

-
- **Вахта трехлистная-Menyanthes trifoliata**
 - **Листья вахты трехлистной- Folia Menyanthidis trifoliatae**
 - **Вахтовые- Menyanthaceae**

Распространение и места обитания растения

Водяной трилистник произрастает только в Северном полушарии, в широкой полосе умеренного климата, в пределах которой тяготеет к лесостепной зоне. В России встречается от западных границ до Дальнего Востока. Однако при поисках растения нужно помнить, что вахта – трава влаголюбивая и расти предпочитает возле открытой воды. Благоприятные условия для растения складываются на заболоченных лугах и лесополосах, в прибрежных участках мелководных зарастающих озер, в противопожарных канавах на торфяниках. Вахта часто входит в болотный травостой вместе со стрелолистом, сабельником и различными осоками....

Во время цветения это травянистое растение ни с чем не спутать: только у вахты внутренняя сторона лепестков густо опушена длинными изогнутыми волосками. Цветки эти розовато-белые, с ярко-оранжевыми пыльниками, собраны в прямостоящую кисть высотой 10-15 см. Они распускаются по очереди, будто заступают на вахту, отсюда и пошло название рода. Видовое название – «трехлистная» – связано с тем, что листовая пластинка растения тройчатая, как у клевера. Все три листочка направлены вверх, поэтому издали напоминают зеленый тюльпан. За склонность расти у воды вахту также называют «водяной трифоль» и «водяной трилистник». А за способность помочь при некоторых заболеваниях – «женский жабник», «чахоточная трава», «лихорадочник»

К важным биологическим характеристикам растения относятся:

- толстое корневище губчатой структуры;
- заметные под лупой мелкие водяные устьица по краям листовых пластинок;

- высота листьев с черешком достигает 30 см, высота цветоноса – 40 см;
- цветение приходится на начало июня, при теплой весне – на конец мая;
- плоды вызревают к августу, представляют собой двустворчатые коробочки с семенами

Химический состав вахты

Лечебные свойства вахты наиболее ярко выражены в листьях, причем непременно в зрелых, хорошо развитых. Из наиболее важных веществ следует упомянуть: горькие гликозиды мениантин и мелиатин, стимулирующие отделение пищеварительных соков; алкалоид генцианин с выраженным противоглистным эффектом; флавоноид кардиотонического действия гиперозид; аскорбиновую кислоту и рутин. Листья вахты накапливают до 3 % дубильных веществ, что объясняет противовоспалительное действие растения. Присутствует в них некоторое количество жирных масел, холина, йода. Все перечисленные соединения есть и в корневищах растения, но в значительно меньших концентрациях.

Сбор, заготовка и хранение растения

Листья вахты трехлистной собирают в фазе их наиболее полного развития, которая приходится на июль-август. При заготовке соблюдают технику безопасности, поскольку работу придется вести на топких берегах водоемов с холодной водой. В целях сохранения вида в природе листья режут острым ножом, не выдергивая из грунта корневища. Правильно заготовленное сырье вахты – листья с черешками не длиннее 3 см. Они буквально пропитаны влагой, поэтому сначала их обсушивают в тени на открытом воздухе при хорошей вентиляции, а затем переносят в сушилку. Лучшие условия – тонкий слой сырья на мелкой металлической сетке в нагретом помещении, например на чердаке под железной крышей. Во время сушки листочки периодически ворошат, удаляют почерневшие. Хорошо просушенное сырье хранят в бумажных пакетах или полотняных мешочках

Применение вахты трехлистной

Вахта трехлистная официально признана лекарственным растением и включена в 11 издание Государственной Фармакопеи. Основные показания для применения сборов на ее основе в медицине:

- запоры, вздутия живота, метеоризм;
- гастриты с пониженной кислотностью; холециститы, желчнокаменная болезнь, болезни печени;
- токсикозы и нарушения пищеварения при беременностях

Противопоказания

Вахту трехлистную нужно использовать только после согласования с лечащим врачом, особенно если есть хронические заболевания. Категорически запрещено принимать средства, изготовленные из этого растения тем, у кого на него аллергия. С огромной осторожностью используют вахту трехлистную при таких заболеваниях:

- острый панкреатит с холециститом;
- тромбоз;
- дисфункция печени, цирроз на последних стадиях;
- тяжелая почечная и сердечная недостаточность;
- нейроинфекции.

Побочные действия вахты трехлистной не известны, но не рекомендуется превышать допустимые дозы.

