

ЗАМЕТКИ О ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЯХ ВЕПСКОЙ НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЫ

СООБЩЕНИЕ 1

О.Д. Барнаулов, А.О. Барнаулов

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

The notices about medical plants of vepsa folk medicine. Part 1

O.D. Barnaulov, A.O. Barnaulov

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

РЕЗЮМЕ

Даны краткие характеристики растений, применявшихся вепскими знахарками в бытовой народной медицине для лечения и профилактики туберкулеза, бронхолегочных и других болезней. Сведения собраны за 49 лет практически постоянного сезонного профессионального и бытового общения старшего автора и 29 лет младшего с вепсами на широком географическом пространстве.

Ключевые слова: этноятрия, вепсы, лекарственные растения, туберкулез, бронхолегочные заболевания.

RESUME

Brief short characteristics of some remedial plants, which were used vepsa healers for prophylaxis and treating patients with tuberculosis, bronchopulmonary and other diseases, are given in this article. This information was collected for 49 and 29 years by two physicians, the eldest and youngest authors when they had an opportunity of professional and everyday contact with vepsa on the wide geographical territory.

Keywords: ethnoiatry, vepsa, plant drags, tuberculosis, bronchopulmonic diseases.

ВВЕДЕНИЕ

Необходимы географические и этнографические вводные. Легендарная летописная Весь, пришедшая почти 2 тысячелетия тому назад из-за «Камня» (Урала), населяла громадные пространства от Подвинья, теперешних Вологодских, Архангельских, Обонежских, Карельских земель до Волхова, приняла активнейшее участие в формировании Води, Ижоры, Перми, Карелы, некоторых финских племен, дала первооснову многих, в том числе прибалто-финских языков (финно-угорский санскрит). Вепсы, прямые потомки Веси (Чуди), унаследовали способы применения ряда лекарственных растений и других методов лечения людей. Большинство историков с достаточными основаниями утверждает: «В жилах великоросской национальности течет 80 % угро-финской крови», что подтверждается археологическими, лингвистическими, антропологическими, генетическими исследованиями. Заимствования славян, Руси у Веси в отношении применения лекарственных растений несомненны. В несколько мизантропической небрежности

якобы ученые (без конкретизации) путают вепсов, исчезающую малую народность, с карелами и формализованно подходят к весьма своеобразному, требующему конкретизации и осмысления применению растений прямыми потомками Веси. Приведенные данные являются фрагментом нашей все еще неопубликованной книги «Весь и вепсы», где отдельная глава посвящена не всем известным свойствам лекарственных растений вепской народной медицины. Цель публикации: акцентировать внимание на десятках нетоксичных растений, с успехом применяемых вепсами и другими народами, но не являющимися официальными, аптечными.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

Поскольку ежегодные поездки к вепсам и в места проживания в прошлом летописной Веси для старшего автора 49, а для младшего – 29 лет, то обычным методом изучения местной бореальной лекарственной флоры было постоянное общение с местным населением в следующих населенных пунктах:

1) деревни Кожинская, Ракула, Зеленый городок на Северной Двине, Мезень, Заокурье, Лешуконское в той же Архангельской области;

2) деревни Озровичи, Капшозеро, Берег, Харагеничи, Усть-Капша, Пашозеро и другие в Тихвинском районе Ленинградской области;

3) деревни Ляменьга, Кокшарка, Сосновка, Рослятино, Белокрутец и другие в Вологодской области – в прошлом территория проживания Веси;

4) Основным местом постоянных поездок является д. Ладва с ее придатками: Заозеро, Кузнецы, Андреев конец, Юшева гора, а также Курба, Озера, Винницы на Северо-Востоке Ленинградской области.

На протяжении этих лет были многочисленные контакты с сотнями представителей вепсов и русских, имеющих вепские корни. Сокращение численности вепсов среди прочих причин обусловлено массовой миграцией вепсов в города, и тем, что их при переписях стали причислять к русским. Были контакты и с местными (ныне покойными) знахарками, знахарями: П. Иняковой, М. Чарандовой, Л. Порьгиной, М. Захаровой, И. Микшиным, М. Абрамовой и другими, в разной мере владеющими методами фитотерапии. Сбор материала интересовал нас по той причине, что доктор мед. наук О.Д. Барнаулов – профессиональный фитотерапевт и фитотерапевт, а врач, канд. мед. наук А.О. Барнаулов использует элементы фитотерапии. Образцы лекарственных растений постоянно собирали, идентифицировали при редких затруднениях с помощью сотрудников Ботанического института им. В.Л. Комарова РАН. Помощь в сборе материала (сведений) оказывал канд. этнографических наук А.Е. Финченко и некоторые его коллеги, а в сборе лекарственных растений – эпизодически десятки врачей разных специальностей.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

Результаты исследований заключаются, собственно, в информации о том, как местные народные лекари исцеляли соотечественников, о растениях и методах их применения, в частности, при туберкулезе, бронхолегочных и других заболеваниях. Особенностью вепской народной медицины является использование не только лекарственных растений, но и заговоров на родном языке, поскольку ушедшее поколение вепских целительниц плохо или совсем не говорило на русском языке. Загово-

ры всегда были тайными. Даже заводить речь, узнавать об их содержании считалось невозможным. Если со знахаркой пришлый человек пытался говорить о заговорах, то следовало молчание и отторжение. Заговоры, как и сведения о применении растений, когда-то передавали в основном по женской линии, но к сегодняшним временам они утрачены. На наших глазах ушло поколение вепских знахарок, не передав свои методы потомкам.

О том, что заговоры, колдовство даже с использованием некоторых атрибутов этих обрядов исцеления были языческими древнейшими традициями, свидетельствуют даже топонимы. Так, в Бокситогорском районе Ленинградской области на карте есть деревня Нойдала (Noidala) (в переводе с вепского – земля колдунов) с пометкой «нежил», т.е. нежилая. Иногда по заросшим дорогам и тропам с проводником это место посещают даже иностранные туристы (не этнографы), на нашей памяти немцы, англичанка, ходившие туда из Харагеничи. Цель похода в землю колдунов они излагали туманно. Существует не всем известное, но все-таки дошедшее даже до иностранцев поверье, будто бы искупавшись в водах Аозера, на берегу которого располагалась Нойдала, обретишь здоровье, удачу, смоешь грехи. Мы слышали рассказ об излечении жителя деревни Кузнецы колдуном, проживавшим в Нойдале. В тоненьком сборнике стихов (Kurgiden aig – Журавлиное время) покойного вепского поэта Н. Абрамова одно из стихотворений называется Noid – колдунья [17]. Атрибутами обрядов и оберегов могли быть разные предметы: когти птиц, засушенная щучья голова с раскрытой пастью, рога домашних животных, лося, но чаще всего считающиеся магическими или просто лечебными растения: *Viburnum opulus*, *Sorbus aucuparia*, *Juniperus communis* и другие.

В наше время у целителей никаких атрибутов в избах не было, но в одной из изб, купленных ленинградскими дачниками, мы таковые видели. Мы были очевидцами того, что знахари умели находить пропавший скот, заблудившихся в лесу людей, к примеру, ребенка из дер. Курба, геологов, ушедших в Вологодскую область. Больные эпилепсией, неврозами, ночным энурезом, невритами, головными болями, миалгиями, бронхиальной астмой, хроническими бронхитами и теперь не столь уж часто встречающиеся больные туберкулезом получали, по нашим наблюдениям, эффективную

помощь у знахарок. Некоторые из них, наиболее почитаемые в прошлом, по рассказам очевидцев, лечили дистанционно, без контакта с больным по описанию симптомов заболевания, подбирая необходимые растения. Так же лечили и домашний скот.

Поскольку знахарство, ведовство, колдовство, проявления язычества преследовали и до советской власти служители православной церкви [12], вепсы, обладавшие такими способностями, скрывали их, а земляки их не выдавали и лишь тайком и не всем рекомендовали обратиться к ним. В последующем знахарей преследовали за незаконную лечебную практику, что укрепило конспиративный стиль их деятельности. В избах всех знахарок были иконы. Мы имеем лишь единичные примеры, когда врачи, убедившиеся в высокой эффективности народной целительницы, скрытно рекомендовали больному к ней обратиться. Некоторые примеры позитивного воздействия вепских знахарок на здоровье и судьбу обратившихся к ним собраны нами в неизданной книге «Весь и вепсы».

А.В. Большакова [5] отметила разделение целителей на знахарок и колдуней. Мы не можем подтвердить такого разделения, поскольку применение лекарственных растений и заговоры обычно практиковались одним и тем же лицом. Более того, о многих из приведенных автором варварских, дикарских методов, например, лечение пометом скота, кур, мы не слышали. Следует отметить бескорыстие вепских знахарок. Они никогда не просили плату (своеобразное табу), довольствуясь добровольными подношениями, не афишировали свои способности, что положительно отличает их от современных псевдознахарей. Знахарки стремились и добивались позитивного эффекта, о чем свидетельствует масса информаторов. Это ставило их на определенную ступень в деревенском социуме, вызывало уважение земляков.

Особенно тяжелыми годами с высокой заболеваемостью туберкулезом и простудными заболеваниями были годы 2-й мировой войны, когда в удаленных, теперь уже вымерших вепских деревнях оставшиеся в них женщины и дети не только не получали никакой медицинской помощи, но и не имели достаточного количества продуктов питания.

Одним из растений, применявшихся при легочном туберкулезе, способствовавших выздоровлению, предупреждению инфекций, обез-

зараживанию изб, хлебов, бочек для засолки грибов был **Можжевельник обыкновенный, *Juniperus communis*** (семейство Кипарисовые, Cupressaceae). *Juniperus* (лат.) от кельтского *jeneprus* – колючий [16]. У кельтских друидов, как и у вепсов, можжевельник считался магическим растением, хотя этноэтрические контакты между ними исключены. Организация же кельтских друидов была гораздо более высокой и сложной в сравнении с не имевшими письменности, государственности и городов Весью и вепсами [8].

В отличие от русской народной медицины, где использовали в основном настойки теперешней общепринятой пряности шишкоягод можжевельника, что нашло отражение в можжевельном налоге во времена аптекарского приказа, вепсы окуривали больного чахоткой дымом ветвей. Во времена мора (эпидемий) окуривали жилые помещения, а при падеже скота, эпизоотиях – хлев и скот. Был утрачен и обычай окуривания коров после отела, поскольку поголовье скота резко сократилось до полного исчезновения. Использование дымов растений, сохранившееся в китайской, тибетской традиционных медицинах, – показатель высокой квалификации целительниц. Эпидемии воздушно-капельных инфекций чаще всего приносили в деревни приезжие люди. Кашель сухой и с мокротой, лихорадка, затрудненное дыхание, колющие боли в груди, тем более кровохарканье служили поводом для неоднократного окуривания больного и помещения.

Можжевельник считается у вепсов магическим растением, и, возможно, он был тотемным для некоторых родов Веси. Под кустами можжевельника хоронили умерших детей [12]. Кусты считали дневным перевоплощением ночных «лесных людей», которые служат хозяйке леса емаг. Поэтому, уходя на рыбалку, охоту, за грибами, ягодами, у куста можжевельника просили удачи, а по возвращении дарили гриб, ягоды, рыбку. Мы еще застали этот умерший сегодня обычай. Его в ряде мест (Мезень, Пинега, Подвинье) перенесли на обетные кресты. Грибы перебирают, чистят под кустом можжевельника.

Современными исследованиями подтверждена целесообразность таких обычаев, высокая фитонцидная, вирусоцидная, антимикробная активность можжевельника, в том числе в отношении микобактерий туберкулеза. Отвар ветвей можжевельника давали пить больному, маскируя горький вкус ягодами малины,

черники, брусники, клюквы, сахаром. Можжевельник оказывает выраженное секретолитическое действие, способствует отхождению мокроты и тем самым мобилизует аутозащиту. Отвар применяли не только при туберкулезе, часто встречавшемся в военное и послевоенное время, бронхитах, предполагаемой пневмонии, кровохарканьи, но и при отеках, используя диуретические свойства можжевельника, его эффективность при инфекциях мочевыводящих путей. Сегодня оставшиеся вепсы можжевельник не используют. Исключение может составить можжевельниковый веник, который, однако, гораздо менее популярен, чем березовый. Можжевельниковым колючим веником, но заодно и березовым, парят в бане больного бронхитом, а также радикулитом, миозитом, которые сами вепсы определяют как боли в спине, крестце, ногах (ишиас).

Малина обыкновенная, *Rubus idaeus* (сем. Розоцветные, Rosaceae). Общеизвестно, что малина является противовоспалительным растением. Сухие ягоды заваривают больным с лихорадкой для разрешения воспаления, часто используют варенье. Это уже уровень всенародной бытовой медицины. Реже используют чай из сушеных облиственных веточек с зелеными ягодами. В прошлом сухие ягоды были во многих вепских семьях, но сегодня почти никому, кроме приезжающих на лето дачников, собирать их. Оставшиеся вепсы с целью заработка собирают в основном хорошо хранящиеся ягоды, за которые платят на пункте приема: морошку, чернику, еще чаще – бруснику, клюкву. Сами ягоды, их сок, морс применяют при жажде во время лихорадки и без таковой. Малине и этим ягодам присуща высокая детоксикационная активность, что существенно для снятия интоксикации при туберкулезе, вирусных инфекциях, пневмониях. Помимо экспериментальных подтверждений их детоксикационных свойств, бытовым подтверждением является купирование алкогольного опьянения и синдрома похмелья.

Что же касается листа малины, то его, по сведениям И. Чарандова, П. Иняковой, в Ладве раньше заготавливали своеобразно. Лист сминали, чуть перетирали ладонями, давали почернеть, а затем сушили на печке. Другой способ: листья с тонкими веточками сминали, забивали корзину, закрывали ее, подвешивали на проветриваемом с открытыми окнами чердаке. Получали, как и в первом случае, ферментированные черные листья. В далеком

прошлом и в недалеком настоящем их заваривали как чай, когда чая не было. Этот же чай использовали при гриппе, кашле, лихорадке, рекомендовали больным легочным туберкулезом с установленным в больнице диагнозом. Таким же образом получали малиновый чай в дер. Кожинская на берегах Северной Двины. В случае, если такого чая, ягод зимой под рукою не было, использовали даже торчащие из-под снега голые стебли малины в ту далекую пору, когда в деревнях не было никакой медицинской помощи и жаропонижающих медикаментов типа аспирина.

Применение именно облиственных ветвей малины рекомендовано в основном трактате традиционной тибетской медицины «Чжудши» [14]. Никаких этноэтнических связей Веси и вепсов с Тибетом не просматривается. Возможно, этот метод был принят правесскими предками, монголоидами еще до перехода через Урал из Азии в Европу, когда параллельно формировалась сравнительно молодая традиционная индо-тибетская медицина. Чай из листьев малины в какой-то мере напоминает уйгурский чай [9] из ферментированных листьев близкородственного малине растения – ежевики сизой *Rubus caesius*. Вкусовые качества ежевичного чая признаны всем миром [13], но ежевика у вепсов не произрастает.

Напомню, что аспирин (ацетилсалициловая кислота) и вся группа нестероидных противовоспалительных средств обязаны своим происхождением **Иве белой, *Salix alba***, из которой была выделена салициловая (ивовая) кислота. За много веков до того вепсы, ничего не знавшие об этой кислоте, с успехом использовали жаропонижающие свойства листьев, коры, реже – цветков преимущественно **Ивы козней, *Salix caprea***.

Этот вид ивы интересен по той причине, что еще лет 20 тому назад вепсы в больших количествах заготавливали ее кору, но не для употребления в качестве лекарства, а для сдачи в приемный пункт этого сырья для кожевенной промышленности, что давало им немалый заработок. Отвар коры применяли внутрь при гипергидрозе, диареях, при различных воспалительных заболеваниях, в виде ножных ванночек при артритах, артралгиях суставов голени и стоп. В истории утверждения земледелия у вепсов *Salix caprea* тоже упоминается [12]. Она быстро заполняет вырубку, поля, поймы рек, ручьев. Для того, чтобы расчистить пахотные земли, ее вырубали, затем сжигали,

а удобренную пеплом землю боронили и засеивали овсом, рожью, льном. Такое примитивное земледелие называется подсечным. Его кратковременно применяли сразу после 2-й мировой войны в связи с нехваткой техники, рабочих рук и получали неплохие урожаи.

Знания о свойствах цветков ивы не были общедоступными. Знахари применяли их при импотенции, женском бесплодии и, конечно же, при многочисленных воспалительных заболеваниях, особенно при туберкулезе, пневмониях, тяжелых лихорадках. Помимо отхаркивающего и противовоспалительного действия чай из цветков ивы оказывал общеукрепляющее, тонизирующее, но в то же время и антиневротическое, противоастеническое действие, что подтверждено собственной практикой. Положительный гонадотропный эффект растений является маркером, подтверждением того, что они оказывают адаптогенное действие, вызывают состояние неспецифически повышенной сопротивляемости организма в отношении многих инфекций. Теория этого состояния, учение о фитоадаптогенах, подтверждающие целесообразность применения многих лекарственных растений вепсами и другими народами, созданы великим русским фармакологом Н.В. Лазаревым [10].

Цветки собирали ранней весной до появления листьев. Ранний белый мед с цветков ивы особо чтился у вепсов и русских. В северных краях пчеловодство, хотя местами и отмечается, но оно не в особой чести в связи с длинными холодными зимами, риском вымирания ульев, отсутствием таких медоносов, как липа *Tilia*, многих полевых и культурных сельскохозяйственных растений. Тем не менее, именно ивовому меду отдают предпочтение как высоко эффективному противовоспалительному, антипиретическому средству. При легочном туберкулезе его назначали на длительное время. Параллельно рекомендовали жир медведя, барсука, а в Беларуси – ежа. Обоснованность такой рекомендации научно подтверждена повышением уязвимости микобактерий при включении в их оболочку насыщенных жирных кислот. Наиболее профессиональные, опытные знахари обычно сочетали лист ивы с листом малины, крапивы, травой зверобоя и рядом других растений. В отличие от научно-европейской медицины, предлагающей настойки и экстракты одного растения, вепские знахари использовали не одно-, а поликомпонентные сборы, что по ана-

логии с традиционными медицинами Китая, Индии, Тибета обеспечивало более надежный лечебный эффект.

Зверобой продырявленный, *Hypericum perforatum*; З. пятнистый, *H. maculatum*, трава святого Джона (сем. Зверобойные, Hypericaceae). Популярность этих растений такова, что о нем знают практически все. Различий между видами не делается. Основное направление применения его вепскими знахарками соответствовало утвердившейся репутации растения как средства, оптимизирующего процессы регенерации. Зверобой – искаженное казахское название «джербай», т.е. целитель ран. Опуская местное применение в виде обмывания отваром, нанесения растения на порезы, язвы, раны, в том числе инфицированные, отметим, что обсемененную траву применяли в качестве послабляющего средства при хронических запорах у старых людей. Позднее правильность такого применения была подтверждена нахождением в видах зверобоя антрахинонов. Настой травы в сочетании с другими растениями назначали больным туберкулезом, хроническими бронхитами на длительные сроки, чуть ли не пожизненно.

При болях в желудке, язвенной болезни сочетали зверобой с листом **Подорожника большого, *Plantago major*** (сем. Подорожниковые Plantaginaceae), а летом рекомендовали получать и пить его сок. Больные отмечали купирование болей, отсутствие весенне-осенних и даже спровоцированных алкоголем обострений. Листья в эмалированной посуде толкли до появления сока, добавляли теплую кипяченую воду, тщательно перемешивали, процеживали, а оставшийся шрот еще раз экстрагировали небольшим количеством воды. Оба экстракта соединяли. Маркером высокой квалификации целительницы было предпочтение листу семян подорожника (трудности сбора большого количества). Сок подорожника, зверобой назначали истощенным больным при тяжелых формах туберкулеза с кровохарканием (фиброзно-кавернозный туберкулез), а также при раке бронхов, при кахексии. В последнем случае использовали также и слоевище **Трутовика косоного, *Inonotus obliquus*** (сем. Трутовые, *Polyporaceae*). Трутовик у вепсов является общеизвестным суррогатом чая с умеренным жаждоутоляющим, послабляющим при обстипациях действием. Ранее он был почти в каждой вепсской избе. В прошлом его, как и кору ивы, а сегодня – ягоды, сдавали в пункт приема.

Чай из чаги считается оздоравливающим, показанным для сохранения здоровья. Его назначали при раке любой локализации, а также при любых желудочных недомоганиях.

Крапива двудомная, *Urtica dioica* (сем. Крапивные, *Urticaceae*). В голодные военные годы варили крапивные щи, чаще со щавелем кислым, с капустой. В настоящее время крапива, к сожалению, утратила свое пищевое значение. Крапиву использовали в качестве общеукрепляющего и гемостатического средства при любых, чаще маточных, кровотечениях (считалась женской травой), но также при кровохарканьи: пневмонии, туберкулез. Вполне обоснованно знахарки считали, что крапива ускоряет выздоровление при бронхолегочных заболеваниях, делает людей крепче, позволяет восстановить силы, набрать утраченную во время болезни массу тела. Анаболическое действие крапивы некоторыми вепсами используется в животноводстве: запаренную крапиву добавляют в корм пороссятам, телятам. Заготавливали не только лист, но и обсемененные верхушки. Семена крапивы подмешивали в корм курам для повышения яйценоскости. Крапива была одними из частых компонентов сборов.

Сведения о том, что **Лук репчатый, *Allium cepa***; **Лук-чеснок, *Allium sativum*** (сем. Лилейные, *Liliaceae*) являются профилактическими и лечебными средствами при острых респираторных заболеваниях общеизвестны, не составляют прерогативу только вепсской народной медицины. Вепсы выращивают и потребляют много лука и «луковой травы». Вариантами применения являются луковые ингаляции, толченые лук, чеснок, размещенные недалеко от кровати маленького ребенка во время эпидемий гриппа.

Лабазник вязолистный, *Filipendula ulmaria* (сем. Розоцветные, *Rosaceae*). Сведения о его разносторонних лекарственных свойствах более распространены в русской народной медицине, и, возможно, единичными вепскими целительницами почерпнуты из нее. На Руси это растение ласково зовут таволгой, поскольку оно растет по волжским местам. В прошлом цветки, реже – листья широко применялись как известный суррогат чая. Универсальные противовоспалительные, потогонные, умеренно анальгетические, диуретические свойства таволожного чая были востребованы русскими и единичными вепскими целительницами. Он ускоряет выздоровление, процессы репара-

ции, в том числе регенерации [2]. Косцы пили таволожный чай, чтобы снять мышечные боли. В дер. Ладва лишь покойная П.С. Инякова с успехом применяла соцветия растения в сочетании с листом малины, зверобоем при ОРВИ, высоких лихорадках, особенно с возбуждением, при язвенной болезни и гастритах. В Придвинье потомки Веси и поморы более часто прибегали к таволожному чаю. В травостое скот не поедает лабазник, несмотря на то, что растение не только не токсично, но и детоксикационно. Отвар его добавляли в пойло и подмешивали запасенные скошенные растения в сено телятам при диареях. Эти сведения были доступны всем вепсам. Лабазник растет большими куртинами прямо в дер. Ладва и вокруг нее. Недавно занявшиеся пчеловодством единичные вепсы знают, что это хороший медонос. Русские не случайно зовут его еще и медушником. Высокие противовоспалительные, общеукрепляющие, ранозаживляющие, вазопротективные, стресс-лимитирующие, церебропротективные свойства цветков сегодня подтверждены экспериментально [2]. Растение стало официальным (аптечным).

Живучка ползучая, *Ajuga reptans* (сем. Яснотковые или Губоцветные, *Lamiaceae*, *Labiatae*). Была показана нам знахаркой в Харгаеничах и определена затем ботаником З.В. Акуловой. Это растение известно лишь немногим травникам. Знахарка объяснила нам, что живучка показана больным легочным туберкулезом. Природные ресурсы незначительны. Оказывает секретолитическое, гемостатическое, противовоспалительное действие. Способствует более быстрому выздоровлению. Теплый, насыщенный отвар, приблизительно 1:20, в сочетании с цетрарией, малиной больной должен был принимать часто мелкими порциями порядка 1–1,5 л в день.

Вахта трехлистная, *Menyanthes trifoliata* (сем. Вахтовые, *Menyanthaceae*). Сведения о ее применении впервые получены в дер. Ляменьга Вологодской области, подтверждены жителями дер. Кожинская на берегах Северной Двины и одной из вепских знахарок дер. Ладва П. Порыгиной. Горький отвар листьев назначали когда-то давно при малярии и при любых лихорадках. Поскольку малярии в настоящее время нет, осталось применение при ОРВИ, пневмониях, легочном туберкулезе, раке легких. Антипиретический, противовоспалительный эффект проявляется при лихорадке, воспалении любого происхождения и

локализации: холециститы, ангины, пиелонефрит, цистит, аднексит, что подтверждено нашей клинической практикой. Знахарки не могли сформулировать понятие об универсальности, организменном уровне действия так называемых противовоспалительных растений (малина, лабазник, вахта и др.), но знали о нем, использовали при многих заболеваниях. Горький вкус иногда корригировали медом, чаще – сахаром. Лист измельчали, помещали в чугунок, доводили до кипения в печке, а затем ставили на загнетку, где уже без кипения продолжалась умеренная термическая обработка – томление. Таким образом готовили большинство водных отваров из растений, которые рекомендовали принимать теплыми. Правильность такого приготовления сегодня объясняется тем, что при длительной термической обработке в раствор переходят полимеры – кислые гетерополисахариды, оказывающие секретолитическое, иммуномодулирующее действие.

Цетрария исландская (ягель), *Cetraria islandica* (сем. Пармелиевые, Parmeliaceae). Слоевнице этого лишайника применяли лишь немногие знахари при всех бронхолегочных заболеваниях с кашлем, но преимущественно при легочном туберкулезе, бронхиальной астме, тяжелых, затяжных пневмониях, хронических бронхитах. В последние десятилетия эти диагнозы ставили в районных и областных больницах, выписывая затем больных на амбулаторное лечение. Они же по выписке обращались к местным, пользующимся особым уважением знахаркам. В единичных случаях приходилось наблюдать не афишируемую, приватную рекомендацию врача обратиться к местной знахарке, поскольку за много лет врач убедился в высокой результативности осуществляемого ею лечения. Содружества научно-европейской и народной медицины не приходится наблюдать и в настоящее время в связи со снобистским отношением представителей первой к знахаркам и резким сокращением населения, так и целительниц.

Собирали цетрарию в сосновых борах только в сухую погоду. Применяли отвар, реже – мелко истолченный порошок. Сегодня сведения о секретолитическом, отхаркивающем, послабляющем действии цетрарии, полезности ее при туберкулезе общедоступны по многочисленным справочникам о лекарственных растениях, но 50–60 лет тому назад и ранее этих справочников в таком изобилии, тем бо-

лее на руках у вепсов не было. Почти все старые знахарки не умели читать, так что эти знания не были вторичными. Параллельно больным туберкулезом рекомендовали жирную, полноценную белковую пищу. Слоевнице цетрарии назначали на длительные сроки для постоянного приема и, как правило, в сопровождении других лекарственных растений: малины, зверобоя, видов горца.

Горец птичий (гусятник), *Polygonum aviculare*; Г. змеиный (раковые шейки) *P. bistorta* (сем. Гречишные, Polygonaceae). Сегодня относительно полно изучены их свойства, подтверждающие правомерность применения в народных медицинах. У всех видов горца вепские целительницы применяли только надземную часть в виде отвара. Использовали не только гемостатические свойства, обусловленные высоким содержанием дубильных веществ, но и противовоспалительные, антимикробные, способность ускорять выздоровление, набирать потерянную массу тела. Анаболическое действие видов горца давно было подмечено в процессе наблюдения за домашними и дикими животными. В народной медицине Беларуси считается, что Г. птичий способствует закрытию каверн, т.е. подобно зверобую, лабазнику, подорожнику ускоряет процессы регенерации.

Из кровеостанавливающих растений Приоятские вепсы использовали **Тысячелистник обыкновенный, *Achillea millefolium*** (сем. Сложноцветные или Астровые, Compositae, Asteraceae), а также верхушки с семенами **Щавеля конского, *Rumex confertus*** (сем. Гречишные, Polygonaceae), что характерно именно для вепсов, поскольку русскими в научной медицине принято использовать корни щавеля. В бассейне Северной Двины, Пинеги применяют также траву, реже подземные части **Кровохлебки лекарственной, *Sanguisorba officinalis*** (сем. Розоцветные, Rosaceae). Если кровеостанавливающие свойства тысячелистника, кровохлебки общеизвестны, то сведения о траве и семенах щавеля в других регионах не встречались. Все 3 растения применяют также при диареях. Привлекает внимание применение надземной, а не подземной части щавеля, кровохлебки, горца змеиноного.

Упомянем о том, что когда-то в качестве гемостатического средства применяли ягоды, листья **Черемухи обыкновенной, *Padus avium*** (сем. Розоцветные, Rosaceae). За почти 50 лет регулярных поездок к вепсам не приходилось

видеть ни одного легочного кровотечения, разве только кровохарканье или единичные прожилки крови при тяжелом кашле, туберкулезе, раке легких. Больных легочным туберкулезом стало меньше: лишь те, которые отказываются от госпитализации. Поэтому приведенные сведения относятся, скорее, к тем давним годам, когда не было фельдшерско-акушерских пунктов, телефонной связи с больницей, но о которых помнили старые целительницы. В прошлом ягоды черемухи служили изредка начинкой для пирогов, их хотя бы в небольшом количестве заготавливали впрок и применяли при кишечных инфекциях, диареях.

Вепсские знахарки со вниманием относились к применению слабительных, что характерно и для тибетской традиционной медицины [14]. Практически при любом заболевании: гипертонической болезни, пневмониях, упорном кашле, онкологических заболеваниях, атонии кишечника у старых людей они предпринимали меры для преодоления обстипаций, для обеспечения регулярного опорожнения кишечника. Помимо обильного питья, ранее упомянутых подорожника, зверобоя, цетрарии, крапивы, иногда использовали цветки и листья **Бодяка разнолистного, *Cirsium heterophylla*** (сем. Сложноцветные или Астровые, Compositae, Asteraceae). Ярко красные цветки сладковаты на вкус, и дети высасывали эту сладость. Знахарка М. Чарандова предупреждала внука о том, что злоупотреблять этим нельзя, поскольку может наступить рвота, что однажды и случилось. Действительно, сапонины бодяка вызывают рвоту.

В традиционной тибетской медицине бодяк причислен к «эвакуаторам и очистителям», т.е. к слабительным и рвотным средствам [14]. На стадии предрвоты такие растения вызывают слюнотечение и обильное отхождение мокроты. Таким образом, бодяк обеспечивал секретолитический, противовоспалительный и умеренный послабляющий эффекты. Фармакогност М.И. Варлаков [6], анализирувавший применение видов бодяка в Тибете, выделил легочный туберкулез, бронхэктазы, абсцесс, рак легкого. Народная медицина летописной Веси, их прямых наследников вепсов формировалась в первые века Новой эры, ранее формирования медицины Тибета, с которой не было контактов. Тем не менее, совпадения в арсенале и применении растений очевидны, что является маркером эффективности такого применения.

Береза повислая, *Betula pendula*, Б. белая *B. alba* (сем. Березовые, Betulaceae). Особое почитание вепсами березы проявляется во множестве деревень с названием Koivala – земля берез. Многочисленны поделки из бересты. Посуда из нее считалась оздоравливающей. Во время сокодвижения в быту и при лечении больных бронхолегочными и прочими хроническими заболеваниями использовали березовый сок. Длительного хранения его не наблюдали. Листья березы целительницы смешивали с листьями крапивы, малины, зверобоем, мятой. Предположительно лист использовали тогда, когда легочной симптоматике сопутствовали заболевания гепатобилиарной системы: боли, тяжесть в правом подреберье. В русской народной медицине рекомендуется собирать только молодой, маленький лист березы и березовые почки для достижения преимущественно диуретического эффекта. Вепсы собирали крупный, веничный лист до Ивана Купалы и несколько после. Растертым березовым листом лечили раны, язвы, особенно ифицированные. Тонкую пленку березовой коры использовали с той же целью. Березовые веники в бане также не случайны: лист березы оказывает дерматотоническое действие. Воду, в которой замачивали веники, считают полезной при кожных заболеваниях, ею моют голову для лучшего роста волос и для того, чтобы они лучше пахли. При чесотке, которую нам наблюдать у вепсов не приходилось, в прошлом применяли березовый деготь, а не те методы, которые приведены этнографом А.В. Большаковой [5].

Рябина обыкновенная, *Sorbus aucuparia* (сем. Rosaceae). Считалась магическим растением, отгоняющим сглаз, наговор, дурные пожелания. Рябину, как и калину, нередко высаживали даже у еще строящейся избы. Ветку рябины брали с собой, если предполагали недоброе колдовство. Ягоды рябины поедают птицы, разнося ее семена, а потому рябина – фоновое растение у вепсов. Ягоды отваривают, порою сочетая их с другими компонентами (овес, зверобой, крапива, береза, вереск,...). Отвар желателен несколько выпарить. Теплым его принимают для смягчения сухого кашля. Ягоды рябины при бронхолегочных заболеваниях применяют в корейской и других традиционных медицинах [15]. Ранее ягоды рябины заготавливали и сдавали в приемный пункт. Сегодня рябину, чагу, кору ивы не принимают. При отсутствии ягод в качестве

мягчительного, противовоспалительного средства использовали цветки. Покойные знахарки рекомендовали ягоды рябины для снижения аппетита при ожирении, проявлений климакса, артериального давления. Правильность рекомендаций подтверждаем нашим клиническим опытом.

Мята полевая, *Mentha arvensis* (Сем. Яснотковые или Губоцветные, Lamiaceae, Labiales). Мята воспета в XI веке Одо из Мена на Луаре [11], в XV веке описана Амирдовлатом Амасиаци [1], т.е. более тысячелетия ее активно используют в качестве лекарственного растения. Мята сорничает в огородах. Это общепринятый, но не часто используемый суррогат чая – на любителя. При лихорадках ее одну или в сочетании с другими легко доступными растениями заваривают как чай для достижения потогонного, разрешающего, секретолитического эффекта. В некоторых избах бывает запасенная на зиму мята. Особое значение мята имеет при лечении детей. Дети не пьют горькие отвары и настои. Чай из мяты, зверобоя, листа смородины, малины с добавлением сахара, меда хорошо переносится и позволяет на уровне бытовой терапии за 1–2 дня купировать острые проявления гриппа, бронхита. При высокой гипертермии, нечастых заболеваниях коклюшем детей в настоящее время госпитализируют. Следует отметить, что в большинстве оставшихся вепских деревень нет детородного населения, а соответственно и детей.

Лист Смородины черной, *Ribes nigrum* (сем. Крыжовниковые, Crossulariaceae) еще лет 50 тому назад редко использовали так, как сейчас – в качестве пряности при засолке грибов, которые вымачивали, секли, солили в кашеобразном состоянии, а зимой жарили. Листы смородины ценятся за запах, и вепсы растирают их в ладонях просто для того, чтобы этим запахом насладиться (инстинктивная одоритерапия). Лист все чаще служит суррогатом многокомпонентного оздоравливающего чая (малина, мята, черника, чага и др.) и лекарством при лихорадках. Дикорастущие кусты черной смородины выкапывали и пересаживали к себе на участок. Сведения о полезности листьев черной смородины при ОРВИ, лихорадках, кашле, пришедшие от знахарок, в настоящее время общедоступны. Механизм действия эфирноносных растений сегодня известен: компоненты эфирного масла выделяются слизистой бронхов, инициируя секрецию

мокроты, оказывая по месту выделения еще и антимикробный эффект. Древнее применение тех или иных лекарственных растений находит научное подтверждение своей целесообразности.

Купырь лесной, *Antriscus sylvestris* (сем. Сельзереиные или Зонтичные, Apiaceae or Umbelliferae). Сегодня недостатка в сырье нет, поскольку купырь агрессивно заселяет заброшенные сенокосы, выпасы, огороды. Использование купыря в остром периоде простудных заболеваний было уделом немногих опытных знахарок. Его листья, цветки улучшают отделение мокроты, оказывают мягкое успокаивающее, обезболивающее, противовоспалительное действие. Доказана его антимикробная активность. Несмотря на языковой барьер, мы поняли, что купырь следует назначать возбужденным, возможно, агрессивным людям. Помимо этого, купырь нормализует менструальный цикл, оказывает лактогенное действие.

Сныть обыкновенная, *Aegopodium podagraria* (сем. Сельзереиные или Зонтичные, Apiaceae, Umbelliferae). Видовое латинское название указывает на одно из показаний к применению сныти. Ее применяют не только при подагрических, но при любых артритах, что позволяет отнести сныть к противовоспалительным средствам. В вепской народной медицине она не была популярным растением. В войну молодую траву употребляли в пищу. Сныть совместно с клевером и крапивой назначали истощенным больным или конституциональным астеникам, предполагая, что она способствует повышению массы тела. Она сопутствовала другим противовоспалительным растениям при респираторных заболеваниях и у истощенных больных туберкулезом легких. Собирали чаще до, реже – в период цветения.

Перечислим некоторые другие лекарственные растения, входившие в арсенал вепских целительниц при лечении больных туберкулезом, бронхолегочными заболеваниями: Дягиль лесной, *Angelica sylvestris*; Грушанка круглолистная, *Pyrola rotundifolia*; Багульник болотный, *Ledum palustre*; Вепск обыкновенный, *Caluna vulgaris*; Сосна обыкновенная, *Pinus sylvestris*; *Equisetum sylvaticum*; Гвоздика травянка, *Dianthus deltoides*; Смолевка двудомная, *Silena dioica*; Одуванчик лекарственный, *Taraxacum officinale*; Клевер луговой, *Trifolium pratense*; Девясил высокий, *Inula helenium*; Фиалка трехцветная, *Viola tricolor*;

Вероника длиннолистная, *Veronica longifolia*; Морковь посевная, *Carotis sativus*. Эти и другие растения заслуживают специальной характеристики в последующем сообщении.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Лечебное действие перечисленных растений, а, стало быть, обоснованность их применения в этнотриии в той или иной мере подтверждены научно-европейской медициной. Народная медицина вепсов, в частности траволечение развивались в параллели с другими народными и традиционными медицинами. Оригинальность, самобытность использования лекарственных растений в вепсской народной медицине несомненна по той причине, что этноисторические контакты Веси и ее прямых потомков вепсов не могли быть широкими и простирались до Тибета, Западной Европы, где использовали те же растения и по тем же показаниям, поскольку вепсы жили относительно изолированно, у них отсутствовали письменность, города и, собственно, государство. Использование перечисленных лекарственных растений в собственной практике [2, 3, 4] позволяет достичь более высоких результатов, чем при использовании только медикаментозной терапии.

ЛИТЕРАТУРА

1. Амасиаци А. Ненужное для неучей. – М., 1990. – 879 с.
2. Барнаулов О.Д. Поиск и фармакологической изучение фитопрепаратов, повышающих резистентность организма к повреждающим воздействиям, оптимизирующих процессы репарации и регенерации. Дисс. докт. мед. наук. – Л., 1988. – 476 с.
3. Барнаулов О.Д. Введение в фитотерапию. – СПб., 1999. – 159 с.
4. Барнаулов О.Д. Фитотерапия больных легочным туберкулезом. Принципы, растения, рецептура, результаты. – СПб., 1999. – 415 с.
5. Большакова А.В. Участие вепсских женщин в развитии традиционной медицины народности в конце XIX – начале XX в. // Финно-угорский мир, 2011. – № 2/3. – С.50–52.
6. Варлаков М.Н. Избранные труды / ред А.Д. Турова. – М., 1963, – С.106–171.
7. Вепсы на рубеже XX – XXI веков. Матер. конф. / ред. З.Н. Строгальщикова. – Петрозаводск, 2008. – 301 с.
8. Галат А.А. Книга друидов. – СПб. 2011. – 313 с.
9. Козо-Полянский Б.М. Чайные растения Казахстана. – Алма-Ата, 1942. – 19 с.
10. Лазарев Н.В. Стимуляция лекарственными средствами сопротивляемости организма к инфекциям // Казанск. мед. журн. – 1961, №5. – С.7–12.
11. Одо из Мена. О свойствах трав. – М., 1976. – 272 с.
12. Пименов В.В. Вепсы. Очерк этнической истории и генезиса культуры. – М.-Л., 1965.
13. Тайс Б., Тайс П. Лекарственные травы – путь к здоровью. Советы современной семье. – СПб., 1993. – 329 с.
14. «Чжуд-ши». Канон тибетской медицины. – М., 2001. – 766 с.
15. Чхве Тхэсоп. Лекарственные растения. – М., 1967. – 606 с.
16. Энциклопедический словарь лекарственных растений и продуктов животного происхождения / Под редакцией Г.П. Яковлева и К.Ф. Блиновой. – СПб., 1999. – 407 с.
17. Abramov N. Kurgiden aig. Petroskoi, 1999. – 64 s.

Адрес автора

Д.м.н. Барнаулов О.Д., в.н.с. Института мозга человека им. Н.П. Бехтерева РАН, член-корр. РАЕ, почетное звание: основатель научной школы «экспериментальная и клиническая фитотерапия»

barnaulovod@rambler.ru