

* ПРАВИЛА СБОРА ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ

Кружок «Зеленая аптека Донбасса»,
руководитель Кириленко Л.К.

* Основными принципами рационального сбора лекарственного растительного сырья являются соблюдение сроков и выбор районов проведения. Важно, чтобы растения произрастали в экологически чистой местности.

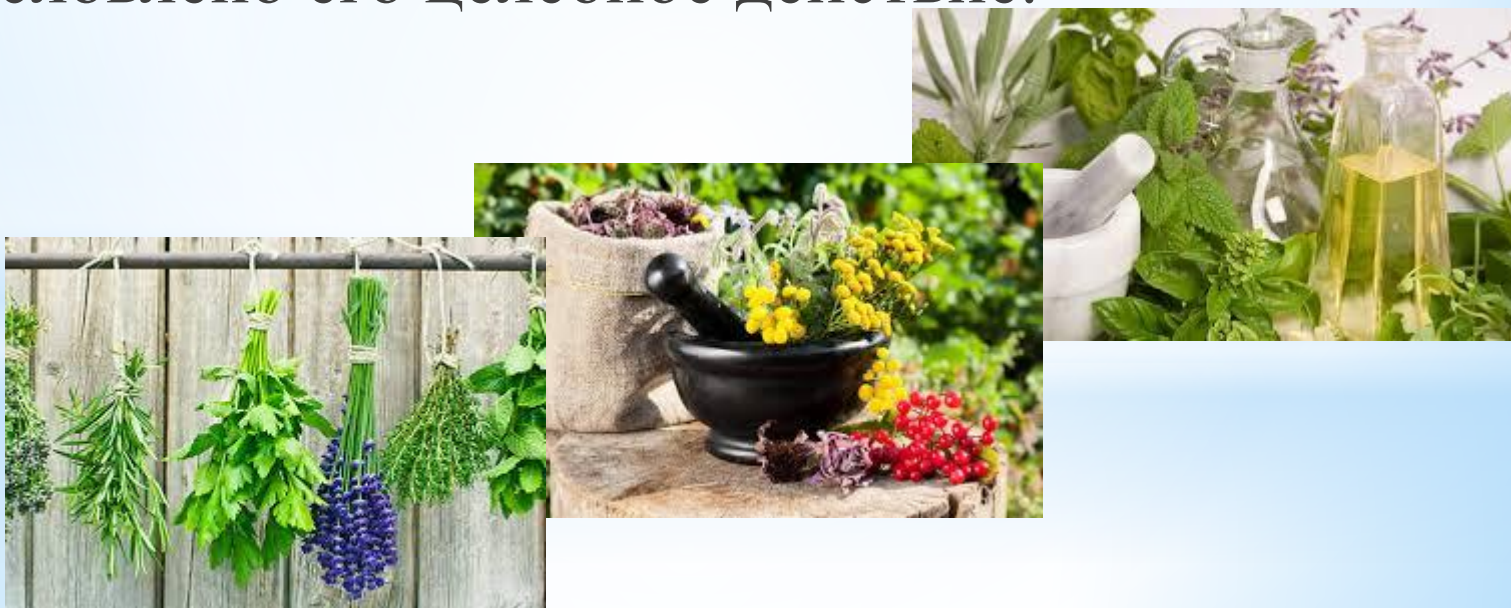


****3 основных периода для сбора сырья:***

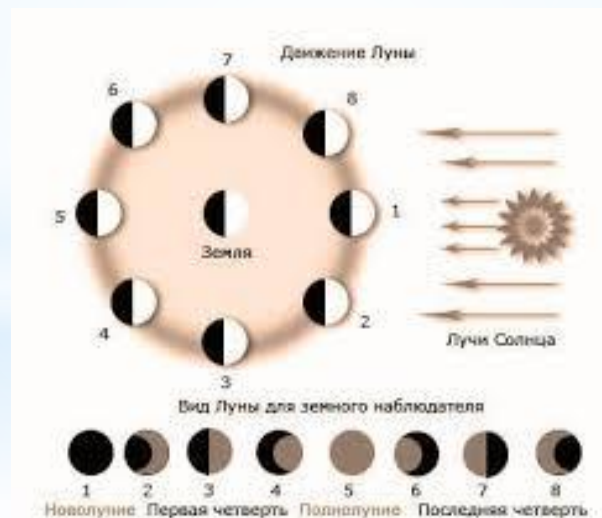
- * весна, с марта по май. В это время начинается движение соков в растении;
- * летний период с июня по июль. Основной упор делается на сбор цветов, листьев и трав;
- * осенью собирают семена, плоды и подземные части растений



* У каждого лекарственного растения — свое время заготовки. Именно в эту пору оно максимально накапливает полезные вещества, которыми обусловлено его целебное действие.



*Краткая **табличка-календарь** поможет сориентироваться в сроках сбора растительного сырья (календарь для различных географических зон, естественно, нужны поправки с учетом климата).



* Если календаря под рукой не оказалось или в ней нет интересующего нас растения, надо ориентироваться на общие правила — в зависимости от вида лекарственного сырья.



*Почки

- * Если сырьем являются почки растения, собирать их нужно **ранней весной** (у некоторых растений — начиная с февраля). Следует успеть, «поймать момент», когда почки уже набухли, но еще не начали распускаться листья. Раскрывающиеся почки уже не имеют лекарственное сырье.



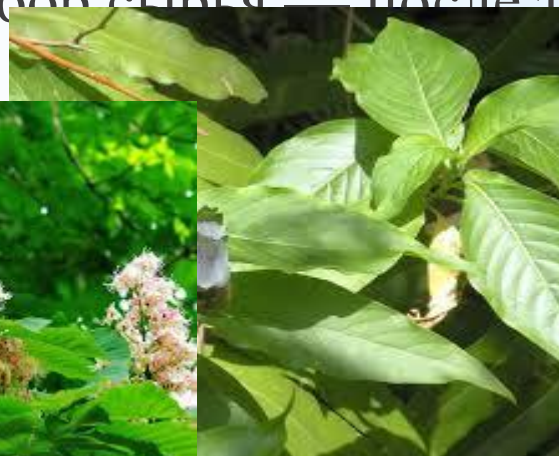
* Кора

* Кору деревьев и кустарников собирают тоже по весне — **когда начинается сокодвижение**. Период ее заготовки завершается, когда разворачиваются первые листочки. Если время сбора выбрано верно, кора легко отделяется от ветви.



* Листья

- * Чаще всего заготовку листьев проводят в то время, **когда растение образует бутоны или цветет**. Реже — в фазе плодоношения. У растений с зимующей листвой (брусника, толокнянка) возможен и осенний сбор сырья — после того, как созреют ягоды.



* Цветки и соцветия

- * Если для лечебных целей требуются цветки растения, следует дождаться, **когда они распустятся полностью.** Иногда используют и бутоны, но никогда не следует заготавливать сырье с увядающих растений.



*Травы

*Надземную часть травянистых многолетних и однолетних растений собирают **в период их цветения** или образования бутонов.



* Семена и плоды

* В подавляющем большинстве случаев рекомендуют дождаться, **когда плоды и семена полностью созреют.** Впрочем, бывают исключения. Например, спелые плоды шиповника становятся мягкими и мнутся при сборе — их собирают чуть недозрелыми. Калину, р

* заморозков



**Семена и плоды обычно собирают, когда они полностью созреют.*

Если семена растения, созрев, легко осыпаются, разлетаются, применяют **маленькую хитрость**: на ветку, где зреет ценное сырье, надевают небольшой полотняный мешочек и завязывают его, чтобы не сдуло ветром. Созревшие семена соберутся сами.



* **Корни, корневища, клубни и луковицы**

* Их выкапывают, как правило, **ранней весной**, в пору пробуждения растений; у некоторых растений **осенью** — когда в подземных органах накапливается максимальное количество полезных веществ. При осеннем сборе обычно дожидаются, когда начинает отмирать надземная часть (но до ее полного отмирания, чтобы не ошибиться в определении растения)

*



*

**Очень важно правильно собирать травы*

По общему правилу, сбор надземных частей растений, и в особенности цветов, возможен лишь **в сухую погоду**. Надо дождаться, когда спадет роса, — и можно приступать. Растения, содержащие эфирные масла, предпочтительно собирать в жаркую, солнечную погоду, а вот ягоды и сочные плоды — поутру или вечером.

* Отправляясь за травами, вооружитесь **ножницами или острым секатором, ножом.** Не следует рвать стебли руками — слишком велика вероятность повредить растение, вырвать его с корнем или поломать. Аккуратно срезаем только то, что нам нужно.



*** Помните:**

- * никогда не выкапываем корневища редких (а тем более — занесенных в Красную книгу) растений;
- * не собираем дочиста все, что видим — обязательно оставляем нашим природным целителям возможность жить дальше и размножаться;
- * не выдираем траву с корнем, если нужны только стебли или соцветия.

* **Тонкости сбора различных видов сырья**

* Как и время, способ заготовки во многом зависит от вида сырья. Вроде, это очевидно — но есть нюансы, о которых надо знать.

Почки

* березовые почки заготавливают,

* срезая вместе с ветками,

* а после просушки

* обмолачивают и очищают

* от примесей;

* Сосновые

* почки срезают

* острым ножом,

* а почки осины,

* черного тополя

* аккуратно обрывают

* руками

*



*Кора

- * сбор коры проводят только на
- * молодых (в возрасте не более
- * 3-4 лет) побегах и стволах;
- * кора для сбора годится только
- * гладкая, молодая — в старой мало
- * полезных веществ;
- * у дуба кору снимают только с ветвей, но не со
- * ствола;
- * кору снимают так: два полукольцевых надреза на
- * выбранной ветви (на расстоянии 20-30 см
- * друг от друга) соединяют двумя продольными
- * надрезами и аккуратно снимают



* **Листья**

- * листья обрывают руками (движением сверху вниз вдоль побега) или срезают ножницами (секатором);
- * толстые черешки от листьев желательно отделять — полезных веществ в них практически нет, а сушку они замедляют;
- * собирают только здоровые,
- * не поврежденные вредителями
- * листья;
- * мелкие кожистые листочки
- * (например,
- * брусники, толокнянки)
- * собирают вместе
- * с веточками, а потом отделяют
- * от них;
- * для сбора предпочтительны хорошо развитые листья с нижней или средней части побега.



* Цветки и соцветия

- * цветки и соцветия собирают, срезая ножницами или аккуратно отщипывая цветоножки;
- * это очень нежное сырье, поэтому для сбора рекомендуют использовать корзинки, в которые складывают цветки.



*Травы

* надземную часть растений при заготовке срезают или скашивают на уровне нижних листьев;

* у высокорослых растений с толстым, грубым стеблем (ПОЛЫНЬ, пустырник и другие) собирают только верхние части стебля (до 15-20 см) и боковые



*** Семена и плоды.** Семена и плоды собирают выборочно, поскольку созревают они обычно неравномерно;

осыпающиеся семена (например, [аниса](#), [кориандра](#), тмина и других растений) можно заготавливать, срезая верхушки растений с недозрелыми семенами — их связывают в пучки и подвешивают для дозаривания, а затем обмолачивают;

сочные ягоды (земляника, [смородина](#), черника и другие) собирают осторожно, перекладывая каждый слой ягод (не толще 5-7 см) слоем листьев, чтобы сырье не слеживалось — помятые ягоды при сушке портятся, загнивают или покрываются плесенью. Семена и плоды собирают выборочно, поскольку созревают они обычно неравномерно;



* **Корни, корневища, клубни и луковицы**

- * подземные части растений выкапывают вилами или лопатой вместе с почвой, а затем, отряхнув землю, промывают в холодной проточной воде;
- * промытое сырье раскладывают, чтобы слегка подсушить, а затем очищают от мусора, поврежденных частей, мелких корешков;
- * нельзя мыть подземные части растений, содержащие слизистые вещества и сапонины (ятрышник, синюха и другие) — землю с них тщательно отряхивают и снимают с корней (клубней, корневищ) верхнюю кору.



**БЕРЕГИТЕ
ЛЕКАРСТВЕННЫЕ
РАСТЕНИЯ!**

