх згорнілих частин, треба сушити не-покраяній, у темному місці, бо вартісна його частина, що має зелений колір, швидко висихає на світлі.

Екстракт з мужеської папороті зветься філіцина, і там головний протиглистовий складень — то фільмарон. Фільмарон діє добре, коли сполучений із папоротовими олійками, які швидко висихають і зникають. Тому то виганяння лентових глистів сушеним порошком папороті не завжди певне. Найліпше робити настій з свіжого коріння папороті на спирті або етері (1:8). Брати того 20—30 крапель 8—10 разів впродовж 4—5 годин. Пізніше взяти на прочищення (але не рицину!), бо папороть — це отрута, що, забивши глисти, далі береться й до людини (теміє в очах, важкий віддих, часом корчі).



ЗАГЛЯНЬ І В ГОРОД ..

Городи українські такі ж різноманітні, як і звичай всіх десяти українських племен. Коли згадую свій городець над Чорним морем, то перше, що бачу з квітів, — то ціній й капулер; з дерев — шовковиці (морав), туї та жерделі, в кутку — невеличкий грояндничок, полічко кукурудзя (пшінки), а над балкою — виноградник, що спускається ген аж до зарослів дереви.

Та однак у своїх головних прикметах — український го-
род має свої прикметні рослини. Рожа (мальва) і нагідки під
вікнами житла; цибуля, часник і квасоля на грядках; соняш-
ники й гарбузи — більше паркану, — це все те, що кожний
українець знає від дитинства.

Багато з городових рослин починало свою «життєву ка-
рієру», як лікувальні рослини, багато зістається ними й надалі.

Візьмім, напр., часник, що прибув до нас із Серед-
ньої Азії. Недарма в багатьох народних обрядах його держать «проти нечистої сили». Дійсно нечисть утікає від нього.
Коли загніздяться в людини в кишках глисти, — тоді відвар з часнику їх виганяє. Найліпше 1—1½, голівки молодого ча-
сника відварити в двох склянках молока і давати пити шо-
дня впродовж тижня. При дрібних глистах — вівсянках —
дають також і клізми (левативи) з цього відвару. Останніми
часами дають горілчаний настій з часника (1:5) краплями
(15—30 кр. З рази денно) проти склерози. Часник впливає
і на легше відкашлювання. До довшого перехову ліпше ча-
сник трохи підкурити, проводити.

Подібно, як часник, але значно слабше, діє й цибуля.
Її вживаємо частіше, як зовнішній лік, напр., при обкладан-
ні свіжою цибулею болючих від ревматизму суглобів. Ці ком-
преси даемо на кілька годин, як довго шкіра зносить.

Квасоля, її лушпиння й плід, уживані й досі в аптеках. В ній є рослинний саліциль.

Нарід уживає квасолі у всіх хворобах, де беруть участь
нирки. Пояснюють це тим, що, мовляв, зерно квасолі має
форму нирки і напар з квасолі повинен помагати у всіх нир-
кових хворобах. Дійсно, це сильно сечогонна рослина, добра
проти артритизму. Найчастіше вживаємо її в мішанці з ла-
базником (*Spiraea Filipendula*) та фіялкою трибарвною. Дає-
мо в легких і сильних напарах на протязі 5—6 тижнів.

Морква є дві відмінні: а) коротка (каротель) із товстим корінням, тупим на кінці, б) дійсна морква з корінням,
як веретено. Обидві добре в лікуванні. Останніми роками по
цілій середній Європі дають пити сік, витиснений з моркви,
головно дітям на вітаміни. Не давати забагато, щоб аж діти
від того пожовкли. В році 1942, з'явилася праця, що поручує
добре відварену терту моркву при всіх тих дієтах, де запису-
ваний був риж, отже при дитячих бігунах, розвільненнях,
і т. ін.

Гарбуз, або ж диня, тыква (*Cucurbita Pepo, maxima*)
тільки останніми часами звернув на себе увагу лікарського

світу. Всі аплисти народних ліків вказували досі, що гарбузове насіння досить легко виганяє глисти, і то наєсть лентові глисти. Тепер це підтверджено науково і в Німеччині існують уже специфіки з гарбузового насіння. Гарбuz леченій і варений одночасно є й ліком, коли його подавати 1½—3 кг щодня впродовж кількох тижнів. Він поліпшує стілець і відводнює ціле тіло. Тому, скажім, у нирково хворих зменшується опухі.

Червоний перець і петрушка ще не так давно були часто вживані офіційно медичною. Потім слава проминула.

Досліди над вітамінами і жіночими яєчниками привертують червоний перець на давнє місце шанованої лікарської рослини. Перець (стрічки) сушимо, а при невистачальний скруй місяці — даємо по їжі в дуже легкім напарі або в спиртовім настої (1:10), щоб не попсувати ішунку. Добре при цьому давати й звичайний напар з цвіту іагідо. Настою червоного перцю можна вживати до натирання при простудженіні м'язів та ревматичних болях у суглобах.

Городова петрушка дає дуже важкий у медицині олійок.

Свіжий сік, витиснений із коріння петрушки, добре давати при сильних гарячках, коли є небезпека простуди нирок. Даємо ¼—½ склянки 2 рази денно. Крім насіння, її сушене зілля та корінь петрушки даємо в напарах при опухах ніг на нирковім тлі. Петрушкову воду, настојку на свіжім листю, даємо проти веснянок.

Соняшник — така типова, майже національна рослина, примандрувала до нас із Північної Америки. Це — великий приятель людини. Його насіння відживлює. З листя й кори юбо й коріння соняшника приготовляємо настій на горілці (1:8), даємо пити 1 чайну ложечку 3—4 рази денно в разі виснажливих довгих гарячок, особливо т. зв. волинської, і малярії. З листя цвіту роблять міцний настій на горілці (1:3) або її олій і вживають до натирання ревматичних суглобів.

Чорна ред'ка прийшла разом з нашими предками, передньоазійською расою, з Малої Азії. Натертій корінь ред'ковий і свіжий сік помагає, хоч слабіше, як хрін, при скорбуті. Сік цей також дуже жовчогонний. Добре давати його 5—6 столових ложок денно впродовж 2—3 тижнів при запаленні жовчового пухиря.

Згадаймо ще й кріп та ганус (аніж), обидва зачисувані й досі лікарями.

Ганус це одна з найстаріших лікувальних рослин світу. Вживають його насіння до напару так, як чай. Такий чай (1—2 скл. денно) треба пити ковтками по кожній іжі, коли хтось хворий на здууття (гази) шлунку й кишок. Терте сім'я ганусу, перемішане на половину з цукром, дають по кілька ложок денно жінкам, що мають замало корму.

Насіння кропу так само вітрогонне, як і насіння ганусу, а крім того дуже сечогонне, особливо в мішанці до напару. За чисто городинними рослинами треба згадати й про городинні кущі.

Ч о р н і п о р і ч к и (смородина) не дарма мають такий сильний своєрідний запах. Їх сушені листя й ягоди в напарі добре впливають при сильних розвільненнях, а крім того впливають як потогонний лік.

Коли нема лісних малин, то й городові малини, висушені, придадуться взимку до запарювання, як потогонний лік при простуді.

Х м і л ь, улюблена праслов'янська рослина, може по могти в двох недугах. Беремо його шишки (непередвільй цвіт) і обережно висушуємо. Напар з них даємо при запаленні пухиря і частім віddаванні сечі. Одночасно варто давати якнайбільше (пів склянки) відвару насіння з льону.

Крім того, напар з шишок добре впливає на нервове незрівноваження. Золотожовте борошнече (люпуліна), що висипається з шишок хмелью, варто зібрати, висушити й перевісити через густе сито. Пізніше давати по 1/4 чайної ложечки 2—3 рази денно при надмірній нервовості. Напар з хмелью можна сполучати з напаром з одоляну (валеріяною).

Не забуваймо й про городові дерева. Не всі вони служать тільки відживленню людини.

Так, напр., з лічничого погляду хвостики від звичайних в и ш е н ь мають свою вартість. Їх треба сушити, а при подражненні пухиря в дітей напарювати й давати щогодини столову ложку.

Так само впливає й напар з висушеніх шкірок від яблук. Самі яблука, як і сік з них, — це лагідні ліки проти замкнення стільця.

В о л о с ь к і горіх и, такі часто в городах південної України, — потрібна рослина в лікуванні. Листя горіха збираємо в червні і швидко сушимо на сонці. Так само й плодову кору горіха. Легкий напар з листя і цієї кори даемо пить, підліткам проти рапіту й скрофульози. Із дозрілих горіхів

можна витиснути дуже смачну горіхову олію. 4—6 столівих ложок денно впродовж кількох днів виганяють лентову глисту з кишок людини.

Не брак і серед городових квітів корисних рослин.

Згадаймо собі звичайну троянду (розочку), що є по всіх південних городах України. Пелюстки її, добре просушенні і переховані в щільно замкненій посудині; завжди придається в міцних напарах проти розвільнення у дітей і немовлят.

Рожева мальва (шток-роза), що прийшла до нас з Китаю, прикрашувала хіба й найбіднішу українську хатину. До лікування вживався чорно-червоних пелюстків її цвіту, збираних звичайно в липні, серпні. Сушити делікатно. Наларз пелюстків добрий до полоскання перестудженого горла.

Багатолітній лубисток, згадуваний в українських чаraph, добре впливає на ослаблене травлення і діє сечогонно. До лікування беремо коріння любистка. Збираємо їх на весну від дво-трилітньої рослини, сушимо і переховуємо щільно замкнені. Даємо коріння, нераз із насінням вкупні — в легкім відварі — столовими ложками 3—4 рази денно по їжі.

Не тільки сам город цікавий для збирача лічничих рослин, але й обрямування городу. Там серед трави, стежок, серед різних бур'янів є великий вибір важких рослин. Ми вже згадували про не одне таке «хабаззя», як, напр., кропива велика або калиточник.

Пригадую одного з найбільших знавців лікувальних рослин і спеціяліста від рослинних хвороб, проф. Мушинського, як завжди трохи похилого добродія, який завжди стає під парканами. »Пане докторе, — повторював, — під тинами, під парканами, а то й на смітниках ростуть нераз найцікавіші лікувальні рослини!«

Серед таких «підпарканових рослин» дві ертають увагу сучасних дослідників. Перша — це очіток гострий, розхідник (*Sedum acre*), дуже низьке м'ясисте зілля, яке в пальцях аж трискає соком. Цей сік дуже гострого смаку, уживаний в народній медицині на компреси до вередів і болів.

Друга рослина в міцних напарах дає дуже добре висліди в лікуванні початків туберкульози, а також як сечогонне, в лікуванні артритизму. Це — дрясен подорожник, моріг, гусича трава (*Polygonum aviculare*). Ця трава має дуже багато крем'янки (сіліцію). Немає нікого в Україні, хто б її не

топтав, це є той моріг, що ми знаємо, що нам скрізь стелеться по Україні, найбільш роється в селі — один із незчисленних ліків під ногами.

ЛІКУВАЛЬНІ ВКАЗІВКИ

Гарячка. — Скорбут (шинга). — Болі серця. — Болі шлунку. — Болі печінки. — Болі голови. — Жіночі болі. — Біль зубів. — Гемороди. — Запалення повік.

Затруєння іжею. — Глисти. — Епідемії шлунково-кишкові. — Туберкульоза й рак. — Відмороження. — Короста. — Жилякуватий веред. — Свербіння шкіри. — Гоїння ран.

Лікування — річ така відповідальна, що там придадуться нераз і найменші вказівки. З другого боку — при домашньому лікуванні дуже нераз не легко й самому лікувачеві, бо він не має під рукою ані ліків, ані можливості їх приготувати..

Власне тоді нераз придаються дрібні вказівки, як при наймні тимчасом запобігти лихові і зменшити болі та заспокоїти хворого.

Понижче подані вказівки — це почасти вже давно випробувані домашні способи, а почасти взяті з найновішої літератури про досліди в ділянці лікувальних рослин.

ГАРЯЧКА

Гарячка, лихоманка, пропасниця, цей бич краю у часи голоду, бльокади і воєн — стара знайома в Україні. Коли б ми слідкували за переломами хвилями в історії нашого краю, то знайшли б тоді завжди — присутність голоду, гарячаки й людського помору. З найглибшим криком серця згадує автор «Історії русов», як це наступило по упадку гетьмана Мазепи. В останніх часах приходять ці ж три гости, мовби бажаючи пригадати, що тільки в скупчені коло віри в Бога і в себе врятуються народ.

Здається, і в цих літах, як у рр. 1919—22, не вистачить ліків проти пропасниці в Україні. Тому треба напружити всі сили для знайдення ліків у себе. При обговорюванні лічничої вартості тополі вже було дещо сказано. Безумовно, найважніші протилихоманні рослини — це тополя і верба (кора), жовтий свічурник — генціяній гребінник (*Gentianella*) (коріння) та листя бібника-трилисника (трифолій), що до певної міри заступає генціяні.

Коли б перейти до безпосередніх рецептів, то подамо їх кілька. Мають вони за собою вірну службу і в народній медицині, і в офіційній, переважно французькій, практиці:

а) коріння гребінника звичайного і кора білої верби по 30 гр; варити в $\frac{1}{2}$ літрі води, аж випарує на $\frac{1}{3}$, тоді додати евеңт. хлористого амону 1—2 грами на 2 столові ложки сиропу. Випити впродовж доби в 2-х порціях;

б) спорошкована кора білої верби по 2—3 грами 4—6 разів денно. Давати в цукрі, меді, в коржиках;

в) коріння жовтого свічурника (генціяни) — 3 част.; кора дубова і римський рум'янець - цвіт по 1 част. (подавати як а) в відварі, або як б) в порошку (т. зв. «французька хіна»);

г) кора дубова (або коріння дрясени-бісторті), коріння жовтого свічурника по 2 част., вершки полину 1 част. — тільки як відвар;

д) кора білої верби і коріння гребінника звич. по половині — до відварів;

е) ликоп европейський (вовконіг) — до 6—8 грамів сушеної рослини.

Спеціяльно пильно тепер досліджувана в Німеччині.

Гіркість повищих середників велика, і чим гіркіший лік, тим більше свідчить про доброкачість ліку. Подавати ліки треба мінімально 2—3 дні, додаючи ще ліку на серце.

Врешті згадаймо що наші старі ліки проти малярії. Тут на першім місці треба поставити коріння соняшника (відвар $\frac{1}{2}$ скл. 2 рази денно або горілка, настояна на його цвіті) і корі (1 : 8). П'ять її чайну ложечку 3 рази денно, а діти беруть по 20 крапель 3 рази денно. Нити приймні 3—5 тижнів. Крім соняшника, вживають також напару із листя подорожника (бабки ланцетової) та відвару з верхівель полину (не довше, як 5—6 днів підряд, 2—3 стол. ложки денно).

СКОРБУТ (ЦИНГА)

Цей понурний віщун голоду, а властиво сам частинний голод, знаний однаково, як селам, так і містам у часі війни. Знайдуть його вояки й воєнні в'язні не гірше, як моряки на кораблях далекої плавби.

Суттю цієї недуги є брак вітамінів і вагалі недоживлення. Людина винищена, нераз гарячкує, ясна її зубів розпухлі й кривавлять, підшкірні легкі кровоточі, — так виглядає по виній скорбут. Частіше зустрінемо частинний скорбут, що

виявляє себе тільки одною-двома прикметами з повищено-званих.

Лікувати скорбут найкраще цитриновим соком, свіжими помідорами, невареним ьюлаком, городиною і м'ясом. Без цитрина скорбут зникає дуже поволі.

Скорбут в Україні — з'явіще часте, особливо в 18-м і поч. 19-го ст. Тоді ж вироблено добре лікі проти нього. З наших рослин у першій мірі згадаймо с в і ж и й х р і н і зближенний до нього с в і ж и й л о ж о ч н и к (*Cochlearia offic.*), віддавані знані на півдні, де одне й друге розводили господарі при хатах.

Хріну, натертого з цукром або сметаною, треба вживати по єжі 2 до 3 стол. ложок денно. Можна брати його і в напарі, найкраще наполовину з зіллям звичайної нашої настурції.

З ложочника береться — свіжий сік або (що є далеко слабше) сушене листя і насіння. Сік ложочника, цапів з водою, дають до полоскання рота, а також до компресів на підшкірні кровотечі, що бувають переважно на ногах хворих на скорбут. Крім того, дають замість салаті трохи свіжої трави та соку, свіжодущеного, — 3—4 рази денно по столовій ложці. Насіння ложочника товчуть, мішають наполовину з медом і дають 3 рази денно до пів чайної ложечки.

З інших рецепт згадаймо добре пиво проти скорбуту. Свіже листя ложочника і соснові бруньки по 30 гр, свіжо краяній корінь хріну — 60 гр, пива (може бути й солодове) — дві літри. Наставити на кілька днів у темнім і холоднім місці. Потім пити по $\frac{1}{4}$ склянки 3 рази денно.

Французи, які мають добру пам'ять про епідемію скорбуту в себе під час великих воєн, радять іще такі рослини:

а) сік із жерухи лукової (*Cardamine pratense*) — 2 до 6 стол. ложок денно;

б) сік свіжий з жеряви більшої, красулі (*Tropaeolum minus*) 2—4 стол. ложки з молоком денно;

в) сік свіжий із порошкою лікарського (*Sisymbrium*);

г) настій на пиві чи вині з чорної гірчиці (насіння).

БОЛІ СЕРЦЯ

Болі серця від зденервування найліпше лікувати спокоєм, холодним компресом на серце, кількома ковтками холодної води.

Коли нервовість і биття серця не зникає, — тоді треба давати т. зв. «холодний одоляновий чай».

Одолян (валеріана), висока рослина (до 150 см заввишки) з дудчатим стеблом з непаристодільним листям, цвіте кетажковим яснорожевим, пахучим цвітом у червні. липні і серпні над нашими ріками й потічками. По відцвітанні викопуємо його буре або жовте довге коріння і сушимо в холодку, покраявши на дрібні шматочки. Держати щільно замкнений.

»Чай« робимо в той спосіб, що заливаємо склянкою холодної води 1—2 чайні ложечки дрібно посіченого коріння. За 10—15 хвилин — жовтоопалевий чай готовий. Випити склянку ковтками впродовж дня.

Лікування болю серця на тлі хвороб належить уже до лікаря. Остаточно, завжди при перемученні треба дати хворому легкий напар з зілля горицвіту. Напарити столову ложку двома склянками окропу і пити його столову ложку три рази денно. Можна туди додати й перцевої м'яти.

БОЛІ ШЛУНКУ

Болі шлунку можуть бути ٹраптові від недобого їдження. Тоді найкраще помогти собі й викинути зілжене. Щоб улегти собі завдання, можна випити перед тим $\frac{1}{2}$ —1 склянку теплої добре посоленої води. Після рвот (вонітів) давати шлункові на заспокоєння легкого напару з перцевої м'яти, впродовж дня, і товчене вугілля тополеве або липове столовими ложками. Істи тільки дуже лагідні страви і не багато.

Болі шлунку на тлі нервовим заспокоєм легким напаром з цвіту мачка лольового і цвіту липи. Часті болі шлунку з по-зіркуванням найліпше вилікує напар з зілля й цвіту прозірника.

Нераз шлунок має укриті вереди і починає спеціяльно побоювати в годинку, півтори по кожнім їджені. Найліпше тут поможуть різні добре впорски (ляростідін тощо), але коли їх нема та й узагалі лікаря нема близько, то треба зайнятися хворим. Поза дуже лагідним їдженням майже без солі й цукру — даемо йому густий відвар з насінням льону по склянці рано нат-щесерце і наніч. Крім того, стараємося лагодити слизівку шлунку, даючи напар-настій 5—6-годинний із коріння гав'язу-живокосту. Крім того, можна давати, як трохи полегшає, студенець з ісландського моху (легківцю). Перед тим сушену стланю цього моху на коротко відварити, злити гірку воду і вже відварити на студенець (холодець), який давати столовими ложками.

БОЛІ ПЕЧИНКИ

Болі печінки пригадують людині, що вона щось недобре або забагато їла, або що забагато журиться, клопочеться, або що рантом схудла. Буває й клопіт із жовчевим камінням.

Ціоб мати завжди добре прополіскувану печінку, ліпше задалегідь щодня випивати собі рано, замість чаю, склянку легкого напару з солом'янки піскової.

При побільщенні печінки і сильних болях треба давати мішанку з 1 частини кори крушинки на 2 частини коріння подорожника Петрів батіг і 1 частину м'яти перцевої. Даємо в напарі — столова ложка на склянку — 8—4 склянки, денно впрідовож 3—4 днів. Пізніш давати таку саму кількість напару з солом'янки піскової. Як мине напад болів, у спокійнішому часі, дати пити для заспокоєння мішанку з двох частин дрясну-подорожника, з одної частини кори крушинки і трьох частин солом'янки. Пити по склянці легкого напару рано і ввечері — впродовж багатьох тижнів.

Коли є певність або підохріння на жовчеве каміння, до цього додаємо ще 1—2 келішки соку чорної редъки або хоч соку звичайних червоних редъковець (редисок).

БОЛІ ГОЛОВИ

Казав один старий лікар, що є три причини болю голови,— недобре травлення, ослаблення нервів і в жінок — непорядки жіночих органів. Крім-того, казав, є четверта причина, а яка — не знати.

При частих сильних болях голови треба пам'ятати про впорядкування шлунку і засложення нервів передовсім. Крім того, даемо напар з двох частин коріння одоляну та одної частини зілля польової конюшини (клеверу), з дрібкою м'яти перцевої. Даємо 2—3 склянки напару денно.

В дуже упертих болях голови спробуймо дати дуже міцного напару з цвіту рум'янцю, одну-две склянки денно. Часами при цьому напарі бувають і рвоти (воніти), але біль голови зменшується або й пропадає.

ЖІНОЧІ БОЛІ

Причину жіночих болів повинен устійнити лікар спеціаліст. При болях під час місячки (менструації) даємо відвар з одної частини зілля дрясну-гірчака або калиточника, з двох частин вербової кори і з одної частини зілля Іванка прозірника. Відвар із столової ложки на склянку, — давати $\frac{1}{4}$ склянки 2—3 рази денно.

При жіночих болях у старшому віці та при малій місячці дуже добре впливає напар з трьох частин цвіту нагидок і по одній частині цвіту бузини та липи. Пити склянку рано і ввечері впродовж кількох тижнів.

БІЛЬ ЗУБІВ

При болі зубів найважніше знати, чи гниття відбувається в замкненому чи відкритому місці зуба. На замкнене гниття поможет тільки дентист; на відкрите — даемо одну-дві краплі гвоздикового чи м'ятного олійку або вдихаємо трохи диму із сушених листків дивдерева (дурману) чи сушеної німиці чорної (*Hyoscyamus niger*). Обидві рослини — отрута!

На замкнене гниття в зубі можна до певної міри вплинути, даючи таку мішанку: одна частина вербової кори, дві частини кори крушини і дві частини бедринцю-таволги коротко відварити 2 ложки на 2 склянки і давати пити, якнайтепліше, впродовж дня.

ГЕМОРОЇДИ

Болі й кривавлення з відходової кишки треба так трактувати, як і ранки в устах, тобто нічого не їсти такого, що дражнить, пече, ферментує.

На початку треба одноразово очистити кишки, даючи відвару з кори і ягід крушини. Потім даемо таку мішанку: дві частини калиточника або дрясену-гірчака, одна частина ягід чорниці, одна частина висушеної плодової кори гіркокаштана та трохи м'яти перцевої. Давати в короткім відварі столової ложки на склянку 2—3 рази денно, аж кривавлення пройде.

Коли кривавлення дуже зменшиться або й мине, тоді час на морквику курацію. Щодня натщесерце рано і напінч з'їдати склянку тертої моркви. Так само даемо й холодні компреси на стільцевий отвір із соку моркви. Коли хтось не може їсти сирої моркви, нехай вживає гарену, але підвійну порцію.

ЗАПАЛЕННЯ ПОВІК

При запаленні повік утишує біль звичайне посмарування іх якимсь чистим товщем, навіть свіжим маслом, 1—2 рази денно.

Крім того прикладаємо теплі компреси з легкого напару сушених пелюсток синьої волошки або з зілля очанки (*Euphrasia officinalis*).

ЗАТРУЄННЯ ІЖЕЮ

Нераз людина з'єсть щось шкідливе для неї і треба якнайшвидше звільнити шлунок від тієї іжі. Щоб викликати рвоту (воніти, блювоти), треба давати столовими ложками відвар фіялкового коріння аж до висліду. Відвар робиться з 20 грамів коріння пахучої фіялки на чівчиорні склянки води. Виварити до половини.

Потім після рвоти дати якнайбільше тополевого вугілля й 2—3 чайних ложечки напару горицвіту, щоб зміцнити серце.

ГЛИСТИ

Глисти бувають не тільки в дітей, але і в дорослих. Це — паразит, який об'їдає і виголоджує свого господаря. Глистів є три роди, — дуже дрібні (вівсяники, оксиури), облі глисти (як дощові хробаки) і плескаті, лентові глисти. На вівсяники даємо впродовж тижня: ввечері варену картоплю і 3—4 зубки часнику, рано натхcessерце варені сливи, впродовж дня якнайбільша насіння з гарбуза (2—3 жмені). Щодня клізма (леватива) з часнику або смарування нафтою в відході.

На облі глисти — в іжі багато сирої цибулі, огірків, редьковець, сирого шпінату. — крім того, рано і ввечері склянку тертої сирої моркви з часником або відварам рум'янцю чи по-лину.

На лентові глисти, — дуже впливає споживання оселедців (небагато рідин при тому!), відвар з підлину, гарбузове насіння і папороть глисникі.

ЕПІДЕМІЇ ШЛУНКОВО-КИШКОВІ

При епідеміях наші лікарі за козацьких часів склали просто рецептуту проти епідемій. В перекладі з латини вона звучить так: «Втікай звідси швидко, зайди далеко, а головне не вертайся завчас».

Коли француз, лікар Клярк, у 1760 р. досліджував епідемії в Україні, то в своєму звіті поклав велику вагу »на те, що українці так само, як і росіяни, сім місяців на рік держать піст«. Спеціально побоювався Клярк дисентерії (кривавої різачки), а щоб не заразитися, жував корінь дягилю або інший, подібний ароматичний корінь, не ковтаючи ніколи при тому слиці. Полтавці по селах ще й досі, за прикладом батька медицини Гіппократа, їдять часник, щоб запобігти епідеміям, а особливо холері.

Так чи інакше, але й досі лікарські підручники рекомендують при епідеміях брати для запобігання т.зв. антихолеричну тинктуру, що її рецептa

*Tinct. Gallat., Tinct. Ratanhiae aa 10.0,
Tinct. Valerian., Spir. Menth. pip. aa 5.0.*

8. При кожній іжі 30 крапель. Цю не зовсім ӯраєву мішанку можемо заступити порошком із коріння лісового перстача (*Tortmentilla*) — 4 частини та м'ятного листя в порошку — 1 частина. Брати на кінець ножа при кожній іжі.

При сильніших розвільненнях-чищеннях заживати як найбільше відвару з лінняного насіння (до 3—4 скл. денно), з чорниць (до 1½—3 скл. денно), при ферментації — тополеве вугілля.

ТУБЕРКУЛЬОЗА І РАК

Проти туберкульози не маємо в сучасній медицині жадного певного ліку. Найліпше старатися запобігати витворенню й в тілі.

Одною з найцікавіших проб лікування у Франції в роках 1937—1939 було насичування тіла хворого соком часника, міррою та вапном (у впорсках). Ці спроби вдалися, але тільки на звірятах (худобі). Останні досліди йдуть в тому напрямі, щоб довести, що туберкульоза це передовсім хвороба пеміні матерії, зближена до артритизму. Тому найважнішим ліком все ж зістається — дуже чисте повітря, відповідне відживлення й спокій. Подавання на початку туберкульози легенів — рослин, що мають у собі багато вапна (*Galeopsis* — зябрій), або крем'янки (хвощ польовий, скрип), — може дуже допомогти хворому.

Щодо рака, то хіба жадної хвороби так не лікують по-такімно рослинами, як цю. Під час своєї практики зустрічався я з кількома ворожбітськими ліками. З них один заслуговує на увагу, бо трохи поменшує болі, — це відвар з губки (на березі), що його дають пiti столозими ложками. Так само тільки обезболює зелемозень, дослідна рослина д-ра Денисенка. Масти з цієї свіжої рослини вживав я до поверхових раків.

Діравець (Іванок прозірник), зілля з дуже вартісною живицею, один час дістав славу антиракового специфіку. Останні праці з 1938 р. стверджують антираковий вплив екстрактів омелі, але покищо тільки в звірят.

Паризькі досліди над вільвами колхізників (в масті та виорсах) з р. 1939 теж були роблені тільки над звірятами. Колхізина — це складень осіннього пізноцвіту.. Не забуваймо також, що в 5—6% рака існує т. зв. самоцтійне самовилічення.

ВІДМОРОЖЕННЯ

Старий ще қозацький лік проти відмороження зберігається на Січеславщині. Там висушені ще влітку шкірки дозрілих огірків-жовтяків намочують і обкладають відморожені місця. Шкірки змінити треба досить часто.

Найліпшим із домашніх ліків на відмороження — це цвіт діравці (Іванка прозірника); відварений в олії. Варити 20—30 хвилин, відстивити і переховувати в темнім місці. Доразово погодитиме відмороження компрес із тонченої зеленої листя омели, яка зустрічається і взимку.

КОРОСТА

На коросту найліпше давати вже готові масті з сірки й дьогтю. Коли таких нема під рукою, то на деякий час стримують розв'їх хвороби — компреси або смарування з відвару тютюнового листя — чайна ложечка на $\frac{1}{4}$ — 1 склянку води.

ЖИЛЯКУВАТИЙ ВЕРЕД

На шкірі ніг, пайчастіше повище кісток, нераз твориться веред, коли обіг крові гіршає з приводу жиляків на ногах. Той веред дуже поволі гоїться, багато є мастей на його гоїння, і то переважно дорогих.

Вдома, очистивши рану діравцевим олійком, можна спробувати вигоїти листям капусти. Вирізавши грубші нерви, пере-тираємо лист на м'якиш. Той м'якиш кілька годин мокнє в воді, а пізніше ним окладаємо веред 1 — 2 рази денно.

СВЕРБІННЯ ШКІРИ

Свіжа перцева м'ята, потовчена в компресах на свербіння — охолоджує і заспокоює.

Так само впливає — на свербіння, а й на еклами — "присипка із спорошкованого сухого польового хвошу і цвіту рум'янцю.

ГОІННЯ РАН

До гоїння найбільш задавнених ран надається найліпше — діравцева олія, тран, правдива оліва.

Як найновіший винахід, з'явилися тепер масті із свіжої телячої коси (панкреас). Цю масть може доразово приготувати

й зичливий аптекар, або ж можна її самим висушити косу і давати в припинці (пів на пів із спорошкованою дубовою корою).

Там, де рана не гойтєся, не гранулює — можна вжити й правдивий мед або навіть масть із 5% білого цукру. Це поручують і лікарі в останніх кількох роках. Не утикувати рані!

НЕДОКРІВ'Я (АНЕМІЯ)

При недокрів'ї не тільки треба подбати про поживнішу тривкішу їду, але й про те, щоб тіло могло добре сприймати її висисати ту їжу своїм шлунком і кишками.

Тому в першій мірі треба збільшити силу шлункових соків. До цього подаємо три рази денно перед їжею келішок чи чайну ложечку дуже міцного відвару дягилю, свічурника, подорожника Петрів батіг, або навіть із коріння шувару, верхівель полину чи ягід ялівцю.

При самій їжі помаленьку, але все збільшуємо різні запашні додатки: петрушка, сельдерей (селери), кріп, кмин, ганус, майоранок, м'ята, а пізніше і трохи хріну, трохи червоного перцю, не забувати і про часник та про цибулю.

Одночасно треба давати в щораз більшій кількості (почати від $\frac{1}{2}$ склянки, дійти до 3 склянок) щораз міцніший напар з жалкої кропиви. В їжі любільшувати кількість тривких страв, де не повинно бракувати яєць і м'яса або хоч сиру й сушеної садовини, як яблук, груш, яйви.

По трьох-четирьох тижнях треба привичаювати недокрівного (коли він уже травить добре) і до сиріх речей з городу. В першій мірі йдуть зелена салата, салата з подорожника Петрів батіг, терта морква. Пізніше починаємо давати тертий сирий часник і цибулю або сік з них. Далі даємо терту редьку і тертий корінь петрушки або й сік з них. Вкінці визначаємо один або два дні в тижні виключно сирівкові, — тоді можна їсти тільки салатки з вареної картоплі з олією, свіже городиння та квашенини з капусти, огірків, яблук, винограду, хліб і фрукти.

Коли вже недокрів'я мине (в шостім-восьмім тижні), зоставити тільки раз денно склянку легкого напару з Іванка прозірника або з деревію кривавника (тисячника). Пити паніч або зранку натщесерце.

Взагалі під час цілої курації старатися давати якнайбільше ароматичних запашних лікувальних рослин

Ч А С Т И Н А Т Р Е Т Я

АМБУЛЯТОРІЙНЕ ЛІКУВАННЯ

ВЧЕНИЙ І РОСЛИННЕ ЛІКУВАННЯ

Один із значних українських лікарів і патріотів, І. М. Луценко з Одеси, колись так висловився в своїх доповідях в рр. 1912 — 1914:

»Щоб дійти до таємниць природи, щоб зглибити таке чудо, як людина й її тіло, треба не гордості, а покори. Чи то не диво, що головні винаходи, що творять нам життя, як печення хліба, ткання полотна, цілющі зела, винайдшли люди, яких ми, навіть, імення не знаємо? Досі було так, але горе нам, коли далі підійдемо до книги природи не з покірним серцем, а з гордістю!

Це — гордість пхає сучасних учених літати в хмарах, а не бачити того, що мають під ногами. Це — вчені вчать нас по-гордіювати тепер власним храмом і його скарбами. З півночі й заходу приїжджають до нас такі, що вчать сміятися і клити з того нашого, чого самі не розуміють і, як чужинці, ніколи не зрозуміють.

Але гордість носить сама в собі кару, бо завдяки такому своєму відношенню вчені часто не спостерігають важких речей. З другого боку, як часто пиха їхня і вічні суперечки між собою віддаляють їх від життя, — і вони в явності зістаються на боці.

Сам Луценко, знаний із своєї кипучої діяльності, впав на чолі свого відділу в 1919 р. під Ст. Костянтиновом, але думка його зостається живою.

»Гордість університетська« — це зло ще існує і про нього варто згадати. Можливо, що тепер воно вже не таке сильне, як було перед останніми двома десятирічтями. Велика буря зі сходу викорчувала багато понять, а між ними й зарозумілість науковців. Спеціалісти тепер більше, як коли-небудь, працюють під гаслом: »Люди — для людей.«

Роки 1941 — 1942 відкривають великі можливості для українців, для всіх універсантів, а в першій черзі для українських лікарів. Те, що похиле — треба піднести. Те, що здорове, треба оборонити, і то в першій мірі **Фізичне здоров'я.**

Тут під тягаром відповідальності лікар мусить звернутися до всіх засобів рятування здоров'я. Коли жоду цих засобів не дала університетська автоторія — то доведеться навчитися ще чогось понад дотеперішню університетську програму. З інших зрозумілих причин лікар повинен взяти на увагу, що під час бльокади Європи не може для всіх, а спеціально цивілів, вистачити ліків.

Треба всячому універсантові, лікареві на деякий час постутисти гордість вченого і взятися до рослинних ліків.

Нехай ніколи з очей сучасного українського лікаря не зникає така одна дуже важна прикмета рослинних ліків: їх ціна. Дорогими ліками лікар може так само зубожити ряд своїх співгромадян, як адвокат не завжди потрібним довгим процесуванням. Народна мудрість уже встигла злагатитися в прислів'я на судових сутяг, — не дай Боже, щоб вона злагатилася на такі ж приказки з приводу пускання грошей на дорозі ліки.

Свого часу — рослинне лікування дістало в згірдному тоні казання прозвище — *medicina ruripregum* (медицина вбогих). Нехай тепер — рослинне лікування прийме в нас, українців, цю назву, як почесну.

Пропагування в якісь околиці рослинного лікування та сполученого з ним збирання й сушення рослин — це передовсім поміч убогим, у цій околиці, поміч така важна, що її не заступлять жадні інші, бо це поміч у хворобі й болях від сил власної землі.

Не тільки бажанням помогти своїм людям, але й прагненням пізнати ліпше обличчя свого краю в цілості — це говорить за пізнання рослинних ліків.

Коли збирачеві лікувальних рослин треба опанувати характер тільки своєї околиці, ученому, природникам і лікареві цього ще замало. Рослини в околиці він повинен знати так само добре, як і хворих, як і молодь, як і її економічні та здоровій умовини. Та жрім того, він повинен мати свій лікарський світогляд, поширенний на цілу Україну.

В ділянці пізnavання наших лікувальних рослин повинен завжди мати на увазі — традицію й підстави української рослинності.

Дослідник легко розрізнати три головні традиції лікування рослинами в європейськім лівострові: середземноморську,

північно-балтійську та уральсько-фінську. Українська традиція — цілком належить до середземноморської так само, як Чорне море властиво і геологічно, і культурно є затокою Середзем'я. Лише в околицях Чернігівщини та Білорусі зустрічається воно з уральсько-фінським. Видно це з традицій народних рецептів і порівняння з найдавнішими приписами греcko-римської і французької медицини.

Окремість рослинності ще може мало схоплено вченими, зате більше артистами-маллярами. П. Холодний, напр., твердив, що по переїзді меж з чужини до України мусить брати інші відтіні для змальовування рослинності. Ціла українська земля спочиває на одному гранітовому масиві («українсько-чорноморська пілата»), — звідти своєрідна одність рослинності, що росте в подібних умовійах земного промінювання і відживлювання.

Врешті, лікар повинен знати також і те, що діється і в тому народі, представників якого бачить на своїй землі.

Придивімося до здоровної політики в Третій Німеччині. Там є:

а) Зміна в ліках. Тисячі фірм, які виробляли специфіки, обмежені, і то значно, в оголошуванні своїх виробів. Це для них — смертельний присуд. Обмежено оголошування і стосування лівнаркотиків і наркотиків.

б) Зміна в людях. Зі складу лікарського тіла усунені чужородні первні. З другого боку, велика тридцятисічна маса німецьких «практичних лічників» (гайльпрактикер) пересіюється і злутовується в одно офіційльне тіло обіч лікарського.

в) Звернена увага передовсім на запобігання хвороб, на підтримування здоров'я, на реформи щоденого життя (програма сауни, запровадження «райхсброту», державного хліба тощо).

Отже і тут бачимо зміну на глибше, і то не в напрямі універсалістської, псевдовченій гордості.

СПІВПРАЦЯ З ОКОЛИЦЕЮ

На цім місці будемо говорити головно про сільських і містечкових лікарів-практиків.

Лікар, працюючи впродовж принаймні кількох літ у тій самій околиці, може дуже багато зробити не тільки тим, що помагає людямі з дієї околиці. Люди не живуть завислі в по-

вітрі, їх оточення в великій мірі творить їх самих. Клімат, відживлення, заробітки — це все те, що обумовлює собою їх здоровий стан мешканців околиці.

Лікар-практик мусить знати і те, яку іжу єсть і яку воду п'є його, пацієнт, як і те, що можна знайти лікувальне в місцевості, де той пацієнт перебуває.

Адже відкриття лікувальних джерел, як і джерел заробітку, дуже часто було ділом лікаря тієї околиці.

Лікар враз з агрономом можуть вказати на не одну лікувальну рослину, що могла б бути плянтована (саджена чи сіяна) в даній околиці. Справа плянтування рослинни на ширшу скалу — річ не під силу для одиниць. Інша річ, коли там знайдеться якась місцева громада, кооператива, відділ садівничої школи. Тоді в зв'язку з гуртівними фірмами, знаючи попит та маючи замовлення, можна розпочинати важку справу плянтування лікувальних рослин.

На одну річ кожен лікар, оскільки має змогу, повинен звернути увагу. В часах воєн, бльокад і однонапрямової праці фабрик — завжди буде бракувати перев'язевого матеріялу: літніни, вати тощо. Тоді треба звернути увагу на рослину, що може той матеріял до деякої міри заступити. Це т.зв. білий або торфовий мох (*Sphagnum cuspidatum*, род. *Sphagnum*), багатолітня ділікатна рослина, що росте переважно над озерами і в мочарах. Цей мох збирають, полошуть у воді, пресують спеціальним гідралічним пресом і, просушивши, крають на платівки. Ці платівки втягають, як губка, вогкість і взагалі надаються до доповнення бандажів (бінтів).

Придивлятися до т.зв. народної медицини і до найрізніших лічунів може в сто випадках ніч дати для українського загалу користі, але в сто першім дасть і свіжу думку, і цікаве спостереження. Візьмім хоч би історію т.зв. «болгарської курації». Перед війною 1914-1918 рр. у Болгарії вславився якийсь селянин, що давав цілющі зела хворим на наслідки хвороби Гайнє-Медіна і мав успіхи.

Суть цієї курації спочатку була незнана, взагалі виглядала вона навіть на струсову, небезпечну процедуру, — і перше, чим зареагували тодішні лікарі, — це осудом цієї курації. Та болгарин-лічун прислужився вищим кругам Італії, і справа змінюється. Під патронатом королеви Італії повстає дослідний інститут і шпиталь «болгарської курації». Покищо по-глянемо, які повстали з цього наслідки. Це не ввійшла ця курація до медичних підручників, але вже є поважні праці, що, писані компетентними науковцями-лікарями, подають цю

»болгарську курацію« як один із здобутків сучасної медицини.

Знайомість лікувальних рослин запровадить природника чи лікаря до ще одної ділянки, — українських рослинних фарб. Спеціально тепер треба над цим задуматися, — годівля таких рослин може збагатити не одну околицю. Як би не розвивались фабрики, — до «артистичних виробів, килимів, вибійчаних матерій — рослинна фарба завжди буде потрібна.

Колись (як є припущення) боротьба між Києвом і мазурськими князівствами була за таку найціннішу рослинну фарбу — червень (пурпур) і зв'язані з нею Червенські гроди.

Вже деякі знані лікарів лікувальні рослини одночасно дають і фарбу, — як, напр., Іванок прозірник — темно-жовту, цибуля — жовту, омела — зелену, дубова кора — брунатну і т. д. Лікар не одно може знайти й нове, як напр. досліджені сині й шафірові фарби (досі знані з зілля — синетка, дволиста — *Scilla bifolia* — і з синильника — *Isatis tinctoria*).

Вартість фарбівих рослин дуже залежить від ґрунту околіц і треба сподіватися, що деякі околиці в Україні будуть неможливі до заступлення.

Знаючи вартість лікувальних рослин і рослини взагалі, лікар тільки піднесе свою вартість, як лікаря і громадянина.

Не менш важним для лікаря-практика при лікуванні рослинами є співпраця із своєю аптекою:

СПІВПРАЦЯ З АПТЕКОЮ

Важкі для хемічного промислу часи довгої війни дуже відбиваються на праці аптеки.

Розмірене, догідне, добре облічене приготувлювання ліків стає все тяжчим. Вкінці, фармацевтові-аптекареві не зістається нічого, як випродувати залишки специфіків.

Дуже багато тут значитиме лікар. Коли він знайде ще нову дорогу до приготувлювання ліків, — він побудить тим самим і зв'язаного з ним фармацевта до дуже цікавої і різновидної праці з ділянки фармакогнозії. Та й аптека буде більш заповнена, як досі.

Пересадний «модернізм» і потяг до «найпоступовіших» хемічних ліків відіграє нераз свою роль в аптекі. Таким фармацевтам треба пригадати, що наймодерніші препарати, власне, стоять на дуже старих традиціях. Найновіші «фораніни», «віперіні», «апікосани» проти ревматизму — то тільки мурашине.

бджоляне трійло або навіть гадюче трійло. Ці речі були вживані, напевне, ще за Понтійської культури, тільки в іншій формі. Нехай трохи придивляться і до всяких «гірудін» (екстракт із п'явок) чи, напр., до йайновішого ліку проти псування зубів — витягу з щелепів молодих звірят («вадуріль»), або всяких «рутат. злів» — мазей з трану, чи живиці на рані. Це все речі давно знані, тільки їх достосовують в інших, більш масових формах до широкої потреби.

Власне лікар повинен помагати аптекареві зорієнтуватися в сучасності і разом з ним (не ждучи на готові ліки з далеких центрів) обкорити, що дастесь зробити на місці.

Аптека десь була звичайним «передатковим пунктом» від гуртового складу до «клієнта» і часто завмірала, коли гуртовий склад нічого не присилав. Тимчасом той «клієнт» — то жива людина, що терпить, боліє і жде швидкої допомоги.

Аптекар у своєму районі — то людина, що її шанують і, як треба, підуть їй на руку. Візьмім приклад. Маючи від одного з клієнтів свіжу кров забитої свині чи коня, від другого трохи цукру чи меду і зібравши кілька ароматичних зел, — зможе він завжди приготувати ліки для оздоровлення чи недокрівного. Таких прикладів можна подати сотні й тисячі.

Так само і в справі лікування лікувальними рослинами. Тут праця аптекаря має кілька ділянок. Назвім найголовніші з них:

а) Свіжі соки. Так само, як і в домашньому лікуванні, може аптека зробити всі відживчі соки, як сік з моркви (вітаміни, провітаміни, цукор), сік чорної редьки чи артишоків (жовчогонний), сік з кавуна (сечегонний), сік із петрушки чи шпагатів (сечегонний) тощо.

Крім того, може він давати приготовані влітку важніші соки рослин, від березового соку (протиартретичний) і соку з хріну (протискорбутовий) аж до 40—50 живих рослин, що знаходяться в нашім оточенні. Може в тім взоруватися на численних інфрактах;

б) рослинні тinctури й сиропи вимагають більше додатків, але їх приготування дастесь тепер довершити;

в) масти і плястри з головним рослинним складом найліпше приготувати за старими рецептами фармакогнозії і на простих оліях;

г) безпосереднього подавання рослин, треба уникати, бо взагалі більшість хворих не вміє ані добре напарити, ані добре відварити рослини. Коли ж уже донодиться давати, то рослини

ний сирівець (мішамку чи окрему рослину) треба обробити в та-
кий спосіб:

Накропити, докладно зволожити рослинний сирівець водою ($\frac{1}{2}$ — $\frac{1}{3}$ ваги сирівцю), аж напучнівіє, а тоді добре перети в ступі (найліпше не металевій), потім спресувати на папері й висушити. Такі рослини дуже добре напарюються, бо розчавлення їх у ступі відкриває клітнину для діяння гарячої води. Спеціяльно важне це при насінні, корах, стеблинах, а менш важне при цвіті.

Коли є під боком велика новочасна аптека, можна з нею умовитися, щоб вона пропускала так намочений і напучнівілий сирівець через т.зв. трициліндрову машину до мастей або машину до дроблення сирівців (найліпше два рази і за другим разом — міцніше). Пилогу, яка може при цьому повстати, — відсіяти.

А втім, і основний сирівець, і пилога (коли є можливість при більшій аптесі чи фабриці) — дуже добре надаються до штампування готових таблет, по 2—5 грамів вагою — до одноразового запарювання.

Готові таблети, овипнені в цельофан, заховані від світла й вогкості, з відповідною докладнотою датою і місцем зроблення, — це була б найдовершенніша форма записування пересічного рослинного сирівцю.

— — —

Понижче подані характеристики сто кільканадцяти важіжших лікувальних рослин у формі якнайбільш лаконічній, що надається для лікаря-практика. Пізніш для орієнтації — ці ж рослини розміщені по групах відповідно до їх лікувальних прикмет. Вкінці доданий невеличкий латинсько-український словничок українських лікувальних рослин. Ці відомості, доповнені ще деякими зasadами з фармакогнозії та ботаніки, дозволяють лікареві чи природниківі на успішне лікування рослинами.

З праць, які трактують на цю тему та призначенні для лікарів і природників, можна дістати багато німецьких підручників, з них згадаємо дві: великі два томи G. M a d i n s, Lehrbuch d. biolog. Heilmittel 1938 (надто дорога, ціна до 500 кім. марок) і Doz. Dr. W i l l y R e u c e, Pflanzl. Heilmittel. 1937 (недорога і надзвичайно багата на відомості її солідна книжечка); з французької літератури все вартісне, що виходить з-під пера «патріарха фітотерапії», проф. Н е п г і Л е е л е г е ' а . З моєї

»Фітотерапії«, модерного рецептаря-підручника для лікарів, на жаль, ані першого (1933), ані другого (1938) видання вже не можна дістати.

114 ВАЖНІШИХ РОСЛИН

(Скорочення: Зб. = збір; Пр. = призначення; Вк. = вказання; Зап. = спосіб записування).

Achillea Millefolium (Compositae)

Дерев'яний кривавник.

Зб.: рослина в цвіті.

Пр.: на переміну матерії, стягає слизівку проти корчів.

Вк.: «весняні курації», гемороїди кровоточиві.

Зап.: свіже зілля, як салата, сік, напар, тинктура. Компреси із свіжого листя гоять жилякуватий неред.

Aconitum Cytanthoides (Ranunculaceae)

Шувар звичайний.

Зб.: свіжий корінок.

Пр.: побудження травлення, загальне зміцнення.

Вк.: диспенсія, атонія, катари шлунку, метеоризм, скрофуллюза.

Зап.: відвар, свіжий сік, тинктура.

Adonis vernalis (Balaniculaceae)

Горицвіт весняний.

Зб.: свіжа ціла надземна частина.

Пр.: сечогонна, звужує судини, сповільшує пульс, заспокоює.

Вк.: перікардітіс, єндокардітіс, при кураціях відповідення.

Зап.: зимний настій, напар, тинктура. (Кумуляція лишень по 4—6 тижнях!).

Aesculus Hippocastanum (Hippocastanaceae)

Гіркокаштан звичайний.

Зб.: кора і свіжий овоч.

Пр.: заспокоює перестальтику, стягає, складень кори — аргірина — добрий при жиляках, гемороїдах.

Вк.: хронічний катар кишок, геморейальні болі.

Зап.: спорожкована кора або овоч, тинктура, екстракт у суспензіоріях.

Agrimonia eupatoria (Rosaceae)

Гладушник правдивий.

Зб.: ціле зілля з цвітом.

Пр.: побуджує апетит, секретцю слизівки, стягає.

Вк.: при катарі слизівки, хвороби печінки.

Зап.: напар, тинктура, компреси із свіжого листя до жиля-куватих вередів.

Alchemilla vulgaris (Rosaceae)

Наворотень звичайний.

Зб.: ціле зілля.

Пр.: заспокоює перистальтику, впливає на менорагію.

Вк.: катар грубої кишки, надто часті й сильні місячки.

Зап.: напар, зовнішньо до полоскання й на рани.

Allium cepa (Liliaceae)

Цибуля звичайна.

Зб.: цибульки і листя в найбільшому розвої.

Пр.: побуджує травлення, чистить слизь, сечогонна.

Вк.: замкнення стільця, хвороби кишок, кашель і хрипота, глисти, ретенція хлорків.

Зап.: найліпше терта сира цибуля або її сік з медом — 20—25 грамів денно.

Allium sativum (Liliaceae)

Часник звичайний.

Зб.: цибульки.

Пр.: обнижує тиск крові, побуджує травлення, має вітаміни А, В і Ц, сильні сірчані сполуки, сечогонний, гальмує розв'язнення.

Вк.: надтиснення, гостра бігунка, проти глистів, проти затруєння никотиною, астма.

Зап.: зубки сирого часнику, сік, відвар, сироп, тинктура.

Alliaria officinalis (Malvaceae)

Мальва лікарська.

Зб.: головним чином коріння, але й листя та цвіт.

Пр.: заспокоює болі, запалення, лагодить, в корінні до 25% цукру і багато слизі.

Вк.: Запалення шні й горлянки, катар дихалець, початок запалення легенів.

Зап.: напар, настій з коріння, свіже листя зовнішньо на вереди, чиряки.

Apium graveolens (Umbelliferae)

Селера звичайна.

Зб.: свіже зілля й овочі.

Пр.: першорядна сечогонна, багата на вітаміни, має глюкокінін.

Вк.: ревматизм і артритизм, діябет, побуджує місячку, побуджує мужеські статеві сили.

Зап.: сік свіжої рослини, напар з рослини й овочів.

Archangelica officinalis (Umbelliferae)

Дягиль аптекарський.

Зб.: коріння.

Пр.: побуджує секрецію слизівки травного й віддихового трактів.

Вк.: брак апетиту, катар шлунку, лінівство кишок, катар дихалець, анемія.

Зап.: холодний настій, корінь у порошку по 0,2—0,5 нараз кілька разів денно, салатка із свіжих пагінців.

Arctium Lappa (Compositae)

Лопух більший.

Зб.: сушене й свіже коріння.

Пр.: пото- й сечогонне, розвільняє, очищує як сарсапарілля.

Вк.: прищі й гнояння на венеричному й скрофулічному тлі, фурункули, хронічні вереди, артритизм.

Зап.: найліпше сік із свіжого коріння, бо сушене менш діє, компреси.

Arctostaphylos Uva-ursi (Ericaceae)

Мучниця лікарська.

Зб.: листя.

Пр.: сечогонна, антисептична, стягає.

Вк.: запалення сечового тракту, навіть гнійне, опухи, мочення в ліжку, гонорея (разом з лупуліном).

Зап.: відвар, напар, спорошковане листя по 0,5 гр. 3—4 рази денно. Не давати при вагітності!

Aristolochia Clematitis (*Aristolochiaceae*)

Филинник звичайний.

Зб.: коріння й листя.

Пр.: приспішує гоєння ран, дає відпорність організму.

Вк.: лікування ран, особливо жилякуватого переду гомілки.

Зап.: кількагодинний холодний настій до компресів — відвар коріння й листя.

Ageratum montana (*Compositae*)

Арніка гірська.

Зб.: коріння, цвіт, ціла рослина.

Пр.: зовнішньо — проти запалення і ресорбційне, внутрішньо — змінює працю б'ючок.

Вк.: побиття всякого роду з синдрими, внутрішньо — загальне вичерпання по хворобі, навіть проти астми й коклюшу.

Зап.: напар із цвіту, відвар коріння, тинктура, внутрішньо не більш як 1—2 гр денно.

Artemisia Absinthium (*Compositae*)

Полин звичайний.

Зб.: свіжа й сушена рослина.

Пр.: побуджує апетит, змінює шлунок, поліпшує травлення, складень олійковий нищить глисти.

Вк.: брак апетиту, замкнення стільця в нервовиців і недокривців.

Зап.: напар, спорошковане зілля 0.1—0.2 кілька разів денно. тинктура, не давати при загітності і слабих нирках.

Asparagus officinalis (*Liliaceae*)

Шпараги.

Зб.: коріння й прорості.

Пр.: дуже сечогонне.

Вк.: каміння нирок і пухиря, опухи, ревматизм, недомагання серцевого м'язу.

Зап.: свіжі прорості, сік, відвар. Не давати при хворобах м'якишу, нирок і артритизмі.

Avena sativa (*Gramineae*)

Овес сійний.

Зб.: ціла рослина в цвіті.

Пр.: заспокоює і змінює.

Вк.: вичерпання фізичне й нервове, на відвикнення від тютюну, алькоголю.

Зап.: тинктура, купелі при ревматизмі, пораженнях, люмбаго.

Bellis perennis (*Compositae*)

Морон тривалий.

Зб.: цвіт і пагінці.

Пр.: заспокоює нерви й корчі, побуджує переміну матерії.

Вк.: часті й болючі місячки; болі нирок і пухиря.

Зап.: напровесні — прорості, як салата. Сік, напар.

Berberis vulgaris (*Berberidaceae*)

Кислич звичайний.

Зб.: свіжа кора, коріння, овочі.

Пр.: жовчогонне, протигарячкове.

Вк.: жовтячка, жовчеве й киркове каміння, туберкульоза груших кишок.

Зап.: відвар коріння, напар з кори, тинктура, сироп з овочів.

Betula alba (*Betulaceae*)

Береза біла.

Зб.: листя, сік.

Пр.: сечогонна, особливо при артритичній типі, можливо розпускає ниркове каміння.

Вк.: запалення пухиря, артритизм, старіння.

Зап.: напар з сухого листя, свіжий сік по $\frac{1}{2}$ скл. 3—4 рази денно.

Calendula officinalis (*Compositae*)

Крокис лікарський, нагидка

Зб.: цвіт.

Пр.: зовнішньо — гойть і лагодить, внутрішньо — побуджує місячку, потогонне.

Вк.: ранні, гнійні вереди, відмороження, фістули, внутрішньо — неправильні, малі місячки.

Зап.: напар, тинктура, масть, настій на оливі, гліцерині.

Cannabis sativa (*Moraceae*)

Конопля звичайна.

Зб.: рослина в цвіті, насіння.

Пр.: легко сечогонне, лагодить корчі, обнижує процент цукру в крові.

Вк.: хвороби нирок і пухиря, помічна при діябеті.
Зап.: «конопляне молочко» — відвар з насіння, напар з ро-
слини.

•†

Capsella Bursa - pastoris (Cruciferae)

Калиточник звичайний.

Зб.: рослина в цвіті.
Пр.: тамує кров, регулює обіг крові, протиартретичне.
Вк.: кровотечі всіх родів — з носа, пухиря, грудей, шлунку,
нирок, геморoidів.
Зап.: свіжа рослина, сік або напар з висушеної рослини, яка
значно слабша від свіжої. Діє, як гідрастіс, тільки менш
брутально і не псує шлунку.

Carum Carvi (Umbelliferae)

Кмін польовий.

Зб.: свіжий овоч.
Пр.: побуджує травлення, виганяє вітри, побуджуєтворення
молока.
Вк.: ослаблений шлунок дітей, метеоризм, замало корму
в матерів.
Зап.: товчені свіжі овочі, напар, олія.

Chelidonium majus (Papaveraceae)

Зелемозень звичайний.

Зб.: рослина в цвіті.
Пр.: на гладкі м'язи діє, як папаверіна, обнижує тиснення
крові, жовчо- і сечогонна.
Вк.: хвороби печінки, болі ракові шлунку.
Зап.: тинктура, свіжий сік тільки назовні (отруйний!) до усу-
нення бородавок, мозолів, впорски (болісні!).

Cichorium Intybus (Compositae)

Придорожник Петрів батіг.

Зб.: рослина й коріння.
Пр.: жовчогонне, побуджує слизівку травного тракту, має від
живчий складень, інуліну.
Вк.: катар шлунку, жовтянка, застій печінки.
Зап.: шея, як салатка, свіжий сік, відвар коріння.

Claviceps purpurea Thlasme (Pyrenotuscales)

Спорикъ.

Зб.: цілій грибок (ріжки).

Пр.: впливає на всю гладку м'язівку вразу (матиці), особливо під час вагітності, затискає судини, підвищує тиск крові.

Вк.: по породі при атонічних кровотечах.

Зап.: порошок (0.3—1.0), відвар' (2—4: 100), напар (2—8: 100), екстракт.

Cnicus benedictus (Compositae)

Хрестовий корінь.

Зб.: листя, коріння.

Пр.: зміцнює загально, жовчогонне, протигарячкове, діє зодібно, як *Quassia amara*.

Вк.: катари кишок і шлунку, жовтячка, малярія.

Зап.: відвар, тинктура.

Colchicum autumnale (Liliaceae)

Пізноцвіт осінній.

Зб.: насіння й цибульки.

Пр.: отрута капілярів, жовчогонне, легко викликає кровотечу з нирок, брак сечі.

Вк.: артритизм, суглобові болі.

Зап.: тинктура, а крім того втирання в мастях і оліях.

Convallaria majalis (Liliaceae)

Коивалія майова.

Зб.: рослина в цвіті.

Пр.: діє, як строфантина; сильно сечогонне, підвищує тиск крові, ритмізує, кумуляція.

Вк.: аритмія, водянка, ослаблення й нервовість серцевого м'язу.

Зап.: тинктура і втирання в околицю серця.

Crataegus Oxyacantha (Rosaceae)

Глід звичайний.

Зб.: цвіт, овочі, листя.

Пр.: заспокоює нерви серця й судин, протикорчеве, зрівноважує працю симпатичного нерву і сонцевого спльоту.

Вк.: ослаблення серця, надтиск, ангіна пекторіс, до певної міри трохи заступає наперсник і ефедру.

Зап.: тинктура, напар.

Cucurbita Pepo (Cucurbitaceae)

Диня. Гарбуз.

Зб.: насіння. М'ясиво овочу.

Пр.: насіння усуває лентові глисти, м'ясиво сечогонне.

Вк.: проти тенії, добрий для дітей і вагітних, плодовий м'якіш проти опухів.

Зап.: ядра насіння, як молочко або паста, — по 5—6 годинах — на прочищення. М'ясиво в великій кількості (до 3-х кг денно) в різних формах.

Cynara scolymus (Compositae)

Артишок.

Зб.: листя.

Пр.: сильно жовчогонне і сечогонне.

Вк.: запалення печінки, хвороба нирок з малою кількістю сечі.

Зап.: відвад, пігулки з екстракту.

Daucus Carota (Umbelliferae)

Морква звичайна.

Зб.: коріння.

Пр.: має вітамін А, Б і ІІ, протиглистна, лагодить подразнену слизівку травного тракту.

Вк.: брак вітамінів, дрібні глисти, запалення грубої кишki, гемороїди.

Зап.: сира, терта або свіжий сок; варена, дієтетична, компреси з свіжої на гемороїди.

Digitalis purpurea (Scrophulariaceae)

Наперсник червоний.

Зб.: листя.

Пр.: поліпшення серцевої дії в систолі й діастолі, побільшення поємності пульсу і сповільнення аж до серцевого бльоку.

Вк.: недомагання серця, брак компенсації.

Зап.: напар, тinctура, порошок, екстракт. Найліпше з цілої рослини (з усіх глюкозидів, а не окремих глюкозидів).

Drosera rotundifolia (Droseraceae)

Росичка круглолистя.

Зб.: рослина в цвіті.

Пр.: заспокоює корчі, зменшує число пароксизмів в коклюші, на відкашляння.

Вк.: спазматичний кашель, коклюш, астма.

Зап.: напар, тинктура, сироп.

Ephedra vulgaris (Gnetaceae)

С тав чіак з ви чай н и й.

Зб.: вся рослина (у нас рідка і тільки на південному сході України, як «калмицький чай»).

Пр.: спеціяльно протиастматична, слабший, але триваліший вплив від адреналіну.

Вк.: астма дихальець, підтиск крові, алергії.

Зап.: настій, тинктура, екстракт.

Equisetum arvense (Equisetaceae)

Х в о щ по ль о в и й.

Зб.: ціла рослина.

Пр.: має багато крем'янки, сечогонна, протиковотечна.

Вк.: хвороби нирок і пухиря, опухі, початок туберкульози легень.

Зап.: відвар, сік із свіжої рослини, порошок (1—2 грами 3—4 рази денно) в компресах проти запалення повік, на рани.

Erythraea Centaurium (Gentianaceae)

Ж ар ка с е р е д у ш н и к.

Зб.: ціла рослина.

Пр.: горка і стягає, зміцнює шлунок і кишки.

Вк.: ослаблення шлунку й кишок по хворобах, диспепсія, надкисленість, гемороїди.

Зап.: напар, порошок, тинктура.

Euphrasia officinalis (Scrophulariaceae)

О ч а н к а з в и ч а й н а.

Зб.: рослина в цвіті.

Пр.: добре впливає на очі й повіки.

Вк.: катари повік, надмірна праця очей, сухий катар носа й горлянки.

Зап.: зовнішньо на компреси — відвар, внутрішньо — напар.

Foeniculum vulgare Miller (Umbelliferae)

К о п р і й л і к а р с ь к и й . — К р і п.

Зб.: коріння, овочі, рослина.

Пр.: корінь добре сечогонний, овочі побуджують секрецію слизівки шлунку, грубої кишки і нирок.

Вк.: недуги кишок і шлунку, головно в дітей, катар дихалець, астма, коклюш; ліпша від ганусу.
Зап.: товчені овочі в напарі й відварі, напар коріння, вода, тинктура.

Fumaria officinalis (*Papaveraceae*)

Дикінця звичайна.

Зб.: рослина в цвіті.

Пр.: потогонна, впливає на секрецію шлунку, нирок і шкіри.
Вк.: хвороба печінки, хронічне замкнення стільця, екземи й скрофулічні висипки.

Зап.: настій, напар, сік. Давати не довше, як 2—3 тижні, бо приходить шкідлива кумуляція.

Galega officinalis (*Leguminosae*)

Козяятник звичайний.

Зб.: рослина в цвіті.

Пр.: сечо-й погонна, побуджує секрецію молока, обнижує процент цукру в крові.

Вк.: цукрова хвороба, однак обіч треба давати інсуліну.

Зап.: напар, екстракт.

Gentiana lutea (*Gentianaceae*)

Свічурник жовтий.

Зб.: коріння.

Пр.: складень генциопікринна забиває заразки малярії, побуджує секрецію травного тракту, особливо шлунку, протигарячкова, жовчогонна.

Вк.: дислепсія, недокрів'я, ослаблення загальне організму й травлення, малярична гарячка.

Зап.: відвар, напар, настій, порошок, тинктура, екстракт.

Geum urbanum (*Rosaceae*)

Гребінник звичайний.

Зб.: рослина в цвіті й коріння.

Пр.: ароматизує, стягає (40% танніну), протиболева, протигарячкова.

Вк.: катар шлунку й кишок з гарячкою, дисентерія, тиф черевний.

Зап.: відвар, напар: разом з корою білої верби заступає хіну в 30% — 20%.

Glechoma hederacea (Labiatae)

Котячка розхідниця.

Зб.: рослина в цвіті.

Пр.: впливає на секрецію слизівки, віддихового тракту й сечового пухиря.

Вк.: катар дихалець хронічний, астма.

Зал.: сік, напар.

Graphealium arenarium (Compositae)

Солом'янка піскова.

Зб.: цвіт.

Пр.: жовчогонне, зміцнює травний тракт.

Вк.: запалення жовчових доріг.

Зал.: напар із цвіту, тинктура.

Hedera Helix (Araliaceae)

Прочитан звичайний.

Зб.: листя.

Пр.: має розпускати каміння, сечо-й жовчогонна.

Вк.: скрофульоза, рапіт, ревматизм.

Зал.: настій, напар, тинктура; зовнішньо — сік на мозолі.

Herniaria glabra (Caryophyllaceae)

Кильник звичайний.

Зб.: рослина в цвіті.

Пр.: сильно сечогонна, проти корчів.

Вк.: катар сечового пухиря, гонорея, опухі.

Зал.: настій, напар, відвір; в більшій кількості щедить (сапоніни!).

Humulus lupulus (Motaceae)

Хміль звичайний

Зб.: шишкі цвіту, лупулін.

Пр.: насонна й заспокійлива, сечогонна, гірка на смаклення.

Вк.: надмірне статеве побудження, полюції, онанія, нічне мочення, безсонниця, корчі шлунку, атонічна дисплесія.

Зал.: напар, порошок, тинктура.

Hypericum perforatum (Hypericaceae)

Іваніок прозірник

Зб.: цвіт і ціла рослина.

Пр.: побуджує секрецію, проти запалення, впливає на нерви вегетативного кишкового тракту.

Вк.: нервова диспепсія, нервове запалення грубої кишکи, дисменорея, ранній вереди.
Зап.: напар, сік, олія.

Iris versicolor (*Iridaceae*)

Косиця.

Зб.: коріння.

Пр.: заспокійлива, проти корчів, впливає на панкреас.

Вк.: мігрена, помічна при діабеті, ішіас.

Зап.: спорошковане коріння.

Juglans regia (*Juglandaceae*)

Горіх волоський.

Зб.: листя, плодова кора, овочі.

Пр.: зміцнює шлунок, протиглистова, проти недокрів'я, складень югльона добре впливає на шкірні хвороби.

Вк.: скрофульоза, хронічні екземи особливо в дітей, фурункульоза, недокрів'я, лентові глисти.

Зап.: напар і відвар з листя, олія проти лентових глистів, куриці на зміцнення з листя.

Juniperus communis (*Cupressaceae*)

Ялівець звичайний.

Зб.: ягоди:

Пр.: побуджує секрецію шлунку, нирок та віддихового тракту, ягоди мають до 36% цукру.

Вк.: хвороби дихальця, пухиря, катар шлунку.

Зап.: сік з ягід, напар, сироп, — не багато, бо дражнить нирки.

Lamium album (*Labiatae*)

Медунка біла.

Зб.: цвіт, ціла рослина.

Пр.: впливає на місячку і обіг крові в жіночих статевих органах.

Вк.: зменшування місячки.

Зап.: сік, напар, тинктura

Levisticum officinale Koch (*Umbelliferae*)

Любисток звичайний.

Зб.: коріння.

Пр.: сечо-жовчо-вітрогонна, протикорчева.

Вк.: погане травлення, хвороба нирок.

Зап.: напар.

Lícum usílissimum (*Linaceae*)

Ліон сійний.

Зб.: насіння.

Пр.: побуджує рух грубої кишки, лагодить корчі, дуже легко розвільнює, проти запалень.

Вк.: катар кишок, навіть при вередах кишок, каміння нирок і жовчові, поларення.

Зап.: напар, олія, зовчене насіння в відварі з молоком.

Lycopodium clavatum (*Lycopodiaceae*)

П'ядич пелешник.

Зб.: зародники.

Пр.: протикорчева, сечогонна.

Вк.: корчі сечового пухиря, артритизм.

Зап.: напар.

Malva silvestris (*Malvaceae*)

Слиз лісовий.

Зб.: цвіт, листя.

Пр.: слизь улегшує стілець, легко розвільняє.

Вк.: нежиті горла, шлунку.

Зап.: напар, осолоджений медом, для дітей.

Marrubium vulgare (*Labiatae*)

Шанта звичайна.

Зб.: ціла рослина.

Пр.: розріджує флегму, побуджує апетит.

Вк.: хронічні нежиті горла й дихальць, астма.

Зап.: відвар, тинктура, настій.

Matricaria Chamomilla (*Compositae*)

Рум'янець щирій.

Зб.: цвіт.

Пр.: заспокійлива, протиболева, протикорчева, регулює місечку.

Вк.: при мігрені (дуже місний напар), невралгія нервів лиця (порошок до 3 — 4 грамів), здуття кишок, шлунку, болі в корчі дітей, як починають діставати зуби.

Melissa officinalis (*Labiatae*)

Ройник звичайний.

Зб.: листя.

Пр.: легко потогонне, побуджує травлення, заспокоює нерви.

Вк.: нервовість шлунку, диспепсія, ангіна пекторіс, гістерія, зовнішньо — втирання олії проти ревматизму

Зап.: напар, олія.

Mentha piperita (*Labiatae*)

М'ята перцева.

Зб.: листя.

Пр.: головний складень — ментола. Анестезує нерви дотикові і частинно болеві; протиферментаційна, жовчогонна.

Вк.: атонія й болі травного тракту, рвоти, здуття, хвороби печінки й жовчевого пухиря.

Зап.: напар, олія.

Menyanthes trifoliata, (*Gentianaceae*)

Бібник трилисник.

Зб.: листя.

Пр.: побуджує секрецію шлунку, кишок, печінки, можливо лікує волос.

Вк.: погане травлення, хвороба печінки, артритизм.

Зап.: напар, відвар, порошок, тинктура.

Nasturtium officinale R. Brown (*Cruciferae*)

Настурція звичайна.

Зб.: ціла рослина, але свіжа.

Пр.: сік обнижує процент цукру в крові

Вк.: скорбут, діабет, скрофульоза.

Зап.: свіжий сік має в собі фосфор, йод, залізо — ($\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ скл. денно), салатка.

Nerium Oleander (*Apocynaceae*)

Олеандер.

Зб.: листя.

Пр.: збільшує поємність удару серця, нормалізує ритм.

Вк.: стеноза мітральна серця, старече безсилля, — не вільно при ангіні пекторіс.

Зап.: напар, тинктура, не дає кумуляції.

Nymphaea alba (Nymphaeaceae)

У міч білий.

Зб.: цвіт, корняк.

Пр.: цвіт заспокоює полову нáдварзливість, корняк — проти безсонниці.

Вк.: статева неврастенія, безсонниця.

Зап.: напар, сироп, екстракт з коріння, тинктura.

Ocimum basilicum (Labiatae)

Васильок пахучий.

Зб.: цвіт, ціла рослина.

Пр.: зміцнює шлунок, поліпшує травлення.

Вк.: хронічне запалення шлунку, здуття й корчі шлунку.

Зап.: напар.

Oenanthe aquatica Lmk. *Phellandrium* Lmk. (Umbelliferae)

Омежник водяний.

Зб.: насіння.

Пр.: на відкашлювання, заспокійливе, легко сечогонне.

Вк.: задавнені нежиті дихальць, навіть гнійні; коклющ, запалення легенів.

Зап.: напар, тинктura.

Onopordum spinosum (Leguminosae)

Вовчак колючий.

Зб.: коріння, ціла рослина.

Пр.: сечогонна, гірка й побуджує секрецію слизівки травного тракту.

Вк.: запалення пухиря, опухи.

Зап.: відвар коріння або цілої рослини.

Petroselinum sativum Hoffmann (Umbelliferae)

Петрушка звичайна.

Зб.: коріння, овочі

Пр.: головний складень апіоль, заспокоює й обезболіє місячки, взагалі ж викликає рівномірну працю гладких м'язів кишок і пухиря.

Вк.: болісна місячка, брак місячка.

Зап.: напар, сік, сироп, екстракт, не давати при запаленні нирок.

Phaseolus vulgaris (Leguminosae)

Квасоля звичайна.

Зб.: лушпиння, овочі.

Пр.: добре сечогонне, обнижує процент цукру в крові.

Вк.: ревматизм суглобів, артритизм.

Зап.: відвар.

Picea excelsa Link. (Pinaceae)

Смерека стрімка.

Зб.: бруньки, живиця.

Пр.: ароматичний складень — терпентина розріджує флегму легень.

Вк.: хронічні запалення дихалець, навіть гнійні.

Зап.: міцний напар, сироп, — відваж до купелів.

Pimpinella Anisum (Umbelliferae)

Бедрінець гранус, іаниж.

Зб.: овочі.

Пр.: головний складень — анетоль, спочатку побуджує кишки, потім ошоломлює, побуджує молочні залози й місячкування.

Вк.: корчевий стан кишок на тлі нервовім, метеоризм, брак корму в матерії.

Зап.: відвар, порошок, тинктура, не завеликі дози!

Pimpinella magna (Umbelliferae)

Бедрінець великий.

Зб.: коріння.

Пр.: побуджує секрецію слизівок дихалець і шлунку та кишок.

Вк.: катаральна астма дихалець, катар шлунку.

Зап.: напар, тинктура

Pinus silvestris (Pinaceae)

Сосна звичайна.

Зб.: бруньки, живиця.

Пр.: бруньки мають коло 20% живиці і коло 25% оліїку, де головний складень — терпентина.

Вк.: хронічний нежит дихалець, скрофульоза, фурункульбоеза.

Зап.: напар, тинктура, впорсхи терпентини, купелі з брунькою.

Plantago lanceolata (Plantaginaceae)

Б а б к а ланцетувата.

Зб.: листя.

Пр.: зміцнює апетит, гальмує кровотечі, розріджує флегму, протикорчева, легко розвільняє.

Вк.: хронічна нежить дихалець, астма, коклюш, брак стільця.

Зап.: сік, відвар, салатка.

Polygala amara (Polygalaceae)

К о р е ш н и к г і р к и й.

Зб.: ціла рослина, коріння.

Пр.: має сапонінину, подібне до сенеги, розріджує флегму, побуджує секрецію.

Вк.: хронічні хвороби дихалець, лінівте травлення, астма.

Зап.: відвар, екстракт.

Polygonum aviculare (Polygonaceae)

Д р я с е н п о д о р о ж н и к .

Зб.: ціла рослина, коріння.

Пр.: сечо-жовчогонна; корінь заступає ратанію, багато крем'янки.

Вк.: гострі хвороби кишок.

Зап.: напар, відвар.

Polygonum Bistorta (Polygonaceae)

Д р я с е н р а ч и н е ць.

Зб.: коріння.

Пр.: головний складень — танініка (до 20%), затискає судини, стягає

Вк.: внутрішньо — початки туберкульози кишок, зовнішньо гемороїди, жіночі випливи.

Зап.: відвар, екстракт, порошок.

Polygonum hydropiper (Polygonaceae)

Д р я с е н г і р ч а к .

Зб.: ціла рослина.

Пр.: збільшує липкість крові, противідхарювальне.

Вк.: кровотечі при фібромах, ендометритах, дисменорея.

Зап.: екстракт, свіжий сік, порошок: висушена — дуже втрачає на лікувальній силі.

Potentilla Anserina (Rosaceae)

П е р с т а ч г у с я т н и к.

Зб.: ціла рослина.

Пр.: стягає, проти кровотеч.

Вк.: розвільнення, дисентерія, корчі шлунку й кишок.

Зап.: відвар.

Primula officinalis Hill (Primulaceae)

П е р в е н е ць л і к а р с ь к и й.

Зб.: коріння, цвіт.

Пр.: складні сапонінові розріджують флегму, легко розвільняють.

Вк.: пневмонія, запалення дихалець, зовнішнє — потовчення.

Зап.: відвар, тинктура, екстракт. Є «нізджі кропивниці по відварі!»

Prunus spinosa (Rosaceae)

Т е р н и на.

Зб.: цвіт, листя, ягоди..

Пр.: лагодить, легко розвільняє, сечогонна.

Вк.: болісні розвільнення на початку, болі сечового пухиря.

Зап.: напар, настій.

Rumex officinalis (Boraginaceae)

Щ е м е л и н а з в и ч а й н а.

Зб.: ціла рослина.

Пр.: розріджує флегму, мінералізує організм.

Вк.: хвороїки легень і дихалець.

Зап.: відвар.

Urtica dioica (Urticaceae)

Д у б ч е р е ш к о в и й.

Зб.: жолуді, кора молодих галузок, нарости на листях.

Пр.: головні складні — танини — дражніть слизяівку травного тракту.

Вк.: в гарячках — як складень «фрайшулької хінік» (кора дубова, корінь свічурника, рум'янець), жіночі випляви.

Зап.: настій і відвар — зовнішнє, порошок кори — внутрішнє, нарости на листках — складень в південних солодощах на отовщення.

Raphanus sativus (Cruciferae)

Ред'ка городня.

Зб.: коріння.

Пр.: побуджує секрецію слизівки кишок і дихалець, а спішально жовчі.

Вк.: нежжтова жовтячка, холянгіт, холецистит.

Зап.: сік, терта ред'ка, сироп. Може дуже подражнити нирки!

Rhamnus Frangula (Rhamnaceae)

Крушина звичайна.

Зб.: кора (1–2 роки мусить полежати).

Пр.: складень — антрахіон, як і в рапарбарі, — прочистливий і жовчогонний.

Вк.: замкнення стільця, застій жовчі.

Зап.: порошок, напар, відвар, настій, екстракт.

Rosa canina (Rosaceae)

Рожа лольова. Шипшина.

Зб.: овочі.

Пр.: кора овочів багата на вітамін Ц, що зберігається порівнюючи тривало, легко розвільнює, сечогонна.

Вк.: хвороби нирок і пухиря, легкий нежит шлунку.

Зап.: напар, як чай, мармелада.

Rosmarinus officinalis (Labiatae)

Розмайрин лікарський.

Зб.: цвіт, листя.

Пр.: ароматична, заспокійлива, протиздуттєва.

Вк.: погане травлення, amenорея.

Зап.: напари до купелів, олія; напар.

Urtica dioica (Urticaceae)

Щавій лутяник.

Зб.: листя.

Пр.: сечо- і жовчогонна, багата на вітаміни.

Вк.: ліміве травлення, хвороби шкіри.

Зап.: напар, салатка. Побільшує нажил до творення каміння, по-гіршує артритизм.

Salix alba (Salicaceae)

В е р б а б і л а .

Зб.: кора, бруньки.

Пр.: в корі — складень саліциліна, що зміцнює й заспокоює нерви.

Вк.: настій з бруньок на безсонницю, відвар з кори проти гарячки.

Зап.: порошок, настій, відвар.

Salvia officinalis (Labiatae)

Ш а л в і я л і к а р с ь к а .

Зб.: листя.

Пр.: складень — листя — камфора, лагодить запалення, слизівки, на потові залози впливає гальмівно, танині в шалвії зміцнюють загально.

Вк.: зовнішньо — до полоскань горла і при жіночих випливах, внутрішньо при пітливості й анемії і надмірі корму в матерів.

Зап.: напар, настій, відвар, тинктura.

Sambucus nigra (Caprifoliaceae)

Б у з и н а ч о р ' н а .

Зб.: кора, корінь, цвіт, стрижень стовбура, ягоди.

Пр.: цвіт потогонний і розвільняє, коріння й кора — дуже сечогонна..

Вк.: гарячка, грипа, суглобовий ревматизм.

Зап.: відвар, настій, напар, мармелада з ягід.

Saponaria officinalis (Caryophyllaceae)

М и л ь н и к з в и ч а й н и й .

Зб.: корінь, ціла рослина.

Пр.: побуджує секрецію всіх залоз (сапоніни), розріджує флегому.

Вк.: скрофульоза, артритизм, сухий кашель.

Зап.: холодний настій, пізніше коротко заварти. Салоніни дражнят слизівку шлунку!

Solidago Virgaurea D. C. (Compositae)

В о ск об о й на з в и ч а й на .

Зб.: ціла рослина.

Пр.: сечогонна, можливо, що /розпускає ниркове й пухиреве каміння.

Вк.: хвороби нирок, каміння ниркове, хвороби простати, артритизм.
Зап.: напар, відвар.

Spiraea ulmaria (Rosaceae)

Ліа б а з ник правдивий. Таволга.

Зб.: цвіт, листя.
Пр.: головний складень — саліцилова кислинна й танніна, тому сечо- й потогонна, стягає.
Вк.: артритизм, суглобовий ревматізм.
Зап.: міцний напар.

Bumphytum officinale (Borraginaceae)

Га в'яз чж и в о к і с т.

Зб.: коріння.
Пр.: стягає, очищує флегму, гоїть (алянтоїна), свіжий сік дас відпорність дігтям.
Вк.: вереди шлунку, запалення кишок, туберкульоза кишок, запобігання хвороб у малих дітей.
Зап.: настій з сушеною коріння на 5.— 6 годин, свіжий сік, сироп. Не подавати разом із рослинами, що мають танніну, бо не стимулює слизь живоюкостю.

Tanacetum vulgare (Compositae)

В о р о т и ш р а н и к.

Зб.: цвіт, овочі.
Пр.: Має глисто-бійчі складні, може заступити сантоніну.
Вк.: проти глистів, здуття.
Зап.: напар, овочі в порошку. Не вільно давати при вагітності.

Taraxacum officinale Weber (Compositae)

К уль ба ба з в и ч а й на.

Зб.: коріння, сік.
Пр.: сік побуджує жовчевий пухир до скорчу, тому жовчогонна, але механічно.
Вк.: хронічні хвороби жовчевих доріг.
Зап.: салатка, найліпше свіжий корінь в екстракті або свіжий сік, бо після сушки — малоцінна рослина.

Thymus Serpyllum (Labiatae)

Ч а б р и к м а т е р и н к а

Зб.: ціла рослина.

Пр.: головний складень, тимоль, глистоубивчий, розріджує флегму.

Вк.: глисто-аскариди, хронічні катари дихалець.

Зап.: напар, тинктура і стосувати впродовж тижня, коли — на глисти.

Tilia platyphyllos Scop. (Tiliaceae)

Л и п а ш и р о к о л и с т а .

Зб.: цвіт.

Пр.: головний складень — ароматичний олійок і слизь та цукор, заспокоює, присипляє.

Вк.: нервовість, мігrena, коклюш.

Зап.: напар, купелі з напару цвіту, вугілля при здутті.

Trigonella Foenum-graecum (Leguminosae)

Б у р к у н г р е ц ь к е с і н о :

Зб.: насіння.

Пр.: зміцнює травлення, розріджує флегму.

Вк.: ослаблення, худість особливо в дітей; до певної міри застуває арсен, фосфор і залізо.

Tussilago Farfara (Compositae)

П і д б і л з в и ч а й н и й .

Зб.: цвіт, ціла рослина.

Пр.: її складні, живці й слизь, облегчують відкашлювання.

Вк.: гостре запалення дихалець.

Зап.: напар з цвіту, відвар з рослини.

Urtica dioica (Urticaceae)

К р о п и в а в е л и к а .

Зб.: ціла рослина (листя).

Пр.: пекучість від мурашкої кислині, побуджує травлення, звужує судини, обнижує процент цукру в крові.

Вк.: розвільнення, брак апетиту, недокрів'я, кровотечі, діабет, крапивниця.

Зап.: напар, свіжий сік, салатка з верхівель

Vaccinium Myrtillus (Ericaceae)

Чорни ця.

Зб.: ягоди.

Пр.: вартина своїми антиціановими складнями, бактеріо-
вбивча, протиферментаційна, гальмує кровотечі.

Пк.: гостре запалення кишок, вередні в роті, кровотечі з гемо-
ройдів.

Зап.: відвар, тинктура.

Valeriana officinalis (Valerianaceae)

Одолян лікарський.

Зб.: коріння.

Пр.: обніжує напруження нерву пневмогастрічного, заспо-
коює, сповільнює ритм серця, змінює скерч серцевого
м'язу, глистогонна.

Вк.: надвразливість нервів, серця та судин.

Зап.: холодний настій, тинктура, порошок.

Verbascum phlomoides (Scrophulariaceae)

Дівина звичайна.

Зб.: цвіт.

Пр.: лагодить подражні слизівки трактів віддихового й трав-
ного.

Вк.: запалення горла, дихальць, слизівки кишок.

Зап.: напар (добре переїдти через полотно!).

Viola odorata (Violaceae)

Фіялка пахуча.

Зб.: цвіт.

Пр.: розріджує флегму в дихальцях, легко сечогонна.

Вк.: легкі катари дихальць у дітей, коклюш.

Зап.: напар.

Viola tricolor (Violaceae)

Фіялка трибарвна. Братки.

Зб.: цвіти, ціла рослина.

Пр.: головний складень — метильовий саліцилян, сечогонний,
дуже надається для дітей.

Вк.: артритизм із шкірною вишинкою, скрофульоза.

Зап.: напар з цвіту, відвар з рослини.

Viscum album (*Loranthaceae*)

О м е л а б і л а .

Зб.: листя, ціла рослина (найкраща з глоду й яблуні).

Пр.: головний складень — сапонін — обнижує тиск крові, лагідніша і триваліша від натріюм нітрозум, гальмує кровотечі.

Вк.: надтиск крові, кровотечі з легень, кишок, по породах.

Зап.: порошок, екстракт, тинктура.

Xeranthemum annuum (*Compositae*)

Б е з с м е р т н и к р іч н и й .

Зб.: цвіт напіврозквітлий, рослина.

Пр.: зміцнення серцевого м'язу, піднесення тиску крові.

Вк.: недокрів'я серцевого м'язу із спадком тиску.

Зап.: напар, тинктура.

Zea Mays (*Gramineae*)

К у к у р у д з а . П ш е н и ч к а .

Зб.: стигмата («волосся»).

Пр.: сечогонна, лагодить болі пухиря.

Вк.: опухі, хвороби пухиря, пісок і каміння в нирках.

Зап.: відвар, екстракт.

ГРУПИ ВАЖНІШИХ РОСЛИН

(*Adstringentia*. — *Amara*. — *Analgetica*. — *Antiasthmatica*. — *Antidiabetica*. — *Antidyscratica*. — *Antidysmenorrhoeica*. — *Antirheumatica*. — *Antilithreotoxicosa*. — *Anthelmintica*. — *Aromatica*. — *Cardiaca* - *Vasculosa*. — *Cholagogia*. — *Deri antia*. — *Diaphoretica*. — *Diuretica*. — *Emmenagogia*. — *Expectorantia*. — *Haemostatica*. — *Laxantia*. — *Narcotica*. — *Nervina*. — *Stomachica*. — *Tonica*).

ADSTRINGENTIA

Quercus Robur.

Vaccinium Myrtillus.

Juglans regia.

Corylus avellana.

Geum urbanum.

Betula alnus.

Aesculus Hippocastanum.

Capsella Bursa - pastoris.

Achillea Millefolium.

Polygonum aviculare.

/ *Polygonum Bistorti*

Potentilla erecta.

Lamium album.

Cornus mas.

<i>Mespilus germanica.</i>	<i>Hypericum perforatum</i>
<i>Cydonia vulgaris.</i>	<i>Vitis vinifera.</i>
<i>Agrimonia eupatoria.</i>	<i>Urtica dioica.</i>
<i>Rosa gallica.</i>	<i>Symphytum officinale.</i>
<i>Fragaria vesca.</i>	<i>Lythrum Salicaria.</i>

AMARA

<i>Gentiana lutea.</i>	<i>Cnicus benedictus.</i>
<i>Gentiana centaurium.</i>	<i>Vinca minor.</i>
<i>Lichen islandicus.</i>	<i>Humulus lupulus.</i>
<i>Artemisia Absinthium.</i>	<i>Marrubium vulgare.</i>
<i>Artemisia vulgaris.</i>	<i>Rumex crispus.</i>
<i>Centaura calcitrapa.</i>	<i>Cichorium Intybus.</i>
<i>Polygona amara.</i>	<i>Fumaria officinalis.</i>
<i>Menyanthes trifoliata.</i>	<i>Calendula officinalis.</i>
<i>Berberis vulgaris.</i>	<i>Taraxacum officinale.</i>

ANALGETICA

<i>Aconitum Napellus.</i>	<i>Mentha piperita.</i>
<i>Anemone Pulsatilla.</i>	<i>Menyanthes trifoliata.</i>
<i>Hypericum perforatum.</i>	<i>Petroselinum sativum.</i>
<i>Chelidonium majus.</i>	<i>Matricaria Chamomilla.</i>

ANTI ASTHMATICA

<i>Arnica montana (care!)</i>	<i>Ephedra vulgaris.</i>
<i>Potentilla Anserina.</i>	<i>Pimpinella Anisum.</i>
<i>Chelidonium majus.</i>	<i>Pimpinella saxifraga.</i>

Datura Stramonium

ANTIDIABETICA

<i>Galica officinalis.</i>	<i>Arena sativa.</i>
<i>Vaccinium Myrtillus.</i>	<i>Allium cepa.</i>
<i>Lamium album.</i>	<i>Phasacolus vulgaris.</i>
<i>Nasturtium officinale.</i>	<i>Polygonatum multiflorum.</i>
<i>Dietetica diabetica. (Tubera Inulæ Heleniæ, Rad. Taraxaci off., Rad. Cichorei Int., Cynara scolymus, Manna Frazini orn.).</i>	

ANTIDYSCRATICA

<i>Achillea Millefolium.</i>	<i>Cichorium Intybus.</i>
<i>Allium sativum.</i>	<i>Fucus vesiculosus.</i>
<i>Betula verrucosa.</i>	<i>Juniperus communis.</i>

<i>Ononis spinosa.</i>	<i>Polygonum aviculare.</i>
<i>Pirus Malus.</i>	<i>Solanum Dulcamara.</i>
<i>Rhamnus catharticus et Frang.</i>	<i>Triticum repens.</i>
<i>Sambucus Ebulus et nigra.</i>	<i>Urtica urens et dioica.</i>
<i>Taraxacum officinale.</i>	<i>Viola tricolor.</i>
<i>Equisetum arvense.</i>	<i>Spirea ulmaria.</i>

ANTIDYSMENORRHOICA

<i>Achillea Millefolium.</i>	<i>Melissa officinalis.</i>
<i>Artemisia vulgaris.</i>	<i>Hypericum perforatum.</i>
<i>Matricaria Chamomilla.</i>	<i>Stachys palustris.</i>

ANTIRHEUMATICA (interna)

<i>Salix alba.</i>	<i>Spirea ulmaria.</i>
<i>Populus nigra.</i>	<i>Fraxinus excelsior.</i>

ANTITHYREOTOXICOSA

<i>Rhizom. Graminis.</i>	<i>Fucus vesiculosus (Cav.).</i>
<i>Quercus Robur.</i>	<i>Allium sativum.</i>

ANTHELMINTICA

<i>Polystichum Filiz mas.</i>	<i>Artemisia Absinthium.</i>
<i>Tanacetum vulgare.</i>	<i>Matricaria discoidea.</i>
<i>Chenopodium anthelminticum.</i>	<i>Allium sativum.</i>
<i>Cucurbita Pepo.</i>	<i>Thymus Serpyllum.</i>
<i>Artemisia abrotanum.</i>	<i>Juglans regia.</i>
	<i>Daucus Carota.</i>

AROMATICA

<i>Pimpinella Anisum.</i>	<i>Archangelica officinalis.</i>
<i>Anethum foeniculum.</i>	<i>Mentha piperita.</i>
<i>Carum Carvi.</i>	<i>Melissa officinalis.</i>
<i>Anethum graveolans.</i>	<i>Origanum vulgare.</i>
<i>Coriandrum sativum.</i>	<i>Salvia officinalis.</i>
<i>Cuminum Cynimum.</i>	<i>Thymus vulgaris.</i>
<i>Apium petroselinum.</i>	<i>Heracleum Sphondylium.</i>
<i>Tropaeolum maius.</i>	<i>Cochlearia Armoracia.</i>
<i>Eructa sativa.</i>	<i>Cochlearia officinalis.</i>

CARDIACA - VASCULOSA

<i>Adonis vernalis.</i>	<i>Digitalis lanata.</i>
<i>Convallaria majalis.</i>	<i>Digitalis purpurea.</i>
<i>Crataegus Oxyacantha.</i>	<i>Xeranthemum annum.</i>
<i>Nerium Oleander.</i>	<i>Viscum album.</i>
<i>Leonurus cardiaca.</i>	<i>Pimpinella saxifraga.</i>

CHOLAGOGA

<i>Cichorium Intybus.</i>	<i>Taraxacum officinale.</i>
<i>Gentiana lutea.</i>	<i>Gnaphalium arenarium.</i>
<i>Polypodium vulgare.</i>	<i>Arctium Lappa.</i>
<i>Rhamnus Frangula.</i>	<i>Raphanus sativus.</i>

DERIVANTIA

<i>Arnica montana.</i>	<i>Anemone nemorosa.</i>
<i>Sinapis nigra.</i>	<i>Bryonia dioica.</i>
<i>Chelidonium majus.</i>	<i>Juniperus Sabina.</i>

DIAPHORETICA

<i>Solanum Dulcamara.</i>	<i>Tilia europea.</i>
<i>Borrago officinalis.</i>	<i>Viola tricolor.</i>
<i>Spiraea Filipendula.</i>	<i>Aconitum Napellus.</i>
<i>Sambucus nigra.</i>	<i>Robinia Pseudo-acacia.</i>

DIURETICA

<i>Petroselinum sativum.</i>	<i>Levisticum officinale.</i>
<i>Apium graveolans.</i>	<i>Sambucus nigra.</i>
<i>Asparagus officinalis.</i>	<i>Betula alba.</i>
<i>Ruscus aculeatus.</i>	<i>Arbutus Uva-ursi.</i>
<i>Populus nigra.</i>	<i>Equisetum arvense.</i>
<i>Ononis spinosa.</i>	<i>Phascolus vulgaris.</i>
<i>Zea Mays.</i>	<i>Juniperus communis.</i>
<i>Triticum repens.</i>	<i>Allium cepa</i>

EMMENAGOGA

<i>Calendula officinalis.</i>	<i>Artemisia Absinthium.</i>
<i>Ruta graveolens (!)</i>	<i>Apium graveolens.</i>
<i>Hypericum perforatum.</i>	<i>Senecio Jacobaea.</i>

EXPECTORANTIA

<i>Althaea officinalis.</i>	<i>Pinus silvestris.</i>
<i>Tussilago Farfara.</i>	<i>Primula officinalis.</i>
<i>Cetraria islandica.</i>	<i>Polygala amara et vulgaris.</i>
<i>Viola odorata.</i>	<i>Galeopsis grandiflora.</i>
<i>Verbascum thapsus.</i>	<i>Malva silvestris.</i>
<i>Hysopos officinalis.</i>	<i>Allium sativum et cepa.</i>
<i>Inula Helenium.</i>	<i>Thymus vulgaris et Serpyllum.</i>

HAEMOSTATICA

<i>Capsella Bursa-pastoris.</i>	<i>Polygonum hydropiper.</i>
<i>Claviceps purpurea</i>	<i>Urtica urens.</i>
	<i>Achillea Millefolium.</i> *

LAXANTIA (purgantia)

<i>Polypodium vulgare.</i>	<i>Rhamnus californicus.</i>
<i>Linum usitatissimum.</i>	<i>Rhamnus Frangula.</i>
<i>Rosa canina.</i>	<i>Ithecum Rhaponticum.</i>
<i>Sambucus nigra.</i>	<i>Malva silvestris.</i>
<i>Taraxacum officinale.</i>	<i>Convolvulus arvensis.</i>
<i>Glycyrrhiza glabra.</i>	<i>Bryonia dioica.</i>

NARCOTICA

<i>Lactuca virosa.</i>	<i>Papaver Rhoeas.</i>
<i>Papaver somniferum album.</i>	<i>Passiflora incarnata.</i>
<i>Eschscholtzia californica.</i>	<i>Nymphaea alba.</i>
<i>Hyoscyamus niger.</i>	<i>Atropa Belladonna.</i>
	<i>Datura Stramonium.</i>

NERVINA

<i>Valeriana officinalis.</i>	<i>Matricaria Chamomilla.</i>
<i>Crataegus Oxyacantha.</i>	<i>Rosmarinus officinalis.</i>
<i>Tilia europaea.</i>	<i>Lavandula spica.</i>
<i>Gallium verum.</i>	<i>Melilotus officinalis.</i>
<i>Solanum nigrum.</i>	<i>Salix alba.</i>
<i>Humulus lupulus.</i>	<i>Asperula odorata.</i>

STOMACHICA

<i>Acorus Calamus.</i>	<i>Cetraria islandica.</i>
<i>Aesculus Hippocastanum.</i>	<i>Juglans regia.</i>
<i>Agrimonia eupatoria.</i>	<i>Marrubium vulgare.</i>
<i>Archangelica officinalis.</i>	<i>Cnicus benedictus.</i>
<i>Berberis vulgaris.</i>	<i>Trifolium fibrinum.</i>

TONICA (= amara)

<i>Trigonella Foenum-graecum.</i>	<i>Geum urbanum.</i>
	<i>Vitis vinifera.</i>

ЛАТИНСЬКО - УКРАЇНСЬКИЙ СЛОВНИЧОК РОСЛИН.

(† значить отрутуну рослину)

- | | |
|---|------------------------------|
| 1. <i>Achillea Millefolium L.</i> | 1. Деревій кривавник |
| 2. <i>Acorus Calamus L.</i> | 2. Шувар звичайний |
| 3. <i>Adonis terminalis L.</i> † | 3. Горицвіт весняний |
| 4. <i>Aesculus Hippocastanum L.</i> | 4. Біркокаштан звичайний |
| 5. <i>Agrimonie eupatoria</i> | 5. Гладушник працький |
| 6. <i>Alchemilla vulgaris L.</i> | 6. Наворотень звичайний |
| 7. <i>Allium cepa L.</i> | 7. Цибуля звичайна |
| 8. <i>Allium sativum L.</i> | 8. Часник звичайний |
| 9. <i>Aithaca officinalis L.</i> | 9. Мальва лікарська |
| 10. <i>Apium graveolens L.</i> | 10. Селера звичайна |
| 11. <i>Archangelica officinalis</i> | 11. Дягиль лікарський |
| 12. <i>Aronia Lappa L.</i> | 12. Йонух більшій |
| 13. <i>Aristolochia Ucarnis</i> | 13. Мучніца лікарська |
| 14. <i>Aristolochia Clematitis L.</i> | 14. Філіппінка звичайний |
| 15. <i>Artemisia montana L.</i> | 15. Аришка гірська |
| 16. <i>Artemisia Absinthium L.</i> | 16. Полин звичайний |
| 17. <i>Avena sativa L.</i> | 17. Овес сійний |
| 18. <i>Bellis perennis L.</i> | 18. Мороз тривалий |
| 19. <i>Berberis vulgaris L.</i> | 19. Кислич звичайний |
| 20. <i>Betula alba L.</i> | 20. Береза біла |
| 21. <i>Carex la officinalis L.</i> | 21. Крокис лікарський. |
| 22. <i>Cannabis sativa L.</i> | 22. Конопля звичайна |
| 23. <i>Capsella Bursa-pastoris (L.)</i> | 23. Калиточник звичайний |
| 24. <i>Carum Carei L.</i> | 24. Кмін польовий |
| 25. <i>Chelidonium majus L.</i> † | 25. Зелемозень звичайний |
| 26. <i>Cicuta Virosa L.</i> | 26. Придорожник Петров батіг |
| 27. <i>Claviceps purpurea Tulasec</i> † | 27. Спорині. |
| 28. <i>Cnicus (cardunculus) benedictus L.</i> | 28. Хрестоягід корінь |
| 29. <i>Colchicum autumnale L.</i> † | 29. Ніжноштамп осінній |
| 30. <i>Convallaria majalis L.</i> † | 30. Конвалія майярова |
| 31. <i>Crataegus Oxyacantha L.</i> | 31. Глід звичайний |
| 32. <i>Cucurbita Pepo L.</i> | 32. Диня |
| 33. <i>Cynara scolymus L.</i> | 33. Артишок |
| 34. <i>Dianthus Caryophyllus L.</i> | 34. Морква звичайна |
| 35. <i>Digitalis purpurea L.</i> † | 35. Наперсник чебрецій |
| 36. <i>Drosera rotundifolia L.</i> | 36. Росничка круглолистя |

37. *Ephedra vulgaris* †
 38. *Equisetum arvense* L.
 39. *Erythraea Centauraea Persoon
 40. *Euphrasia officinalis* L.
 41. *Foeniculum vulgare* Miller
 42. *Fumaria officinalis* L. †
 43. *Galega officinalis* L.
 44. *Gentiana lutea* L.
 45. *Geum urbanum* L.
 46. *Glechoma hederacea* L.
 47. *Glycyrhiza glabra* L.
 48. *Graphalium arenarium*
 49. *Hedera Helix* L. †
 50. *Helianthus annuus* L.
 51. *Herniaria glabra* L.
 52. *Humulus lupulus* L.
 53. *Hypericum perforatum*
 54. *Iris versicolor* L.
 55. *Juglans regia* L.
 56. *Juniperus communis* L.
 57. *Lamium album* L.
 58. *Levisticum officinale* Koch
 59. *Linum usitatissimum* L.
 60. *Lycopodium clavatum* L.
 61. *Malva sylvestris* L.
 62. *Marrubium vulgare* L.
 63. *Matricaria Chamomilla* L.
 64. *Melissa officinalis* L.
 65. *Mentha piperita* L.
 66. *Menyanthes trifoliata* L.
 67. *Nasturtium officinale* R. Brown
 68. *Neurole Oleander* L. †
 69. *Nymphaea alba* L.
 70. *Ocimum basilicum* L.
 71. *Oenothera aquatica* Lmk. *Phel-
 landrium* Lmk.
 72. *Ononis spinosa* L.
 73. *Petroselinum sativum* Hoff-
 mann
 74. *Phascolus vulgaris* L.
 75. *Picea excelsa* L.
 76. *Pimpinella Anisum* L.
 77. *Pimpinella major*, *P. soxi-
 fraga* L.
 78. *Pinus silvestris* L.
 79. *Plantago lanceolata* L.
 80. *Polygonum amara* L.
 81. *Polygonum aciculare* L.
 82. *Polygonum Bistorta* L.
 83. *Polygonum hydropiper* L.
 84. *Potentilla Anserina* L.
 85. *Primula officinalis* Hill †
 86. *Prunus spinosa* L.
 87. *Pulmonaria officinalis* L.*
37. Ставчак звичайний
 38. Хвощ польовий
 39. Жарка середушник
 40. Очанка звичайна
 41. Копрій лікарський — Кріп
 42. Димниця звичайна
 43. Козлятине звичайний
 44. Свічурник жовтий
 45. Гребінник звичайний
 46. Котячка розхідниця
 47. Солодець
 48. Солом'янка піскова
 49. Протитан звичайний
 50. Соцінник
 51. Кильник звичайний
 52. Хміль звичайний
 53. Іванок прозірник
 54. Коштень
 55. Горіх волоський
 56. Ялівець звичайний
 57. Медунка біла
 58. Любисток звичайний
 59. Льон сіїний
 60. Шядич пелешник
 61. Слиз лісовий
 62. Шанта звичайна
 63. Рум'янцевъ ширий
 64. Робиник звичайний
 65. М'ята порошена
 66. Бібник трилистий
 67. Наастурія звичайна
 68. Олеандер
 69. Уміг білий
 70. Васильок пахучий
 71. Омежник водяний
 72. Вовчак колючий
 73. Петрушка звичайна
 74. Красола звичайна
 75. Смерека стірмка
 76. Бедрінець ганиж
 77. Бедрінець великий
 78. Сосна звичайна
 79. Бабка ланцетувата
 80. Корешник горікий
 81. Драсен подорожник
 82. Драсен рачинець
 83. Драсен горчак
 84. Перстач гусятник
 85. Персиковъ лікарський
 86. Терніна
 87. Щемеліна звичайна

88. *Quercus Robur L.*
 89. *Raphanus sativus*
 90. *Ranunculus Ficaria L.*
 91. *Rosa canina L.*
 92. *Rosmarinus officinalis L.*
 93. *Rumex acetosa L.*
 94. *Salix alba*
 95. *Salvia officinalis L.*
 96. *Sambucus nigra L.*
 97. *Solidago Virgaurea D. C.*
 98. *Spiraea ulmaria L.*

 99. *Symphytum officinale L.*
 100. *Tanacetum vulgare L.*
 101. *Taraxacum officinale Weber*
 102. *Thymus Serpyllum L.*
 103. *Tilia platyphyllos Scop.*
 104. *Trigonella Foenum-graecum L.*
 105. *Tussilago Farfara L.*
 106. *Urtica dioica, U. urens L.*
 107. *Vaccinium Myrtillus L.*
 108. *Valeriana officinalis L.*
 109. *Verbascum phlomoides L. V. tapnus*
 110. *Viola odorata L.*
 111. *Viola tricolor L.*
 112. *Viscum album L.*
 113. *Vitis vinifera L.*
 114. *Xeranthemum annuum*
 115. *Zea Mays L.*
88. Дуб черешковий
 89. Редка городні
 90. Крушинка звичайна
 91. Рожа польова. Шішінів
 92. Розмайрін лікарський
 93. Щавій путатник
 94. Верба біла
 95. Шалвія лікарська
 96. Бузина чорна
 97. Воскобойна звичайна
 98. Таволга. Лабазник правдим-
 вий
 99. Гав'яз жинокіст
 100. Воротник рицарик
 101. Кульбіба звичайна
 102. Чабрик материнка
 103. Липа широколиста
 104. Буркун грецькоє сию
 105. Підбліл звичайний
 106. Кропива велика
 107. Чорниця
 108. Одолин лікарський
 109. Дівниця звичайна

 110. Філіка нахуча
 111. Філіка трибарсна
 112. Омелі біла
 113. Вишоград
 114. Безчертник річковий
 115. Кукурудза. Пшеничка

УКРАЇНСЬКО-ЛАТИНСЬКИЙ СЛОВНИЧОК РОСЛИН.

(† значить отрутну рослину)

- | | |
|--------------------------|---------------------------------------|
| 1. Арника гірська | 1. <i>Arnica montana L.</i> |
| 2. Артишок | 2. <i>Cynara scolymus L.</i> |
| 3. Бабка ланцетувата | 3. <i>Plantago lanceolata L.</i> |
| 4. Бедрінець великий | 4. <i>Pimpinella major L.</i> |
| 5. Бодрінець ганус | 5. <i>Pimpinella Anisum L.</i> |
| 6. Безсмертник | 6. <i>Xeranthemum annuum</i> |
| 7. Береза біла | 7. <i>Betula alba L.</i> |
| 8. Бібник трилистник | 8. <i>Menyanthes trifoliata L.</i> |
| 9. Буркун грецьке сіно | 9. <i>Trigonella Foenum-graecum</i> |
| 10. Васильок пахучий | 10. <i>Ocimum basilicum L.</i> |
| 11. Верба біла | 11. <i>Salix alba</i> |
| 12. Виноград | 12. <i>Vitis vinifera L.</i> |
| 13. Вовчак колючий | 13. <i>Anemone spinosa L.</i> |
| 14. Воротиш ранник | 14. <i>Tanacetum vulgare L.</i> |
| 15. Восковобона звичайна | 15. <i>Solidago Virgaurea D. C.</i> |
| 16. Гав'я живокіст | 16. <i>Sympyrum officinale L.</i> |
| 17. Гарбуз, днія | 17. <i>Cucurbita Pepo L.</i> |
| 18. Гіркоєштан звичайний | 18. <i>Aesculus Hippocastanum L.</i> |
| 19. Гладушник правдивий | 19. <i>Agrimonia eupatoria</i> |
| 20. Глід звичайний | 20. <i>Cratageus Oxyacantha L.</i> |
| 21. Горицвіт весняний † | 21. <i>Adonis vernalis L.</i> |
| 22. Горіх волоский | 22. <i>Juglans regia L.</i> |
| 23. Гребінник звичайний | 23. <i>Geum urbanum L.</i> |
| 24. Деревій кричавник | 24. <i>Achillea Millefolium</i> |
| 25. Димниця † | 25. <i>Fumaria officinalis L.</i> |
| 26. Дзвона † | 26. <i>Verbascum phlomoides L.</i> |
| 27. Дрясел гірчак | 27. <i>Polygonum hydropiper L.</i> |
| 28. Дрясел подорожник | 28. <i>Polygonum aviculare L.</i> |
| 29. Дрясел ракинець | 29. <i>Polygonum Historta L.</i> |
| 30. Дуб черешковий | 30. <i>Quercus Robur L.</i> |
| 31. Дигіль аптекарський | 31. <i>Archangelica officinalis</i> |
| 32. Жарка середушник | 32. <i>Erythraea Centaurium</i> |
| 33. Зелемозень † | 33. <i>Chelidonium majus L.</i> |
| 34. Іванік прозірник | 34. <i>Hypericum perforatum L.</i> |
| 35. Каліточник | 35. <i>Capsella Bursa-pastoris L.</i> |
| 36. Квасоля звичайна | 36. <i>Phaseolus vulgaris L.</i> |

37. Кільник звичайний
 38. Кислич звичайний
 39. Кмін
 40. Козлятник звичайний
 41. Конвалія майова †
 42. Конопля звичайна
 43. Копрій лікарський
 44. Коренянка гіркій
 45. Коситель
 46. Котячка розхідниця
 47. Крокус лікарський
 48. Кроніка велика
 49. Крушинка звичайна
 50. Крушинка терписта
 51. Кукурудза
 52. Кульбаба звичайна
 53. Лабазник правдівий
 54. Лицо широколиста
 55. Лопух більшій
 56. Любисток звичайний
 57. Льон сійний
 58. Мальва лікарська
 59. Медунка біла
 60. Морква звичайна
 61. Морен тривалий
 62. Мучніця лікарська
 63. М'ята перстка
 64. Наворотень звичайний
 65. Наперсник першочерговий
 66. Настурція звичайна
 67. Овес сійний
 68. Одолян
 69. Олавандор †
 70. Омелія біла
 71. Омежник водяний
 72. Очанка звичайна
 73. Перснечка лікарський †
 74. Перстач гусятник
 75. Петрушка звичайна
 76. Підбіль звичайний
 77. Планкоціт осінній †
 78. Полун звичайний
 79. Придорожник Петра батіг
 80. Пізноціт осінній †
 81. Родіза горохівна
 82. Рожа польова
 83. Розмарін лікарський
 84. Ройник звичайний
 85. Рогізка кручинолиста
 86. Рум'янінець щірий
 87. Свічурник жовтий
 88. Селера звичайна
 89. Слиз лісісний
 90. Смерека стрімка
37. *Herniaria glabra* L.
 38. *Berberis vulgaris* L.
 39. *Caryum Carvi* L.
 40. *Galega officinalis* L.
 41. *Convallaria majalis* L.
 42. *Cannabis sativa* L.
 43. *Foeniculum vulgare* Miller
 44. *Polygonum amara* L.
 45. *Iris versicolor* L.
 46. *Glechoma hederacea* L.
 47. *Calendula officinalis* L.
 48. *Urtica dioica*, art. *urens* L.
 49. *Rhamnus Frangula* L.
 50. *Rhamnus catharticus* L.
 51. *Zea Mays* L.
 52. *Taraxacum officinale* Weber
 53. *Spiraea ulmaria* L.
 54. *Tilia platyphyllos* Scop.
 55. *Arctium Lappa* L.
 56. *Lavandula officinale* Koch
 57. *Limon xistostissimum* L.
 58. *Althaea officinalis* L.
 59. *Lamium album* L.
 60. *Daucus Carota* L.
 61. *Bellis perennis* L.
 62. *Arctostaphylos Uva-ursi*
 63. *Mentha piperita* L.
 64. *Alchemilla vulgaris* L.
 65. *Digitalis purpurea* L.
 66. *Nasturtium officinale* Brong.
 67. *Avena sativa* L.
 68. *Valeriana officinalis* L.
 69. *Kerria Japonica* L.
 70. *Viscum album* L.
 71. *Oenanthe aquatica* L.
 72. *Euphrasia officinalis* L.
 73. *Primula officinalis* L.
 74. *Potentilla Anserina* L.
 75. *Petroselinum sativum* Hoffmann
 76. *Tussilago Farfara*
 77. *Coldicicum autumnale*
 78. *Artemisia Absinthium* L.
 79. *Cichorium Intybus* L.
 80. *Hedera Helix*, L.
 81. *Raphanus sativus*
 82. *Rosa canina* L.
 83. *Rosmarinus officinalis* L.
 84. *Melissa officinalis* L.
 85. *Dracunculus rotundifolia* L.
 86. *Matricaria Chamomilla* L.
 87. *Gentiana lutea* L.
 88. *Apium graveolens* L.
 89. *Malva silvestris* L.
 90. *Picea excelsa* L.

- | | |
|---------------------------------|--|
| 91. Солодець | 91. <i>Glycyrrhiza glabra</i> L. |
| 92. Солом'янка піскова | 92. <i>Gnaphalium arenarium</i> L. |
| 93. Соцінник | 93. <i>Hedanthus annuus</i> L. |
| 94. Сосна звичайна | 94. <i>Pinus sylvestris</i> L. |
| 95. Спориня † | 95. <i>Cladocarpus purpurea</i> Tulipne |
| 96. Ставчак звичайний † | 96. <i>Ephedra vulgaris</i> L. |
| 97. Таголга, лабазник правдівий | 97. <i>Spiraea ulmaria</i> L. |
| 98. Терпина | 98. <i>Prunus spinosa</i> L. |
| 99. Хміль звичайний | 99. <i>Humulus lupulus</i> L. |
| 100. Хвоц польовий | 100. <i>Equisetum arvense</i> L. |
| 101. Хрестовий корінь | 101. <i>Cnicus (carduus) benedictus</i> L. |
| 102. Умія білий | 102. <i>Nymphaea alba</i> L. |
| 103. Филиппик звичайний | 103. <i>Aristolochia Clematitis</i> L. |
| 104. Флюїка пахуча | 104. <i>Viola odorata</i> L. |
| 105. Фрилка трибарвна | 105. <i>Viola tricolor</i> L. |
| 106. Пионуля звичайна | 106. <i>Allium cepa</i> L. |
| 107. Чабрік материнка | 107. <i>Thymus Serpyllum</i> L. |
| 108. Чабрік городній | 108. <i>Thymus vulgaris</i> L. |
| 109. Часник звичайний | 109. <i>Allium sativum</i> L. |
| 110. Чорници | 110. <i>Vaccinium Myrtillus</i> L. |
| 111. Шаланя лікарська | 111. <i>Salvia officinalis</i> L. |
| 112. Шакта звичайна | 112. <i>Marrubium vulgare</i> L. |
| 113. Шунар звичайний | 113. <i>Acorus Calamus</i> L. |
| 114. Шавлій путятник | 114. <i>Rumex acetosa</i> L. |
| 115. Щемеліна звичайна | 115. <i>Pulmonaria officinalis</i> L. |
| 116. Ялвець звичайний | 116. <i>Juniperus communis</i> L. |

(Українська номенклатура — на підставі праці проф. М. Мельникова:
«Українська номенклатура висших рослин», Львів, 1922).

СПИС ПРАЦЬ АВТОРА

1. PHYTOTHERAPIA. Підручник для лікарів. Варшава, 1933.
2. SYMPHYTUM ASPERUM LEP в відживленню дітей (відбитка).
Варшава, 1935.
3. Фітотерапія в деяких хворобах переміни матерії (відбитка).
Варшава, 1935.
4. Лікування рослинними середниками. Варшава, 1934.
5. Вереди в старшім віці, тяжкі до гоєння. Варшава, 1935.
6. Лікування хронічних хвороб зелами. Варшава, 1935.
7. Рослини в лікуванні. Варшава, 1935.
8. Історія зелолічництва. Варшава, 1935.
9. Знайдені рослинні ліки у лікуванню діабету. Варшава, 1936.
10. Фітотерапія хворів органів травлення (монографія). Варшава, 1936.
11. Рослини проти полової безсиності. Варшава, 1936.
12. Цілющи рослини в давній і сучасній медицині. Львів, 1937.
13. Лічимчі рослини в давній і сучасній українській медицині.
Львів, 1937.

З М И С Т

Частина перша. — ВСТУПНІ УВАГИ

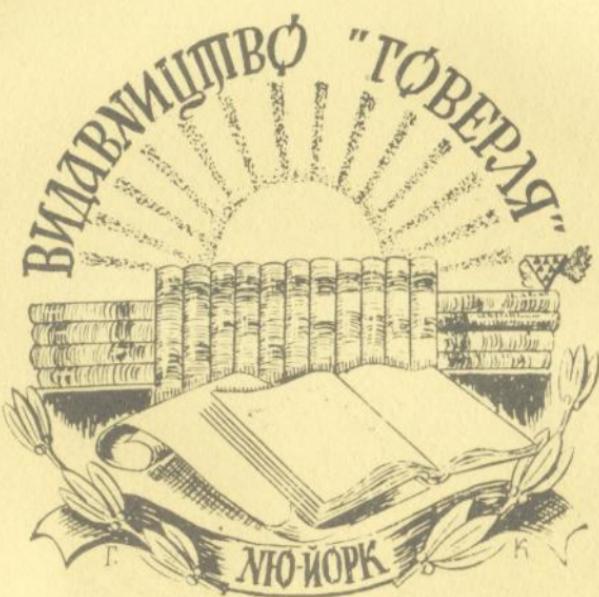
Ліки під ногами	8
Погляд на лікування рослинами	5
Давнє рослинне лікування	7
Нові підстави рослинного лікування	9
Українські традиції	12

Частина друга. — ДОМАШНЄ ЛІКУВАННЯ

Домашнє лікування	16
Сушення й збирання рослин	18
Домашня аптека	25
Загородні і лісові рослини	58
Лікувальні вказівки	58

Частина третя. АМБУНАТОРНЕ ЛІКУВАННЯ

Вченій і рослинне лікування	63
Співираці з околицею	70
Співираці з аптекою	72
114 важливих рослин	75
Групи важливих рослин	98
Латинсько-український словник рослин	104
Українсько-латинський словник рослин	107
Список праць автора	110



ВИДАВНИЦТВО

"ГОСВЕРБА"

НЮ-ЙОРК