

ЗАМЕТКИ О ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЯХ ВЕПССКОЙ НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЫ

СООБЩЕНИЕ ТРЕТЬЕ

О.Д. Барнаулов

Институт мозга человека им. Н.П. Бехтерева РАН (г. Санкт-Петербург)

The notices about medical plants of vepsa folk medicine. Part 3

O.D. Barnaulov

N.P. Bechtereva Human Brain Institute RAS (St. Petersburg, Russia)

РЕЗЮМЕ

В этом третьем сообщении продолжен обзор вепсской народной медицины, лекарственной флоры. Проанализированы методы, лекарственные формы, конкретное использование растений. Приведены примеры сходств их применения в вепсской народной, традиционных китайской, корейской, тибетской, иранской, научно-европейской медицинах. Информация собиралась доктором медицинских наук на широком географическом пространстве в течение более 50 лет.

Ключевые слова: этноятрия, вепсы, лекарственные растения.

RESUME

In this third report, we continued the review of Vepsian traditional medicine and medicinal flora. Methods, dosage forms, the specific use of plants are analyzed. Examples of similarities of their use in Vepsian folk, traditional Chinese, Korean, Tibetan, Iranian, and European scientific medicine are given. The information was collected by a doctor of medical sciences in a wide geographical area for more than 50 years.

Keywords: ethnojatria, vepsa, plant drugs.

ВВЕДЕНИЕ

Рассмотрение арсенала лекарственных растений исчезающей вепсской народной медицины актуально по тем причинам, что многое в ней было рационально, экологически и биологически целесообразно, а потому эффективно и выдержало испытание временем. Совпадения с тибетской традиционной медициной, формировавшейся в начале второго тысячелетия и оформившейся в виде основного трактата Чжуд-ши, «восьмичленной тантры тайных устных наставлений» к XII в. [16], в какой-то мере объяснимы. К этому времени в первые века н.э. племена монголоидов, в последующем сформировавшиеся в легендарную Весь, уже вышли из Азии, из-за Камня (Урала), заселили огромные пространства, принесли и использовали знания о лечении растениями, сходные с таковыми бурятов, монголов, алтайцев. Медицины этих народов частично послужили формированию традиционной тибетской медицины. Начавшаяся уже в X в. ко-

лонизация земель Веси славянами, равно как и предыдущие этапы развития этой народности, исключают прямые контакты с Тибетом, а следовательно, Веси и Тибет, вероятнее всего, имеют какие-то еще более древние общие истоки развития, объясняющие ряд совпадений в арсенале и методах применения лекарственных растений.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

Материалы и методы приведены в 1-м и 2-м сообщениях. Специфика сбора информации заключалась в том, что в течение последних 50 лет по несколько месяцев в году (отпуск, экспедиционные командировки) контакты с населением вепсских деревень: постоянные в д. Ладва, но также д. Курба, Корбеничи, Харагеничи, Ярославичи, Усть-Капша, поселки Винницы, Шугозеро, деревни в бассейне р. Явошма и другие летом осуществлялись на бытовом уровне и неоднократно собеседова-

ния на любые темы, включая тему применения лекарственных растений, носили достаточно непринужденный характер, могли быть повторены с различными собеседниками. В 1963–1966 годах контакт с обрусевшими потомками Веси в бассейне рек Ляменьга, Шарженьга, Юг был постоянным в связи с работой единственным врачом сельско-участковой больницы. Несколько позднее, в 1987–1970 гг. контакты с населением Подвинья, Мезени, деревень в бассейне р. Пин-ёги, в Лешуконском р-не Архангельской области (территории обитания Веси в прошлом) носили эпизодический характер во время летних отпусков. Единичными были выезды в Бабаево, г. Череповец, к Белому озеру: с. Монастырское, д. Кадуи, а также в Карелию: Янгуба, Кижский архипелаг, д. Кюргеницы (kuig – жеравль, вепс.). Особое внимание уделено неоднократным беседам с вепскими знахарками в д. Ладва, Харагеничи и др., носившим домашний, доверительный, непринужденный, уважительный характер порою взаимобмена знаниями. В прочих местах при летучих знакомствах не все целительницы шли на контакт. Препятствием был языковой барьер, поскольку представительницы ушедшего поколения вепских целительниц не всегда могли хорошо говорить по-русски. Иногда переводчиками были их дети, родственники. Таким образом, информация о лекарственных растениях вепской народной медицины накапливалась на протяжении длительного времени, собрана на широком географическом пространстве, носит как весьма конкретный, перепроверенный, так и порою предположительный характер, оценена мною с позиций врача, профессионального фитотерапевта, фитотермаколога, доктора медицинских наук с точки зрения ее значимости для развития медицины. Сопоставление с применением этих растений в научной, некоторых других народных, традиционных медицинах дано по ряду источников, приведенных в списке литературы. В некоторых случаях имелась возможность привлечь собственные экспериментальные и клинические данные [2–4].

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

Интерес к изучению растительного арсенала вепской народной медицины начался с загадочных сведений о грыжевой траве, услышанных от вепсов, переехавших в Ленинград. По прибытии в д. Ладва я обратился к местной знахарке, которая без утайки показала

мне в лесу какой-то плаун, предупредив, что растение это ядовито, и что использовать его нужно в малых дозах и лишь при крайней необходимости. Наиболее частым показанием была пупочная грыжа у плачущих грудных младенцев со вздутым животиком, плохо отходящими газами и фекалиями, но также свежая грыжа у лиц более старшего возраста при перенапряжении, поднятии тяжестей, хронические запоры преимущественно у старых людей, гельминтозы. Ранее это растение называли Плаун баранец, но в настоящее время это **Баранец обыкновенный, *Huperzia selago***, сем. Баранцовые Huperziaceae [11], что было определено по моей просьбе сотрудниками отдела ресурсосведения Ботанического института им. В.Л. Комарова АН СССР. В свое время этот институт внедрял баранец для лечения алкоголизма. Стакан 5 %-го отвара баранца вызывает рвоту, а при сочетании его с приемом алкоголя вырабатывали условный рвотный рефлекс. Вепсы никогда не применяли баранец с этой целью, поскольку в не столь далеком прошлом они очень редко принимали спиртное (солодовое пиво, брагу), алкоголиков до середины XX века практически не было. Наркологи также не применяют в настоящее время баранец. Для ребенка в 1 стакане воды, но лучше в молоке отваривали 2–3 веточки сухого баранца и понемногу, чайными ложечками или из соски спаивали постепенно, не сразу. После поноса и отхождения газов пупочная грыжа исчезала.

Баранец, как и многие плауны является сильным слабительным, что обусловлено алкалоидами (ликоподин, ликодолин, аннотинин, аннотоксин, акрифолин, селлагин, псевдоселлагин, изоликодолин и ряд других, еще не идентифицированных [11]), которые оказывают прямое М-холиномиметическое действие, подобное алкалоидам мухомора. Эффектом таких алкалоидов является выраженная перистальтика кишечника, диарея, ветрогонный, антигельминтный эффект, а при передозировке – рвота. Грыжевую траву всегда брали у знахарок, одновременно получая настоятельную консультацию о правилах заваривания, приема, о возможности отравления при нарушении этих правил. Впрочем, были попытки самостоятельного применения, особенно у приезжих русских, не жалевших сырья. Кончались они, по рассказам вепсов, не только отравлениями, но даже гибелью младенцев.

Подобные же алкалоиды содержат не используемые вепсами в качестве слабитель-

ных и ветрогонных другие виды плауна, в частности **Плаун булавовидный, *Lycopodium clavatum***, сем. Плауновые, Lycopodiaceae. Упомянут он по той причине, что лечебное применение его спор было давно известно вепсам. Им присыпали потертости, мокнувшие поражения кожи, мелкие ожоги, раны, ссадины у взрослых, опрелости у детей. Проникновение спор плауна в медицинскую практику (детская присыпка) произошло много позднее использования ее в народных медицинах. Хозяйственное использование спор осталось неизвестным, поскольку ни хозяйства в его прежнем виде, ни детей в большинстве вепских деревень уже нет.

По неоднократно полученным сведениям в прошлом баранец в больших количествах давали с преступной целью – избавиться от новорожденного ребенка. Случаи были единичны, поскольку рождение ребенка вне брака не считалось у вепсов постыдным, и выхаживанием его занималась вся семья родившей. Собственные наблюдения за действием слабительных сборов, включавших небольшие количества баранца (10 г) или видов плауна, позволяют положительно оценить их эффективность. Удастся преодолеть хронические запоры у пожилых людей и у конституциональных астеников в случаях, когда препараты кассии, диетические и прочие методы неэффективны. Особенно демонстративно лечебное действие таких сборов при сочетании экземы, нейродермита, различных атопических дерматозов, *acne conglobata*, псориаза с обстипациями.

Трутовик косой (чага, черный березовый гриб), *Innonotus obliquus*, сем. Гименохетовые, Hymenochaetaceae [18]. Широко известна вепсам как суррогат чая. Во время войны и позднее, в годы перестройки при отсутствии возможности купить чай вепсы заваривали чагу, а потому еще в недавнем прошлом она была почти в каждой избе. Перед завариванием чая ее не измельчали мелко, наружный и внутренний слои не разделяли. Один из приемов заваривания чаги: в ее густокоричневый настой добавляли для запаха щепотку настоящего чая. Реже ее сочетали с другими растениями: листом смородины черной, малины, кипрея, со зверобоем, мятой – по вкусам потребителя. С лечебной целью ее применяли при заболеваниях желудка, сопровождавшихся болями, изжогами, тошнотами. Так, братья Кюршины (д. Заозеро), страдавшие язвенной

болезнью 12-перстной кишки, обострявшейся при приемах алкоголя и его суррогатов, заваривали чагу, добавляя порою подорожник, багульник. Более ценилась чага, собранная с берез во время сокодвижения. В прошлом в д. Ладва чагу принимали в сельмаге, но в связи с низкой ценой ее не часто сдавали. Любые диспептические явления, болевой синдром служили поводом для заваривания чаги. Вепсам известно умеренное послабляющее действие ее. По этой причине ее заваривали старики при атонических запорах.

Существовало поверье, будто бы чага вообще полезна ослабленным и старым людям (элементы гериатрической фитотерапии), и хотя экспериментальных и клинических подтверждений тому нет, можно с уверенностью утверждать, что не вредна, не токсична и скорее всего полезна, т.к. является поставщиком многочисленных макро- (К, Са, Mg – накапливает Fe) и микроэлементов (Mn, Cu, Zn, Al, Ba, Se, Ni, Sr, Pb, B) [10]. Препараты, типа панангина, жалко выглядят на фоне минерального состава чаги и других растений. В число ослабленных больных входили астеники, преимущественно женщины, страдавшие постгеморрагическими и другими анемиями, больные бронхолегочными (туберкулез), онкологическими заболеваниями.

Клинические исследования профессора П.К. Булатова и его сотрудников в 1-ом Ленинградском медицинском институте подтвердили лечебное действие чаги как при язвенной болезни, гиперацидных состояниях, так и при гипоацидных, анацидных гастритах. Это, казалось бы, разнонаправленное действие чаги подтверждает корректирующее действие лекарственных растений, зависящее от исходного фона, от патологического процесса. В этом отношении существенно одно из противоречий между научно-европейской медициной, постулирующей однонаправленность действия лекарств, и этноэтикой, традиционными медицинами, базовой дисциплиной которых является фитотерапия [1, 7, 8, 16, 17, 22]. В Ботаническом институте АН СССР был создан препарат на основе чаги – бифунгин, сегодня практически не упоминаемый врачами. Группа томских фитотерапевтов предложила для онкологических больных сбор: чага, полынь горькая, подорожник, пижма, элеутерококк, алоэ [20, 21].

Сведения о специфической показанности чаги при онкологических заболеваниях

у вепсов вторичны, а в научно-европейской медицине они базируются на наличии в ней агариковой, бетулиновой кислот [11]. Чага не содержит токсичных цитостатиков, но временно приносит облегчение при онкологии, даже в терминальных стадиях заболевания. Собственный опыт позволяет предположить, что в сочетании с адаптогенами, чередой, оме-лой, сабельником, солодкой и рядом других растений она предупреждает рецидивы заболевания, метастазирование, продляет жизнь. Гриб официнален, и приходом его в научную медицину мы во многом обязаны народной, в частности вепсской медицине.

Подорожник большой, *Plantago major*, sonlehtez – вепс. [23], сем. Plantaginaceae. Несмотря на то, что сбор большого количества дикорастущего растения затруднителен, подорожник ранее был всегда востребован, о чем свидетельствует наличие вепсского названия. Растертым его прикладывали к длительно не заживающим ранам, воспаленным суставам. Сухие измельченные запаренные листья также использовали в качестве ранозаживляющего средства. Если ранозаживляющие свойства подорожника использовали широко, то внутреннее применение его было прерогативой знахарок и некоторых «знающих» женщин, которых в прошлом было не мало. «Напары», получаемые настаиванием на загнетке русской печи, были известны как эффективные средства при кашле, трахеитах, бронхитах. Подорожник сочетали с цетрарией, листом малины, зверобоем, девясилем (лист, цветки стебель), реже с фиалкой трехцветной и другими растениями.

Сегодня научно обоснована целесообразность применения растений, содержащих гетерополисахариды (подорожник, девясил, цетрария), увеличивающих количество слизи продуцирующих клеток [2], мокроты при ОРВИ, бронхолегочных заболеваниях, астме, туберкулезе. К вторичным, привнесенным знаниям следует отнести применение сока подорожника при заболеваниях желудка, в частности при язвенной болезни, изжогах, гипоацидных гастритах. В одном случае пациент с успехом (язва 12-перстной кишки – купирование симптоматики, рубцевание) использовал свежесжатый сок подорожника, применяя при этом для повторных выжимок из шрота воду. Лечение в этом и ряде других случаев аптечным соком подорожника давало отрицательный результат, поскольку он консерви-

рован спиртом. При обстипациях подорожник послабляет, а при диареях закрепляет.

На примере подорожника мы опять-таки сталкиваемся с прецедентом якобы разнонаправленности его действия. Большое количество гетерополисахаридов (20 %), послужившее причиной создания препарата плантаглойд, обуславливает повышение секреции щелочных валентностей, мукополисахаридов бокаловидными клетками слизистой желудка, а следовательно защиту от деструктивного действия HCl и пепсина, препятствие образованию peptic ulcer, эффективность при гиперацидном синдроме и язвенной болезни. Более подробно механизм влияния полисахаридосодержащих растений на продукцию нами защитной слизи изложен мною ранее [2].

С другой стороны, подорожник – пищевое растение. Авиценна относил подорожник к слизистым лекарством и рекомендовал есть его в чечевичной похлебке [1], а китайцы и сегодня сочетают его с рисом. Вепсы в пищу подорожник не применяли. Как всякая пища, подорожник оказывает слюногонное, сокогонное, желчегонное действия, а потому эффективен при гипоацидных гастритах, анорексии, холестазах, расстройствах пищеварения. Послабление при запорах обусловлено полисахаридами, закрепляющее действие при диареях – дубильными веществами, танидами [11]. В Чжуд-ши рекомендовано прекращать чрезмерное действие слабительных супом из пшена, свежего мяса, к которому следует добавить подорожник, порошок корней дуба, желуди. Входит в состав блока «Кизильник-7» – «лучшего средства от поноса».

Сегодня П. большой и другие его виды аптечны, их широко применяют не только в этнофармакологии, но и в научно-европейской медицине, создают из него различные препараты. К.А. Трескунов [13], один из первых фитотерапевтов, попытавшихся объяснить простой биологический закон, объясняющий заинтересованность подорожника в здоровье тех, кто на стопах (*plantago*), на обуви разносит липкие семена растения по дорогам. Он приводит пример индейцев, называвших подорожник следом белого человека, поскольку испанские конкистадоры разносили его семена на грязных сапогах. Семена П. большого элитного растения традиционных медицинских стран Восточной Азии считаются более лечебными при бронхолегочных заболеваниях, но особенно при бесплодии и импотенции [4, 6]. Очевидно,

что народная медицина Веси и ее прямых наследников вепсов развивалась параллельно и в том же направлении, что и медицина других народов.

Дягиль (Дудник) лесной, *Angelica (Archangelica) sylvestris*, tutuine – вепс. [23], сем. Сельдерейные (Зонтичные) Apiaceae (Umbelliferae). Вепсы и по-русски, и на своем языке называли его просто дудкой. Наиболее памятное им применение – пищевое во время голода в войну. Счищали тонкий, сладкий слой под корою, ели свежий, иногда мешали с мукой при наличии таковой. Дудник в чистом виде и в больших количествах провоцировал метеоризм, боли вплоть до колик, диарею, что понятно, поскольку это пряность, а не пища.

Во время моих первых контактов с вепсами надобности поедать дудник уже не было, но его слабительное действие изредка использовали при запорах. Детишки иногда счищали сладкий слой дудника. Ушедшее поколение вепских знахарок (П. Инякова, М. Чарандова, П. Порыгина – д. Ладва и другие в Усть-Капше, в Харагеничах), по сведениям их родственников, применяли семена дудника в сочетании с какими-то растениями в качестве успокаивающего лекарства при бессоннице, волнении. Это хорошо ассоциируется с известным седативным действием семян кориандра, укропа, тмина, кумина, также относящихся к сем. Зонтичные, используемых как пряности.

Более туманны сведения о применении этих семян при женских болезнях. Поскольку известно месячнотонное действие (emenogoga) различных частей видов дудника, столь востребованное и используемое во многих традиционных медицинах [4, 14, 17], то в качестве предположения напрашивается использование Д. лесного как корректора функций яичников при нарушениях менструального цикла. Семена применяли для стимуляции лактации.

Об использовании корня, что типично для современной фитотерапии и диетологии (Д. лекарственный – общепринятая в мире пряность) сведений не было, но считалось, что дудник – это «медвежий корень», дающий медведю силу. В добавление к этому говорили, что корень повышает мужскую потенцию, но использования корня с этой целью наблюдать не приходилось. В традиционных медицинах Китая, Кореи, Тибета в течение тысячелетий используют положительное гонадотропное действие видов дягиля [3, 6–8, 14, 16, 17]. Местное применение растертых листьев дягиля,

как и многих других лекарственных растений, предписывалось в случае ранения, пореза, даже ушиба, что ассоциируется со сведениями об антимикробном, противовоспалительном и анальгетическим действием дягилей [4, 8, 11]. Их прикладывали и к длительно незаживающим ранам.

В качестве отступления упомяну **Вех ядовитый, *Cicuta verosa*** (сем. то же). Вепсы хорошо знали о ядовитости цикуты, считали ее проклятым растением. В разных деревнях рассказывали о массовых отравлениях колхозных телят приозерной, приречной цикутой в те недавние времена, когда еще были телятники. Имел место анекдотичный случай. К травнице в д. Кузнецы обратилась Н. Комар – приезжая из Ленинграда, утратившая свои вепские корни с просьбой показать цикуту, сок которой по данным какой-то дрянной книжечки о растениях якобы может увеличить практически отсутствующие молочные железы у ее взрослой дочери. Знахарка цикуту не показала, объяснила, что молочные железы не успеют увеличиться, т.к. ядовитый сок проникает через кожные покровы и вызывает быструю смерть. Несомненна высокая квалификация целительницы.

К тому же семейству принадлежит **Купырь лесной, *Anthriscus sylvestris***. Сведения о его целебности не были общим достоянием. Произрастал он в изобилии и ранее, но сегодня этот агрессивный сорняк заполонил бывшие сельскохозяйственные земли, заброшенные огороды. В период цветения вся вепская земля покрыта белым кружевом соцветий купыря. Ресурсы не ограничены. Он кратко охарактеризован в 1-м сообщении. Хотелось бы дополнить: целительницы запасали не столько цветущие верхушки купыря (мала фитомасса, долг сбор, плохо сохнет), сколько розетку листьев до появления цветоносной стрелки. Специфика применения – успокаивающее средство. Купырь рекомендовали нервным, беспокойным людям, пережившим душевную травму, заваривать как чай. Сведения эти стали общедоступными, но вкус этого чая далеко не всем нравился, а потому пили его только с лечебными целями. Как и в случае с дягилем, тысячелистником, подорожником, листья купыря растирали в ладонях в кашицу и в качестве кровоостанавливающего прикладывали к ранам, порезам, ожогам. Такой кашицей, соком лечили нагноившиеся раны. Зеленые плоды лишь некоторые вепсы использовали в

соленья, а русские называли их северным тмином. Когда проходишь в зарослях купыря, то созревшие сухие, колючие, черные семена обсыпают тебя всего, остаются на одежде, обуви, в волосах, и приходится с трудом стряхивать их чуть ли ни до вечера. Понятно, что то же самое происходит с животными. Это позволяет поразмышлять: зачем мы нужны купырю, есть ли у него мотивация заботиться о нашем здоровье.

Одуванчик лекарственный, *Taraxacum officinale*, Asteraceae (Compositae). Он цветет в изобилии до цветения купыря. Цветки подвергали принудительной сушке в печке, что, как оказалось, вполне целесообразно, т.к. на печке он пушится. Плохо сохнувшие листья также сушили принудительно. Использование корней зарегистрировать не пришлось. Поскольку одуванчик – млечник, его по принципу подобия применяли при гипогалактии, равно как мяту, крапиву, но также в качестве мочегонного лекарства при отеках. Предположительно это отеки у старых людей с сердечно-сосудистой недостаточностью, чаще всего завершающей гипертоническую болезнь. При ней знахарки также назначали лист одуванчика, сочетая его с хвощем, сушеницей лесной, листом березы, можжевельником и какими-то другими растениями. Известно было умеренное слабительное действие отвара листьев. О поедании листьев с предварительным их вымачиванием в соленой воде, рекомендуемого вегетарианцами и некоторыми любительскими книжечками о лекарственных травках, слышать не приходилось.

Цветки чтили как общеукрепляющее, энергизирующее, тонизирующее, аппетитное средство, полезное астеничным, слабым людям, девушкам, о которых русские порою говорят «бледная немочь» (анемия). Чай из них пили просто для того, чтобы быть здоровыми, считали взбадривающим, тонизирующим напитком, арсенал которых рационально пополнить цветками одуванчика [19]. Цветки считали средством, эффективным при заболеваниях органов желудочно-кишечного тракта, при болях в животе. Это были эпигастральные боли, чаще всего при гиперацидном синдроме, язвенной болезни, а также разлитые боли при метеоризме. Особо выделяли острые боли в правом подреберье, обусловленные чаще всего холециститом. При умеренных, ноющих болях той же локализации также назначали цветки одуванчика, крапиву, цветущие верхушки золотарника, лист березы.

В наши дни случаи желтухи (гепатита А) не встречаются, но судя по рассказам, они были нередки в 40-х годах и ранее. В настоящее время встречаются желтухи при раке поджелудочной железы, колики при желчно-каменной болезни. В этих случаях также применяли цветки, листья одуванчика в сочетании с другими растениями (багульник, купырь, крапива, мята, береза). Цветки применяли и при раке желудка, пищевода. Фитоонколог, профессор К.В. Яременко перечисляет одуванчик среди растений, показанных при онкологических заболеваниях [20, 21]. Привнесено русскими, но не прижилось употребление листьев в пищу, а также использование цветков в сочетании с другими растениями – суррогатами чая (мята, лист смородины черной, малины, лабазник).

Золотарник обыкновенный (Золотая розга), *Solidago vulgaris*, сем. Астровые (Сложноцветные), Asteraceae (Compositae). Не принадлежал к числу широко используемых, общеизвестных лекарственных растений. По поймам рек, на лугах он произрастает в большом количестве, но не ежегодно. Целительницы собирали цветущие желтые верхушки в основном в начале цветения, чтобы нижние цветки не начали пушиться. Как и цветки одуванчика их подвергали быстрой принудительной сушке. Настой применяли при неконкретизированных заболеваниях печени, предположительно при холецистите, желчно-каменной болезни, медикаментозных, алкогольных гепатозах, при желтухах, возможно, при безжелтушных гепатитах В и С, которые, конечно, не диагностировали. Их применяли просто при болях в правом подреберье, в эпигастрии, диспептических расстройствах (изжога, тошнота). В тибетской медицине золотарник применяют по тем же показаниям, а также при неврастении [5].

Несмотря на то, что золотарник не официальный, его применяют в медицинах народов Сибири, Кавказа, а также в Беларуси, Молдове, Болгарии, Коми, т.е. на широком географическом пространстве, не только при болезнях печени и желудка, но при мочекаменной болезни, отеках, диарее, артритах, туберкулезе [11]. Актуально хотя бы изучение эффективности золотарника и сочетания его с другими гепатопротекторами при гепатитах В и С.

Сушеница лесная, *Gnaphalium sylvaticum* сем. Астровые (Сложноцветные), Asteraceae (Compositae). Применение было прерогативой много знающих целительниц, назначавших

ее при головных и сердечных болях, гипертонической болезни с кризами, соответственно, по церебральному и кардиальному типу, при параличах. Серебристую надземную часть собирали по сухим лугам в период раннего цветения (конец июля, август), принудительно сушили. Использование *С. лесной*, а не официальной *С. болотной*, скорее всего, связано с отсутствием последней во флоре вепсской возвышенности или незначительной ее представленностью. Впрочем, природные ресурсы *С. лесной* также незначительны. Об этом растении две знающие его целительницы говорили как о высоко эффективном, не скрывая его предназначения. Настой назначали на длительные сроки, а не только при манифестации сосудистых нарушений. Правомочность такого точного использования *С. лесной* соответствует применению ее аналога в научно-европейской медицине и подкрепляется собственными клиническими наблюдениями. Родственникам больных, приезжим целительницы показывали растение для дальнейшего самостоятельного сбора, обращая их внимание на необходимость длительного лечения.

Погремок узколистый, *Rhinanthus angustifolius* (П. большой), *R. Alectorolophus*. Это растение применяли редко в качестве мочегонного при отеках, сердечных и головных болях, гипертонической болезни у пожилых и старых, ослабленных людей. Скот не поедает погребок, что служило знахаркам указанием на его ядовитость, а, следовательно на ограничение его применения. Если сушеница принадлежала к тем растениям, о которых отзывались с почтением, уважительно, то погребок такого уважения не вызывал. Однако при явных симптомах сердечно-сосудистой недостаточности (одышка, синюшность, слабость, отеки, боли в области сердца) назначали погребок, изредка сочетая его с листом Ландыша майского и надземной частью **Льнянки обыкновенной, *Linaria vulgaris***, также принадлежащей к сем. Норичниковые и, подобно погребку, содержащей карденолиды [11]. Льнянку, не являющуюся фоновым растением, назначали также при болезнях печени, любых отеках и запорах. Погребок, льнянка, ландыш не принадлежат к числу часто применяемых, постоянно собираемых растений. В те нечастые годы, когда поля, обочины проселочных дорог были желты от погребка, сбор был легкий, его запасали именно во время цветения, а при созревании семян, гремевших в коробочке (отсюда –

погремок), его считали наиболее ядовитым.

Очанка Ростковиуса (очная трава), *Euphrasia rostkoviana*, сем. Норичниковые, *Scrophulariaceae*. Сведения об использовании очанки получены из одного источника – от внука покойной, известной в свое время вепсской знахарки, к которой обращались не только из окрестных, но и из дальних сел. Она пыталась передать свои знания внуку, просила его записывать, запоминать растения. Внук пренебрег этими советами, стал трактористом, но из того, что говорила его бабушка кое-что запомнил. За 50 лет общения с вепсами удалось услышать лишь о двух мужчинах, занимавшихся знахарством, колдовством: Петр Христофорович Микшин из д. Заозеро, и оставшийся неизвестным покойный знахарь из теперь нежилой д. Нойдала (земля колдунов).

Из рассказов бабушки внук запомнил, но не смог показать **Венерин башмачок (Б. настоящий), *Cypripedium calceolus***, сем. Орхидные или Ятрышниковые *Orchidaceae*. Опознал он его по акварели, сделанной профессиональной художницей, интересовавшейся бореальной вепсской флорой Присвирья. Башмачок явно наделяли магической силой, как многие другие редкие растения: Петров крест, Любку двулистную, Ятрышник пятнистый. Все 3 растения в народных и традиционных медицинах применяют при импотенции, бесплодии [3, 11, 18]. Остается только догадываться о том, что вепские целительницы знали о положительном влиянии этих растений на репродуктивную сферу, и, несмотря на то, что растения эти редки, имели некоторое их количество. Очанку же знахарка сжигала и окуривала ее дымом раны, ожоги, язвы.

Одно из местных применений широко известно и послужило причиной родового названия очанки. Ее настой знахарка закапывала в глаза (очи), в конъюнктивальный мешок при, собственно, конъюнктивитах, особенно гнойных, ячменях. В прошлом в татарской, башкирской народных медицинах настоем лечили трахому, конъюнктивиты. Кроме закапывания капель глаза пациента окуривали. Наконец, несколько странным было вдвигание золы растения в глаза пациенту. В тибетской, китайской традиционных медицинах и по сию пору применяют дымы растений и зольные лекарства [7, 8, 16]. Наличие их в арсенале знахарки свидетельствует о ее высокой квалификации.

Очанка – растение-паразит, ее не трудно собрать, поскольку она чаще всего произрас-

тает при дорогах, но большие количества едва ли доступны: мала фитомасса. Очанка принята в гомеопатии, аптечна в Германии, но не в России.

Бодяк разнолистный, *Cirsium heterophyllum*, сем. Астровые (Сложноцветные), Asteraceae (Compositae). Еще один пример из ряда совпадений вепсской народной и тибетской традиционной медицины. В Чжуд-ши, Голубом берилле и Атласе тибетской медицины [7, 16, 22] виды бодяка описаны как «очистители и эвакуаторы», вызывающие при больших дозах рвоту, а при меньших – послабление, которое считается «лучшим из пяти лечебных назначений». Отвар надземной части бодяка, собранной во время цветения и принудительно высушенной, знахарка, применявшая очанку, знавшая венерин башмачок, назначала в качестве слабительного. Красные цветки бодяка слегка сладковаты на вкус, и дети порою всасывали их сладость. Знахарка предупреждала внука о том, что это может кончиться рвотой. После того, как ребят вырвало, они перестали баловаться бодяковой сладостью.

В связи с тем, что в прошлом этого растения было мало, целительница использовала с той же целью **Бодяк полевой (Розовый осот), *Cirsium arvense***, неистребимый, агрессивный сорняк, который в настоящее время заполонил заброшенные выпасные и покосные луга, огороды, бывшие картофельные и прочие поля. Громадные куртины этого сорняка по созревании семян пушатся, и кажется, что вся вепсская земля покрыта этим пухом и бодылем сорняка – картина зловещая, но дефицита сырья нет.

И. Чарандов вспоминает, что его бабушка применяла бодяки и при онкологических заболеваниях. Виды бодяка не аптечны. Собственные наблюдения позволяют рекомендовать включение видов бодяка в небольших количествах (10–20 г на сбор в 600–800 г) в слабительные сборы или блоки, сочетая его с корнем лопуха, льном, жимолостью, кассией, крушиной, жостером, плауном, вьюнком, видами молочая – по конкретным обстоятельствам.

Грушанка круглолистная, *Pyrola rotundifolia*, сем. Грушанковые Pyrolaceae. Едва ли можно собрать большие ее количества. В отличие от горожан вепсы не путали ее с ландышем, но далеко не все знали о ее лечебных свойствах. Семейство Абрамовых (д. Ладва) иногда на дальнем покосе у Игак озера использовало ее с другими растениями как суррогат чая. Более известно ее кровоостанавливающее

действие. Растертые листья прикладывали к порезам, ранам, но также к потертостям. О внутреннем применении настоя знали только целительницы, назначавшие грушанку при диареях, болях в эпигастрии, диагностированной язвенной болезни, изжогах, отрыжках, тошнотах, а также при любых кровотечениях: наиболее частых маточных, геморроидальных, носовых, кровохарканьи. Такое назначение соответствует высокому содержанию дубильных веществ в растении. Тем, кто нуждался в относительно постоянном приеме грушанки (больные гастритами, язвенной болезнью, частыми метро-, менорагиями), знахарки показывали растения для последующего самостоятельного сбора. Крапива конкурировала с грушанкой по частоте применения в качестве гемостатического средства.

Петров крест чешуйчатый, *Lathraea squamaria*, сем. Яснотковые (Губоцветные), Lamiaceae (Labiatae). О применении этого растения даже при его предъявлении целительницам не удалось узнать ничего, и причиной тому служит, скорее всего, герметичность этих знаний, отнесение растения к магическим, таинственным, о котором знать не всем следует. Два человека в Тихвинском и два в Ладейнопольском районах Ленинградской области, применявших по назначению знахарок это растение, поделились сведениями о причинах его назначения.

В д. Кобеничи муж изменял жене. Знахарка, хранившая черную высохшую надз. часть растения за иконами, после заговора вручила немного ее пациентке, велев хранить за иконой, брать по 2–3 стебелька, измельчать в порошок и запивать его молоком не реже 1 раза в 2 дня. Женщина уверяет, что закончились похождения мужа после 2 недель и последующего лечения мизерными дозами Петрова креста. В последующем она сама находила Петров крест во время сбора грибов и уже самостоятельно продолжала такое лечение. При опросе с трудом удалось выяснить, что нормализовался менструальный цикл. Второй случай типичен в плане снижения либидо, потенции при желании забеременеть. Беременность наступила через 2 цикла регул при ежедневном приеме порошка растения. В 2-х случаях растение с успехом было назначено при мужской импотенции, снижении эректильной функции. Поскольку снижение потенции у мужчин, обусловленное так называемыми средовыми факторами, стало бичом нашего времени я продолжил наблюдения знахарок, включая

эпизодически (дефицит сырья) Петров крест в поликомпонентные сборы. Положительные результаты опубликованы в монографии «Фитотерапия при импотенции» [4]. Не совсем понятно, как такие малые дозы Петрова креста могли обусловить демонстративный эффект.

Растение не принадлежит к числу сильнодействующих, ядовитых. В отличие, например, от родиолы розовой, левзеи сафлоровидной, у вепсов не произрастающих, Петров крест совершенно не известен в качестве лекарственного растения, положительно действующего на репродуктивную сферу. Растение обойдено вниманием научно-европейской медицины. Относительно его положительного гонадотропного действия в справочнике Растительные ресурсы СССР [11] все-таки есть краткое замечание: «стимулирующее регулы». Природные ресурсы практически отсутствуют, но при выявлении надежного эффекта возможна культура ткани, поскольку демографический кризис в России требует энергичных поисков преодоления его.

Манжетка обыкновенная, *Alchemilla vulgaris*, сем. Розоцветные, Rosaceae. Встречается небольшими куртинами. Отчетливых, конкретных сведений о ее применении получить не удалось, поскольку речь шла о влиянии на женские репродуктивные органы, а на эту тему вепские знахарки не распространялись. Подтверждение правильности гинекологического направления применения вепсами манжетки можно найти в книге немецких фармацевтов [12]. Удалось понять, что вепсы применяли ее при альгоменорее, болезненных месячных. Сочетали с малиной, багульником. Эту женскую траву, как определяли ее целительницы, вероятно, назначали при различных нарушениях менструального цикла. Едва ли ее назначали при кровотечениях, поскольку в этих случаях использовали крапиву, тысячелистник, щавель конский, грушанку, лист и плоды черемухи, а также желто-коричневое корневище **Лапчатки прямостоячей (Калгана), *Potentilla erecta***, сем. Розоцветные, Rosaceae.

Лапчатка настолько фоновая для болотистых вепских земель, что сбор нетруден. Неправедно данное растению название «калган» привнесено русскими. Калган истинный, или Альпиния лекарственная, *Alpinia galanga* (сем. Имбирные) – пряное растение, вепсам неизвестное [3, 18]. В отличие от русских вепсы водку на корневище лапчатки не настаивали. В далеком прошлом, по рассказам, вепсы вообще не злоупотребляли спиртными напитками. Коричне-

вый холодный отвар корневища применяли при различных кровотечениях: наиболее частых маточных, желудочных, геморроидальных, носовых (местное и внутреннее применение).

Второе показание к применению – диареи при пищевых отравлениях, кишечных инфекциях. Эпидемии дизентерии, брюшного тифа для вепских земель не характерны. Сведения о таком использовании калгана были общедоступными, но само корневище в избах встречать не приходилось. Чаще по этим показаниям в прошлом применяли перечисленные выше растения, а также ягоды черемухи и **Шиповника собачьего, *Rosa canina***, сем. Розоцветные Rosaceae, которые некоторые вепсы собирали с лекарственной целью. Пищевое применения шиповника не имел. Шиповник не является широко распространенным растением на Северо-Востоке Ленинградской области. Плоды его применяли не только при кровотечениях и диареях, но и при многих болезнях, считая его оздоравливающим средством, эффективным при упадке сил, при отсутствии аппетита, болях в желудке, в правом подреберье, т.е. при болезнях печени и желчевыводящих путей.

В тибетской традиционной медицине шиповник включен в гепатопротективный сбор «Полифитохол». Симптомы язвенной болезни, гиперацидных состояний (изжоги, кислые отрыжки, тошноты) служили поводом для назначения шиповника. Чай из шиповника пили для того, чтобы быстрее выздороветь во время и после тяжелых болезней, травм. Его положительное влияние на процессы регенерации экспериментально подтверждено представителями монгольской ветви тибетской медицины [15]. Чаем из шиповника поили слабых, часто болеющих, рахитичных детей. Его также пили старые, слабеющие люди. Шиповник заслужил всенародное признание как средство полезное и в педиатрии, и в гериатрии. В своем роде у вепсов это было общеизвестное универсальное лекарство, показанное не только при желудочно-кишечных, бронхолегочных заболеваниях, гипертонической и гипотонической болезнях, но и при неврозах. Шиповник в отличие от брусники, черники, клюквы нельзя собрать в большом количестве. Декоративные кусты отсутствуют, а плоды Ш. собачьего мелкие, но в количестве до 1 кг некоторые вепсы их запасали, делились при необходимости с соседями. Обычай умер. Использования корней, листьев, лепестков в отличие от русской медицины не было.

Шикша (Водяника, Вороника), черная *Empetrum nigrum*, сем. Шикшевые, Empetraceae. Инстинктивное поедание ягод шикши в лесу с кустарничка наблюдал дважды: в одном случае при похмельном синдроме («голове легче»), в другом – больным эпилепсией. Наиболее осведомленные, искусные целительницы применяли не ягоды, а отвар надземной части при эпилепсии, судорогах у детей (с заговорами), головных болях, особенно при повышении АД (церебральные кризы), при неврозах различной окраски, параличах, но также и при отеках, задержках мочеиспускания (гиперплазия предстательной железы, нефриты).

Сведения о лечебном применении шикши не были широко распространенными. Относительно мочегонного действия шикши – оно хорошо было известно русским, заселившим берега Северной Двины (в прошлом территории проживания Веси, страна Биармия) и называвшим ее сикшей (шикшей), сикухой (д. Кожинская). Не исключено, что такое применение растения заимствовано ногородцами-ушкуйниками (*űskoid* – большая лодка, вепс.) у первоначальников Двины. Применение шикши при нервных болезнях (параличи, энцефалит, цефалгии, неврозы, эпилепсия) было ассимилировано томскими исследователями у народов Сибири, где растение именно за высокую эффективность называют «дорогой травой». Экспериментально у видов шикши не удалось доказать противосудорожную активность, но установлены высокие церебропротективные свойства [2]. Клиническое применение подтверждает высокую эффективность «дорогой травы» при тромбоокклюзиях артерий мозга, инсультах, гемипарезах, рассеянном склерозе, посттравматическом, постконтузионном синдроме, неврозах, цефалгиях, задержках развития детей. Несмотря на усилия томских исследователей, подтвердивших высокую эффективность лечения шикшей, «дорогая трава» до сих пор не разрешена к применению.

Липа сердцелистная, *Tilia cordata*, сем. Липовые, Tiliaceae (*lehmuz* – вепс.). Произрастает далеко не во всех местах проживания вепсов. При ОРВИ, лихорадках, кашле, бронхитах применяют липовый чай, который считают еще и общеукрепляющим средством [18, 19]. Его готовят не столько из цветков и прицветников, сколько из листьев липы. Помимо общеизвестного разрешающего, потогонного, противовоспалительного, мягчительного действия, использовали диуретические свойства

такого чая при отеках, заболеваниях почек. Знахари рекомендовали липовый чай при циститах. Они сочетали липу с надземной частью брусники, черники, вереска, багульника, листом малины. Сочетание растений характерно для целительниц, что положительно отличает их от монотерапии одним растением: настойкой боярышника, лимонника, экстрактом валерианы, родиолы, танаканом, ... По рассказам, в прошлом липовый чай пили и здоровые, особенно пожилые люди даже тогда, когда черный чай стал доступен. Они считали липовый чай оздоравливающим, предупреждающим болезни напитком, способствующим успокоению, устраняющим диспептические явления. Собственный опыт позволяет считать лист липы одним из необходимых компонентов противовоспалительного блока (солодка, малина, ива, липа, череда, ромашка, вахта, лабазник, зверобой, тысячелистник), эффективного при многочисленных локализациях воспалительного процесса, при различных нозологиях, в частности при рассеянном склерозе, гепатитах, холецистите, гастрите, бронхолегочных заболеваниях. В эксперименте настой 1:10 листьев проявлял антигипоксические свойства при гипоксической гипоксии, гипоксии с гиперкапнией [2]. Аптечные цветки липы как потогонное средство. Внедрение чая из листьев, используемых как в вепсской, так и в славянской медицине, рационально, поскольку природные ресурсы их надежны.

Волчегодник смертельный (В. обыкновенный, Волчье лыко), *Daphne mezereum*, сем. Волчегодниковые, Thymilaeaceae не часто встречается в вепсских лесах. При мне очень старая бабушка, собиравшая бруснику, съела 3 красных ягодки волчегодника. Мои попытки объяснить, что они ядовиты, она отвергла. Мне было сказано, что единичные ягодки принимают от старости, но много их есть нельзя: могут вызвать рвоту, боли в животе. Это поверье о пользе ягод волчегодника старым людям подтвердили в д. Ладва, оно было ранее распространено среди вепсов.

Сотрудники Ботанического института подтвердили наличие такой легенды, по которой, начиная с 1 ягоды следовало постепенно наращивать дозу до 10, а затем сокращать ее до 1. Они по собственному опыту утверждали эффективность такого курса: повышение аппетита, более высокая подвижность, мотивация, умственная и физическая работоспособность, блеск в глазах, улучшение тургора кожи.

Конечно, рекомендовать лечение волчегоником не следует. Профессор, зав. кафедрой госпитальной терапии 1-го Ленинградского мед. института П.К. Булатов подтвердил антикоагулянтные, антиагрегантные свойства ягод волчегонника, но не рекомендовал лечение ими из-за побочных явлений: тошнота, рвота, эпигастральные боли в результате раздражающего действия на слизистую желудка.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В кратких заметках полное изложение способов применения лекарственных растений в вепсской народной медицине, подробное описание арсенала, конкретизации условий, в которых получена информация, едва ли возможны. Теснейшее переплетение лечения травами с заговорами, суггестивным воздействием на больного, обрядами, оставшимися от язычества, характерно для медицины вепсов, карелов [9], лопарей. В то же время имело место и дистанционное воздействие, например, при лечении больных, скота, находившихся далеко от целительницы. Не совсем понятные нам возможности таких знахарок подтверждались многократно их умением находить в лесу заблудившихся детей, взрослых, скот. Контакт с ними позволяет утверждать развитую интуицию, искреннюю доброжелательность, бескорыстие, не редко высокую квалификацию в понимании эффективности лекарственных растений, их сочетаний.

Врачебный анализ арсенала лекарственных растений вепсской народной медицины позволяет сделать следующие заключения:

1. Многие из лекарственных растений стали в последующем разрешены к применению в научно-европейской медицине.

2. Экспериментальные и клинические исследования подтверждают правильность использования ряда лекарственных растений в вепсской народной медицине и целесообразность их внедрения в практику.

3. Развитие народной медицины Веси и в последующем вепсов шло параллельно и в ряде моментов сходно с формированием традиционных медицинских Тибета, Ирана, Китая, что устанавливается по сходству лекарственных форм и применения некоторых растений.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абу Али ибн Сино. Канон врачебной науки. Избр. разделы. Ч.1. – М., 1994. – 400 с.
2. Барнаулов О.Д. Поиск и фармакологическое изу-

чение фитопрепаратов, повышающих резистентность организма к повреждающим воздействиям, оптимизирующих процессы репарации и регенерации. Дисс. ... докт. мед. наук. – Л., 1988. – 476 с

3. Барнаулов О.Д. Фитотерапия при импотенции: обзор лекарственных растений и их композиций, применяемых для профилактики и лечения нарушений репродуктивных функций у мужчин. – СПб., 2012. – 416 с.

4. Барнаулов О.Д. Лекарственные свойства пряностей. – СПб., 2015. – 288 с.

5. Варлаков М.Н. Избранные труды. – М., 1963. – 172 с.

6. Гриневич М.А. Информационный поиск перспективных лекарственных растений. – Л., 1999. – 141 с.

7. Дэсрид Санчжай-чжампо. Вандурья онбо. Гирлян-да голубого берилла. Комментарии к «Чжуд-ши» – украшению учения Царя медицины. – М., 2014. – 1286 с.

8. Ибрагимов Ф.И., Ибрагимова В.С. Основные лекарственные средства китайской медицины. – М., 1960. – 410 с.

9. Лёнрот Э. Калевала. – Л., 1984. – 574 с.

10. Ловкова М.Я., Рабинович А.М., Пономарева С.М., Бузук Г.Н., Соколова С.М. Почему растения лечат. – М., 1989. – 256 с.

11. Растительные ресурсы СССР. Л., 1984-1993, Т. 1-7. Растительные ресурсы. – СПб., 1994, 1996. – Т. 8, 9.

12. Тайс Б, Тайс П. Лекарственные травы – путь к здоровью. – СПб., 1993. – 327 с.

13. Трескунов К.А. Записки фитотерапевта. Наблюдения, размышления о лечении травами. Книга первая. – М., 2002. – 206 с. Книга вторая. – М., 2003. – 208 с.

14. Упур Х., Начатой В.Г. Секреты китайской медицины. – СПб., 1992. – 204 с.

15. Хайдав Ц., Алтынчимэг Б., Варлакова Т.С. Лекарственные растения в монгольской медицине. Улан-Батор, 1985. – 390 с.

16. «Чжуд-ши». Канон тибетской медицины. – М., 2001. – 766 с.

17. Чхве Тхэсоп. Лекарственные растения. – М., 1987. – 606 с.

18. Энциклопедический словарь лекарственных растений и продуктов животного происхождения. Учебн. пособие. / Ред. Г.П. Яковлев, К.Ф. Блинова. – СПб., 1999. – 407 с.

19. Яковлев Г.П., Кремплер А.В. Алкогольные и тонизирующие напитки. – СПб., 2001. – 71 с.

20. Яременко К.В. Природные средства против рака. – СПб., 2007. – 112 с.

21. Яременко К.В., Пашинский В.Г. Профилактика и лечение злокачественных опухолей с использованием природных средств. – СПб., 2014. – 256 с.

22. Tibetan Medical Paintings Illustration to the Blue Beril triatise of Sangué Gyamiso (1653-1705). London, 1992.V.1, Plays. 170 p. V.2, Text. 336 p.

23. Zaiceva N., Mullonen M. Vepsä-venälaine, venävepsläine vajehnic. Petroskoi, 1995. – 191 с.

Адрес автора

Д.м.н. Барнаулов О.Д., в.н.с., член-корр. РАЕ, почетное звание: основатель научной школы «экспериментальная и клиническая фитотерапия»
barnaulovod@rambler.ru