

Лекарственные растения Приюнонья и их применение в народной медицине.

Лекарственные растения Приюнонья и их применение в народной медицине.

Что это за царство? – спросит любой человек, мало знающий природу.

О, это великое сокровище, которое дано человеку всемогущей природой, служит ему, охраняет его от болезней, неустроенности жизни, укрепляет его здоровье и доставляет ему эстетическое наслаждение. Зеленые растения, в царстве которого насчитываются более 500 тыс. видов покрывают плотным ковром всю планету. Они соединяют и сочетают все компоненты земли: животных, грибов и бактерий: продуценты – редуценты – консументы.

Существует легенда о том, что первый человек появился и проходил все этапы своего развития под сенью лесов и райских садов. Каждое растение в царстве Флоры – чудесная лаборатория со своим микромиром, биологическими процессами, от которых зависят жизнедеятельность и бытие всего живого.

По преданию управляет этим мудрая царица Флора. Ее, конечно же, никто не видел, но всякий чувствует ее присутствие, находясь в природе.

По мнению великих художников – эта молодая женщина в богатом одеянии. Ее можно увидеть в Эрмитаже на полотне голландского художника Рембрандта. Не мифическая женщина изображена на картине, а вполне земная, освещенная внутренним теплом и появляется она из мрака ночи. Венком из вечных цветов украшена ее голова. Взгляд ее в меру строг и

полон жизни, и как бы говорит «Люди, где я появлюсь, там нет места унынию, темноте и печали. В моем царстве всюду жизнь и радость».

Мир растений огромен и оказывает влияние на все без исключения сферы жизнедеятельности организма человека. Только лекарственных растений в РФ насчитывается около 15-20 тыс. видов, однако изучено и широко используется на практике около 300 видов. Следовательно, резервы средств для профилактики и лечения различных болезней поистине неисчерпаемы.

Опыт использования растительных средств профилактического и лечебного назначения насчитывает тысячелетия. И это не удивительно. Растения как ведущий компонент питания человека естественно включается в его метаболизм на биохимическом уровне, оказывает активное влияние на все его органы и функциональную активность. Отсюда и твердое убеждение травников, фитотерапевтов, исследователей растений, что в природе нет болезней, против которых в растительном мире не образовались бы десятки целебных веществ (Нуралиев Ю. 1988). Характерный пример – энергичные попытки делаются в Китае с целью лечения трагической болезни XX – XXI века СПИДа. Уверена, что они увенчаются успехом. Только в Агинском округе насчитывается 344 видов лекарственных трав, из которых 180 видов, так или иначе, используются в народной, тибетской медицине.

Ассортимент лекарственных трав и препаратов из них достаточно разнообразен и велик и все время меняется и. Концентрация витаминов, разнообразие биологически активных, защитных веществ с различных мест обитания, времени сбора различны. В последние годы интерес к применению лечебных трав значительно возрос. Этому способствует доступность, появление побочных эффектов от применения сильнодействующих лекарственных препаратов, аллергических проявлений, информационная обеспеченность через различные виды средств массовой информации: теле-радио передачи, Интернет, газеты и научно-популярные издания. Учащение так называемых лекарственных болезней – объективная реальность нашего времени. Кардиолог З.И. Янушкевичус сказал по этому поводу: «Мы являемся свидетелями

парадоксальной ситуации, когда хирургия становится безопаснее, а терапия, за счет применения и развития фармакотерапии, - все опаснее».

В связи с этим понятен интерес современных людей к фитотерапии, фитопрофилактике, вероятность осложнений, от применения которых значительно ниже. Тем не менее, лекарственные растения не являются «панацеей» от всех болезней и не могут, не должны исключить фармакотерапию.

Немаловажным является правильное сочетание лекарств и растительных компонентов, так как настои, отвары, настойки, экстракты и масла, сопоставление эффективности многих растительных препаратов иногда не в пользу их, что вызывает определенный скепсис у людей и врачей. В то же время, надо отметить, многие растительные препараты обладают целым рядом преимуществ: низкая токсичность, дешевизна, мягкость действия, доступность и возможность длительного применения без побочных явлений. Все это требует четкого определения роли и места лекарственного применения трав в лечении и профилактике заболеваний.

Человечество, в том числе кочевые народы, к которым относятся и буряты, давно научились различать и использовать растения для удовлетворения своих потребностей в пище, лечении. Каждый народ использует именно те природные материалы, растения, которые произрастают в данной их местности.

На всех этапах своей эволюции буряты связаны со степной растительностью, с деревьями, растущими по склонам гор, долинах рек. Лес и степь – это деревья, кустарники, грибы, лекарственные и кормовые травы.

Многие растения, их отдельные части служили у бурят в культовых целях. Например, степная растительность, такие как полынь (ая), чабрец (ганга), хвоя сосны, лиственницы выделяют фитонциды – вещества, губительно действующие на микрофлору окружающего воздуха. Особенно широко применялся их запах во время молебн, похорон, большого собрания людей, среди которых могли и были больные (туберкулезом), несущие заразные инфекции. Запах скуривающих палочек (хүжэ), порошка (адис, арса) очищающе действовали на воздух. Окуривание помещения проводили, когда кто-нибудь

заболевал в семье или после посещения больного. Все это в лишний раз свидетельствует о житейской мудрости наших предков.

Кроме первой и важнейшей роли как пища, растения служат поставщиками целого комплекса полезных веществ: витаминов, микроэлементов (К, Mn, Au, Ag, Mg), фитогормонов, дубильных веществ и различных органических кислот, аминокислот, эфирных масел, без которых нормальное функционирование организма невозможно из-за ухудшения адаптационного потенциала, иммунной системы. Растения с давних пор использовались как лечебно-профилактические средства. В каждом регионе собирались растения и широко применялись в лечении. Особенно удачно использовались в Индо-тибетской медицине, в Монголии, Бурятии, Хакасии.

Лечение растениями – фитотерапия – это «не панацея от всех болезней», это «подспорье» и равноправный компонент сложного комплекса лечения заболеваний.

Широко используется эстетическая роль растений, способных создавать определенный психологический настрой у человека, успокаивать, тонизировать, вдохновлять. В определенной степени лекарственные растения создают хороший, положительный микроклимат. Служат источником лечебных средств, повышает настроение и является одним из компонентов ЗОЖ лекарств. Растения используются как составляющие лечения минеральными водами. Например, такие растения как шиповник, хвоя сосны, полынь, чабрец, багульник, можжевельник служили компонентами «Табан аршаан». Их отвар в горячем виде добавлялся в минеральную воду, что, безусловно, увеличивает силу воздействия минеральной воды. Особенно хороший эффект наблюдается, когда плоды, ягоды, корневище, корень, почки, кора, листья растений собраны у себя на малой родине, в соответствующее время и не в период обильной влажности, то есть концентрация полученных веществ оптимальна в засушливый период. Вещества, входящие в состав многих ядовитых растений, также могут оказать лечебное действие. По меткому выражению Гиппократов лекарство от яда отличается только дозой (вороний глаз, чемерица, багульник болотный, абрикос сибирский, ландыш майский, конопля и т.д.)

В современное нелегкое, интенсивное время, когда высок темп жизни, значительна стрессогенность, велика миграция, напряженность трудового процесса – все это предъявляет высокие требования к функциональной деятельности всех органов и систем организма человека. И чем старше человек, тем эти требования становятся более чувствительными для его здоровья. Нередки при этом различные отклонения в нормальном функционировании организма, отсюда и возникает необходимость в коррекции, восстановлении. Это же касается маленьких детей, чей организм еще не окреп и нуждается в интенсивном поступлении макро-микро элементов, витаминов, органических кислот, которые повышают иммунную систему. Большую помощь здесь оказывают различные растительные средства. Однако следует учесть необходимость консультации фитотерапевта, врача, особенно, если есть отклонения, принимающие характер предболезни и болезни.

Травами можно лечить некоторые заболевания, но, мне кажется, лучше, если травы использовать для предупреждения, профилактики нарушений, вызванных усталостью (физической и умственной), экстремальными условиями (холод, дистресс, жара, бытовая личностная неустроенность), различных нарушений сна, бессонница, снять возбуждение, нормализовать сон – значит найти новые резервы активности, физической и умственной работоспособности. Можно конечно снять усталость и дистресс транквилизаторами, но они вызывают привыкание, возникает зависимость, вызывая побочные эффекты. Растительные средства подобного типа лишены побочных недостатков и могут оказаться полезными при начальных небольших расстройствах.

Прежде всего – нормализующее психологическое воздействие: вечерние прогулки, цветы синие, голубые на зеленом фоне и аромат соответствующих трав как блокаторы нервного возбуждения. Это чабрец (тимьян ползучий, богородская трава), мята перечная, хвоя сосны, лиственницы, свежие листья березы, полынь, веточки цветущей черемухи. Из них можно готовить настои и опрыскивать ими помещение. Можно принимать успокаивающие ванны (общие, ножные) с добавлением трав: полыни холодной (ая), чабреца (ганга), боярышника (дологоно), багульника болотного (арса), шиповника (нохойн хоншоор), сосны (нархан). Можно растирать мазями этих растений или нюхать и добавлять масла в воду во время мытья в

бане. (СП. 28)

Помимо этого можно принимать чай, напитки, соки, компоты, то есть как пищевые. Этот компонент имеет дополнительный психологический эффект, исключая ситуацию болезни, входят естественно в пищевой рацион. Рекомендуется использовать в виде салатов щавель, укроп, ежевику, костянику, бруснику, землянику и барбарис. Из других растений в салаты можно положить кипрей (Иван-чай), одуванчик, борщевик, лебеду.

Для приготовления чая, напитков можно использовать пустырник, боярышник, шиповник, кипрей, горец птичий (спорыш), чабрец, полынь, багульник, костянику, одуванчик, листья земляники, брусники, ежевики, цветки клевера и пижмы. В какой пропорции можно использовать, можно узнать из литературы «Лечение травами» В.Г. Пашинского сбор № 28.

Арсенал успокаивающих средств довольно высок и включает 33 вида сырья. Эти растения все без исключения широко распространены в природе Забайкалья. Лекарственные растения успокаивающего и снотворного действия оказывают роль «раскачки» биоритмов и выступают как необходимый компонент биоритмов. Также важны здесь применение поливитаминного сырья при часто повторяющихся стрессах (в период подготовки к экзаменам, во время экзаменов учащихся, соревнований борцов, учителям в период аттестации, изучение трудных тем и т.д.)

В нынешнее время – период напряженного использования глаз при чтении, работе с компьютером растет потребность в сохранении зрения. Через зрение люди получают 90% информации. Использование растений, полезных в лечении и профилактике нарушений зрения является дополнительной терапией, хотя при начальной стадии заболевания могут иметь и самостоятельное значение. Растения могут использоваться как улучшающие зрение, при воспалительных процессах, при катаракте и глаукоме. Особенно полезна черника в любом виде, шиповник – свежие плоды (настой – 4 раза по 100 г), пырей ползучий – корневище, мед - медовая вода (1 ст. ложка на 1 стакан воды, на ночь), черемуха - черемуховая вода (1 ст.л. цветка на 1 ст. кипятка, настаивать 15 мин., промывать глаза), береза – почки и плоды (3-5 г на ½ л. кипятка, настаивать 15-20 мин., промывать). Можно сделать компресс из сока черники. Багульник – листья и молодые побеги (настаивать 30 мин.) –

приготовить примочки. А при более тяжелых случаях (глаукоме и катаракте) можно использовать поливитаминные и мочегонные сборы для укрепления иммунной системы.

В народной медицине широкое применение получили растения с антимикробными свойствами. В лечебных целях применяется около 40 различных видов растений. Используются в основном для лечения загрязненных поражений кожи и слизистых оболочек. К таким растениям из нашей флоры относятся всем известный сорняк подорожник, хвощ полевой, зверобой, полынь, черемуха, кровохлебка, ромашка, чабрец, чистотел, крапива, шиповник, облепиха и т.д.

Особенно много людей страдают от боли в суставах. Растения этого списка используются наружно в виде компрессов, втираний, обертываний и ванн. Некоторые растения с противовоспалительными свойствами принимаются во внутрь и служат средствами дополнительного лечения. Сюда можно отнести одуванчик (обертывание листьями), настои во внутрь (до еды).

Молодые листья березы, трава багульника, крапивы используются наружно в виде компрессов, обертываний суставов, а масла – в виде растираний. Во многих случаях полезен прием некоторых растираний внутрь с целью достижения противовоспалительного и мочегонного эффекта. Например: чабрец, брусника, девясил, череда, одуванчик лекарственный, мать-и-мачеха, мирияник, облепиха и т.д.

Кроме перечисленных выше нарушений часто в повседневной жизни встречаются воспалительные нарушения, заболевания полости рта. Используются в виде полосканий, промываний и примочек. Это касается детей, людей пожилого возраста. Такие растения как кипрей, лапчатка гусиная, чабрец, земляника, облепиха, камнеломка-бедреница, полынь, кровохлебка, бадан, лебеда, черемуха, чеснок, лук используются в виде настоя, масел (облепиха), настойки, отвары для лечения воспалительных процессов во рту.

Также широко можно применять лекарственные растения для удаления бородавок, особенно их сок. Сок травы одуванчика, чистотела, череды, чеснока в виде кашицы и золу лебеды можно использовать для удаления бородавок. Лечение проводится путем многократного смазывания, втирания (4-6 р. в день – 14-20 дней).

В наш век химии и различных, рекламируемых красок немаловажно использование для укрепления и роста волос лекарственных растений. В основном они очень доступны и используются, когда у человека наблюдается аллергия, после осложнения лекарственной терапии.

Широко используется в народе настой травы крапивы, коры дуба, березы, настои почек или листьев, измельченная и настоянная трава спорыша (горца птичьего), кора молодых ветвей ивы и сок свежий травы чистотела.

В своем выступлении я затронула лишь некоторые группы растений, которые, так или иначе, используются в болях суставов, для снятия нервного перенапряжения, кожных заболеваниях, удаления бородавок, полоскания рта и мытья головы.

Конечно, можно было рассказать о растениях, которые используются для лечения сердца, почек, печени. Ведь для всякой хвори «есть в травах и цветах целительная сила для всех, умеющих их тайну разгадать». А сила лекарственных трав нашего края поистине велика, разнообразна и необыкновенна.

Лекарственные растения при правильном использовании сохраняют и охраняют нашу жизнь, здоровье. Лекарственные растения – это живые лаборатории, которые синтезируют и выделяют вещества, обладающие способностью восстанавливать милы, укреплять здоровье, нервную систему и психику. Они – живописные источники. В их «водах» имеются вещества, которые дополняют человеческую силу, крепость, повышает его жизненный тонус. Это витамины, фитонциды, сахара и многое другое.

Разгадывать загадки мира лекарственных растений – интересное, увлекательное и полезное занятие. По этому поводу наш великий ученый философ, химик, физик М.В. Ломоносов говорил: «Чем больше таинства природы разум постигает, тем вящее увеселение чувствует сердце».

Сообщество лекарственных растений нашего края – неиссякаемая кладезь, из которой степной народ еще из седой древности черпал драгоценный бальзам «от всякой хворобы и злого духа». Из этого колодца берем и мы, и будут извлекать наши потомки незаменимый эликсир долголетия и здоровья.

Зеленый друг верой и правдой служит и не требует от нас взамен ничего, кроме бережного, хозяйского отношения.

От того, как мы отнесемся к великому благодению природы и как разумно расходует законсервированную в них силу солнца, зависит настоящее и будущее человечества, наших детей и внуков в частности.

Думается, что это небезразлично и нашим любителям природы, охоты и зеленой аптеки – травников Аги.

Французский философ, педагог и страстный любитель природы Жан Жак Руссо говорил: «Растения щедро рассыпаны по Земле, подобно звездам на небе: но звезды далеко, а растения у ног моих».

Здоровье! В этом слове заключена великая сила и ее имя – жизнь. А жизнь самый драгоценный дар природы. Давая человеку жизнь, природа имеет все, что нужно для ее поддержания и восстановления утраченного здоровья. И это мир лекарственных растений. Зеленая аптека – самая богатая аптека и все ее лекарства без этикеток. Ею пользуются лишь те, кому она откроет свои тайны.

№	Научное название (рус.)	Название растений на бурятском	Место обитания	Применение в народной медицине	Заготавливаемые части растения	
1.	Абрикос сибирский	бүйлөөһэн	Южные каменистые склоны степных	Водный настой применяется при кашлях и	семена	Лекарственное

			прибрежных сопков по р. Онон	фурункулезе.		Ядовитое Охраняемое
2.	Багульник болотный (гоноболь)	Ямаан арса	Растет во влажных, затененных местах под кроной лиственницы. Встречается в голубичниках.	Применяют при астме, коклюше (молодые побеги), при потере сна и как противоглистное. Запах (эфирное масло) отпугивает насекомых, иногда при болях в суставе.	Молодые верхушечные побеги, деготь (экземах, нейродерматитах)	Лекарственное Ядовитое
3.	Белена черная (блекота)	Эрьюу үбһэн, буугана	Растет как сорняк на пустырях, на улицах	Болеутоляющее средство при вывихах, воспалениях суставов; мазь из семян используют при туберкулезе костей, фурункулезе.	Листья, семена	Лекарственное Ядовитое
4.	Белозор болотный (белоцветка, мочегонная трава)	Мүнгэн дэрсэ	На сырых лугах, по берегу рек	Настой и отвар травы и цветка используется как мочегонное, против поноса, болей в печени. В тибетской медицине – при коликах в почках, жаропонижающее и сердечное средство.	Траву в период цветения	Лекарственное
5.	Брусника	Алирхан	Сухие сосновые, смешанные леса, на каменистых склонах	Отвар и настой листьев как мочегонное, отеках, артрите. Плоды – при авитаминозе, для понижения температуры как потогонное. Применяют в виде витаминного чая.	Молодые листья, спелые плоды	Лекарственное

6.	Береза бурая	Хуһан		Почки применяют как моче - желчегонное средство. Водные горячие ванны с березовыми почками применяют при экземе, лишае (деготь в составе мази Вишневского). Сок полезен при анемии, гастрите, туберкулезе. Наружный тонкий слой бересты (ветрянка) наклеивают на чирей и фурункулы. Шульпа используется бурятами как общеукрепляющее, тонизирующее средство (в виде чая) для продления жизни.	Шульпа (шүлтэ) – особый гриб. Продукт - кап	Лекарственн ое
7.	Ольха кустарниковая (ольха серая)	Боролжо	В виде отдельных зарослей с березой бурой.	Спиртовой водный настой при поносах, при заболеваниях десен (ополаскивание), стоматитах, при запахе изо рта.	Соплодия, свежие листья, кора	Лекарственн ое
8.	Борщевик рассеченно - листный	Бамбаргана	На равнинах и высокогорных лугах, в лиственных, сосновых лесах среди кустарников	Улучшает аппетит. Настой корней принимать как успокоительное средство, при судорогах, эпилепсии, кожном зуде (в виде примочек и теплых ванн). В тибетской медицине – при заболеваниях почек и	Трава в цветенье, корень – осенью, молодые листья и черешки до цветения.	Лекарственн ое

				печени, фурункулезе.		
9.	Боярышник даурский	Долоогоно	Растет в редкостойных сухих лесах, в пойме рек в степной зоне	Жидкий экстракт плодов входит в состав кардиовалена. Применяют при гипертонии, устраняет аритмию сердца, одышку, бессонницу у сердечных больных.	Плоды поздней осенью, цветки целыми щитками в период цветения	Лекарственное
10	Башмачок настоящий, крупноцветковый	Хүхын гутал	Растет в светлых лесах, опушках, на вырубках	Водный настой оказывает седативное воздействие при эпилепсии, нервно-психических расстройствах, лунатизме и обмороках, судорогах.	Траву в период цветения, корневище, цветки	Лекарственное Редкое Охраняемое
11	Валериана очередно-лиственная		На лугах, гарях, опушках, по берегам рек.		Корни, корневище	Лекарственное
12	Бузина сибирская	Замаахай	Каменистые склоны сопок по р. Аргунь.	Отвар и настой как мочегонное и желчегонное, потогонное (кора) при астме. Плоды полезны при злокачественных болезнях.	Цветки, кору, плоды, побеги, корни	Лекарственное
13	Герань Власова	Азаргана, тохорюун хушуун	Полусорное растение на опушках леса, пустыри, у дороги.	Используют при поносах и кровотечениях.	Заготавливают всю траву, корни.	Лекарственное
14	Голубика голостебельная (гонобобель, дурманика)	Нэрһэн	Растет во влажных лесах.	Витаминный напиток, отвар листьев при сахарном диабете.	Ягоды, листья	Лекарственное
15	Ель сибирский	Хасуури	В северных хвойных лесах.	Противоцинготное, при простуде, кашле,	Хвоя, молодые весенние	Лекарственное

				туберкулезе, в кожных сыпях.	побеги, шишки, смолу.	
16	Карагана древовидная	Алтаргана	Каменистые склоны, сухие сопки.	Полоскание горла, десен, при стоматите, геморрое, язве желудка и двенадцатиперстной кишки.	Надземную траву	Лекарственное
17	Сосна кедровая (сибирская)	Хуша	Склоны сопки, каменистые горы Алханая.		Хвоя, живица, молодые шишки	Лекарственное
18	Кизильник черноплодный	Яргай	Каменистые склоны, скалы.	При кровяных поносах, болях в желудке, при истерии, невралгии. Потогонное и желчегонное.	Плоды, кора	Лекарственное
19	Ковыль Крылова	Хилгана	Степи, склоны сопки, суходольные луга.			Кормовое
20	Костер безостый	Дэрhэн	Степи, склоны сопки, суходольные луга.			Кормовое
21	Конопля	Үлтэнэг	Пустыри, старые залежи по р. Онон.	При астме, геморрое, в воспалении мочевого пузыря, при нервных расстройствах, эпилепсии, импотенции.	Трава, семена	Сорное, Лекарственное Ядовитое
22	Костяника каменистая	Улаагана	Сосновый бор, смешанные леса, лесные поляны.	Отвар травы как потто-мочегонное, при заболеваниях желудка, циститах. Моют голову от перхоти.	Листья, свежие плоды.	Лекарственное Плодовое
23	Крапива	Халаахай	Пустыри, старые	При заболеваниях крови,	Трава	Лекарственное

.	двудомная (жигала)		стоянки, поселения.	мочегонное, при заживлениях ран, для мытья головы.		ое Сорное
24	Красоднев малый (лилейник)	Алтан зула	Сухие степи	Настой при желтухе и сердечные средства	Цветки и луковица	Лекарственн ое Редкое
25	Крупка перелесковая	Бүсгы	Сухие склоны, лесные поляны.	Противоцинготное, при диатезах, крапивнице, мочегонное	Трава	Лекарственн ое
26	Купальница (жарки)	Бадма сэсэг	Влажные луга, опушки леса.	Противовоспалительное, противоцинготное, противочесоточное. Настой корня при эпилепсии.	Цветки, корни	Лекарственн ое Редкое
27	Купена лекарственная	Мухар сагаан	Сухие леса, заросли черемухи по поимее реки.	При грыже (отвар на молоке). Листья прикладывают к нарывам при панарициях, рожистом воспалении. Ягоды как сердечное средство. Тибетская медицина применяет корневище при заболеваниях лимфоузлов, для продления жизни и геморрое.	Корневище, трава в период цветения, плоды	Лекарственн ое Ядовитое
28	Лапчатка гусиная	Гэшэгэнээн	Влажные луга, берег реки.	При поносах, кровотечениях, запорах, при болезнях печени (желтуха, холецистит)	Корневище, трава	Лекарственн ое Съедобное
29	Лебеда	Уһан шаралза	Пустыри, старые стоянки, заброшенные пашни.	При ангине, кожном зуде, бронхите, ревматизме (распаренная трава).	Трава, семена	Лекарственн ое

						Сорное
30	Кубышка желтая	Тэмээн табгай	Влажные луга, стоячая вода, водоемы, речные заводи, старица.	При заболеваниях почек, мочевого пузыря. Отвар цветков – жаропонижающее, при бессоннице. Отвар листьев – при запорах. Листья прикладывают при рожее кожи.	Корневище, цветки, плоды и трава	Лекарственное Редкое Декоративное
31	Кровохлебка лекарственная	hүдэн	Склоны сопки, степи	Настой травы при бронхитах, для лечения заболеваний молочных желез, при эрозии шейки матки и кровевосстанавливающее средство при малокровии.	Корневище, трава	Лекарственное Съедобное
32	Камнеломка	Тобшоргоно	Сухие степи, склоны сопки		Трава, цветки	Лекарственное
33	Крыжовник красный (кислица, тараножка)	Тэхын шээг	Побережье реки Онон	Противоцинготное, при заболеваниях печени, почек, запорах.	Плоды, листья	Лекарственное Съедобное
34	Лилия карликовая (сарана)	Улаалзай	Сухие сопки, склоны	При простуде, добавляют в салаты. В тибетской медицине при переломе костей, цветки - при повышении давления.	Луковица, цветки	Лекарственное Съедобное
35	Лилия даурская	Абдаргана	Лесные опушки	Луковицы в печеном виде прикладывают к нарывам, обожженной и обмороженной коже.	Луковицы	Лекарственное Редкое
36	Лиственница	Шэнэнэн	Смешанные леса		Кора, живица	Лекарственное

.	сибирская					ое
37	Лук алтайский (сагано)	Зэрлиг һонгино	Каменистые вершины Алханая.	Противоцинготное, антимикробное и тонизирующее	Луковица, листья	Лекарственное Съедобное Редкое
38	Лук стареющий	Мангир	Побережье Онона, суходольные луга.	При бронхите, поносе, неврастении и противоглистное	Луковица, листья	Лекарственное Съедобное
39	Лук - чеснок	Таана	Побережье Онона, суходольные луга.	Противоглистное, поливитаминное. Используют при бронхите и ОРЗ, при атеросклерозе и при увеличении селезенки.	Луковица, семена, листья	Лекарственное Съедобное
40	Мак голостебельный	Хурьган заһаа	Степи, склоны сопок	Противопоносное при дизентерии, обезболивающее средство. Обладает спотворным действием. Заболевание печени (настой цветков), при бронхите, при заболеваниях горла.	Трава, семена, цветки	Лекарственное
41	Малина дикая	Зэдэгэнэ	Смешанные леса, опушки	Жаропонижающее, противоцинготное, от кашля. Отвар корней при астме.	Плоды, трава, цветки, корни	Лекарственное Съедобное
42	Пижма обыкновенная	Нарһан үбһэн	Сухие склоны сопок.	Противоглистное, при печеночных и круглых глистах. Головные боли, эпилепсия, язва желудка и	Цветки, трава	Лекарственное Ядовитое

				двенадцатиперстной кишки.		
43	Полынь горькая	Морин шаралза	Пустыри, старые стоянки	Ветрогонное, от ожирения, против глистов.	Соцветия и листья	Лекарственное Сорное
44	Полынь Гмелина (стародуб)	Хаара намаа	Скалы, сухие сопки	При лихорадке, в лечении грыжи, глистов и поносов.	Цветок, побег	Лекарственное
45	Одуванчик рассеченный	Нямняа	Луга, пустыри, опушки леса.	Повышают аппетит. Отвар корневища используется при заболеваниях почек и печени.	Цветки, корневище	Лекарственное
46	Ольха серая (душкения)	Нүүргэдээн	Степи, каменистые склоны.	При поносе, полоскание рта, при стоматитах, ангине.	Кора и соплодие	Лекарственное
47	Осина (тополь дрожащий)	Уляаһан	Редколесие	Противоцинготное, при поносах, сифилисе, фурункулезе и стоматитах.	Кора, почки	Лекарственное
48	Тополь черный	Уляангир	Побережье реки, песчаники.	Противоревматическое в виде ванн и втираний, во внутрь в виде спиртовой настойки.	Почки и кора	Лекарственное
49	Пихта	Жодоо	Кедровые, смешанные леса	Мочегонное средство, лечит ревматизм, простудные поражения суставов.	Зеленая хвоя, кора	Лекарственное
50	Дуб монгольский	Сарса		При заболеваниях десен – прадантозах.	Кора	Лекарственное

						Редкое
51	Подорожник большой	Табан халаа	Обочина дорог, пустыри, долина реки.	Ранозаживляющее при нарывах, ожогах. Отвар листьев при туберкулезе и усиленном кашле, язве желудка.	Корневище, листья, семена	Лекарственное
52	Полынь холодная	Ая	Сухие степи	Полоскание рта, заболеваниях сердца и бронхите.	Цветки, трава	Лекарственное
53	Прострел раскрытый	Ургы	Сухие склоны сопок	Нервные расстройства, истерия, бессонница.	Трава, цветки	Лекарственное Ядовитые
54	Пырей ползучий	Хяаг	Суходольные луга, степи	Для очищения крови, заболевания органов дыхания, при детской экземе, моченедержании и ухудшение зрения	Корневище, трава	Лекарственное Сорное
55	Родендрон даурский	Тэрэлжэ	Березовые хвойные леса, редколесье.	При ревматизме, полиартрите, неврозах. Применять осторожно – возможно угнетение нервной системы.	Цветки, молодые ветки, листья	Лекарственное Редкое Ядовитое
56	Рододендрон Адамса	Сагаан дали	Высокогорные склоны	При отеках сердечного типа, простуде. Можно использовать в виде чая, но не длительное время.	Верхушечные ветки, цветки	Лекарственное Редкое Ядовитое

57	Репейник волосистый	Носоргоно	Сухие луга, залежи полей, пустыри.	При холециститах, при заболеваниях почек, экземе, сыпях, заболеваниях полости рта и циррозе печени. Отваром семян можно промывать глаза.	Корни, трава, семена	Лекарственн ое Сорное
58	Роза иглистая или собачья	Нохойн хоншоор	Побережье реки Онон, опушки	При авитаминозах, витамином сборе, при уменьшении кислотности желудка, гастрите, малокровии и истощении. Применяется при заболевании печени (холосас). Масло при пролежнях как ранозаживляющее.	Цветки, плоды, листья, семена	Лекарственн ое Съедобное
59	Рябина сибирская	Мүшэ модон	Пойма реки		Плоды, кора	Лекарственн ое Съедобное
60	Скабиоза Фишера	Шагда	Суходольные луга		Трава, цветки	Лекарственн ое
61	Смородина	Үхэр нюдэн	Смешанные хвойные леса.	При авитаминозах в виде чая.	Плоды, листья	Лекарственн ое Съедобное
62	Солянка холмовая (Перекаати-поле, хатун)	Хамхуул	Песчаные сопки, залежи	При болезнях почек и мечении, глаз. В тибетской медицине как ранозаживляющее.	Трава в период цветения	Лекарственн ое Сорное

63	Сосна Крылова	Нархан	Хвойные леса, сосновый бор С.Нижнего-Цасучея, Цырик Нарасун.	Кровоочистительное средство, противогинготное, при авитаминозе, туберкулезе и хроническом бронхите.	Почки, хвоя	Лекарственное
64	Стеллера карликовая	Мандаргана	Сухие луга	Слабительное, противоглистное средство, моче-потогонное при лихорадке.	Цветки и листья	Лекарственное Ядовитое
65	Солодка уральская	Шэхэр	Опушки леса, луга	Отхаркивающее средство при бронхитах, при запорах как слабительное. В тибетской медицине используется для продления жизни.	Корни	Лекарственное
66	Тимьян даурский (чабрец, богородская трава)	Ганга	Каменистые склоны сопок, степи, сухие луга.	Как отхаркивающее при кашле, бронхите, туберкулезе, при головных болях. Окуривание для очистки воздуха в помещении.	Трава в период цветения	Лекарственное Пряное
67	Хвоц полевой	Улхан	Песчаные луга по берегу, пары.	При атеросклерозе, заболеваниях почек, печени, бронхите.	Летние вегетативные побеги	Лекарственное
68	Чемерица	Гол хорон (балшаргана)	Сырые луга, лощины, овраги.	Применяется ограничено, для уничтожения кожных паразитов (чесотки и вшей). Больше применяется в ветеринарии.	Луковица и листья	Лекарственное Ядовитое

69	Черемуха	Монһон (мойһон)	Пойменные луга по берегу реки.	При поносах как вяжущее, черемуховая вода из цветков для обмывания глаз, при фурункулезе. Пото – мочегонное, полоскание рта. Цветы для очищения воздуха в помещениях.	Плоды, цветки, кора, листья	Лекарственное Съедобное Ядовитое
70	Таволга (лабазник, спирея иволистная)	Табилгана	Заливные луга, берег Онона	Потогонное, жаропонижающее. Цветки добавляют в витаминный чай. В тибетской медицине кора используется против глистов.	Цветки, трава, кора	Лекарственное
71	Щавель малый	Дааган шэхэн	Бесплодные открытые опушки, галечники, сухие луга.	При дизентерии, противочинготное и желчегонное средство. Используют при болях в суставах.	Трава, листья	Лекарственное Съедобное
72	Яблоня Палласа	Үлир	Пойменные суходольные луга	При авитаминозах, вздутии живота. Применяется как общеукрепляющее средство. Листья добавляются в витаминный чай.	Ягоды, листья, цветки	Лекарственное Съедобное
73	Облепиха крушиновая	Шасаргана	По речным долинам	Поливитаминное средство. Способствует заживлению ран, обновлению кожи. Используется при уменьшении последствий лучевой терапии, обширных ожогов кожи, глаз, ушей и	Плоды, листья	Лекарственное Съедобное

				пролежней.		
74	Ирис молочно-цветков ый	Сахилза	Солончаки		Цветки, плоды, луковица	Лекарственн ое Редкое
75	Софора уральская	Лидэр	Сопки Баян Дун	При головных болях, лихорадке, жаропонижающее, потогонное.	Корневище	Лекарственн ое Редкое
76	камыш	Ожорхон	Сырые илистые берега водоемов.	Седативное, снотворное, противоэпилептическое средство.	корневище	Лекарственн ое
77	Ревень тангутский	Гашууна	Сухие луга, пустыри.	Слабительное, желчегонное, вяжущее средство. Используется при туберкулезе и малокровии.	Корневище, черешки	Лекарственн ое Съедобное
78	Нивяник (поповник)	Балжан гарма	Сухие луга, поляны	Используется при грыже, кашле, ОРЗ, глистах, чесотке и при расслаблении мочевого пузыря.	Цветки	Лекарственн ое
79	Цимбария даурская	Заса	Сухие сопки		Цветки	Медоносное Декоративно е
80	Ильм приземистый	Хайлаахан	Песчаные сопки, галечники по пойме реки.	Мазь из семян назначают при кожном зуде. Отвар семян используется как слабительное, противоглистное. Можно использовать для лечения опухолей.	Семена	Лекарственн ое Декоративно е

81	Боярышник кровавокрасный	Долоогоно	Пойменные луга, старица реки.	Применяется при лечении гипертонии, одышке. Усиливает коронарное и мозговое кровообращение. Устраняет аритмию сердца.	Семена, листья, цветки, плоды	Лекарственное Полусъедобное
82	Герань лесная	Азаргана	Лесные опушки, пойменные луга		Трава	Лекарственное
83	Можжевельник	Үхэр арса	Каменистые высокогорные скалы	Отхаркивающее средство при удушье и кашле. Ванное – при кожных сыпях и чистке мочевыводящих путей. Сухая трава используется для очищения воздуха в помещении.	Шишки, молодые побеги, хвоя	Лекарственное Декоративное
84	Шлемник байкальский	Бүбөөлжэн үбһэн	Суходольные луга, сопки		Трава	Лекарственное
85	Кипрей (Иван-чай)	гүрөөһэн үбһэн	Сырые опушки леса, вдоль дорог.	При кровотечениях, поносах. Противосудорожное, спотворное, тонизирующее при упадке сил. Для лечения венерических заболеваний (сифилис, гонорея).	Трава в период цветения	Лекарственное Декоративное
86	Пастушья сумка	Гаймуу	На лугах, полях, огородах.	Кровоостанавливающее средство, противорвотное в период беременности. Очищает печень и почки.	Трава в период цветения	Лекарственное Сорное
87	Ива козья	Ямаан	Пойма реки,	Принимают настой коры	Кора молодых	Лекарственное

.		бургааһан	влажные луга, русла рек.	(аспирин), для профилактики инфаркта-миокарда, инсульта. Укрепление волос, профилактика заболеваний десен, выкидышей, онкологических заболеваний, пищевода, толстой кишки.	ветвей	ое Сорное
---	--	-----------	--------------------------	--	--------	--------------