

## РАСТЕНИЯ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ В БЫТУ И В ЛЕКАРСТВЕННЫХ ЦЕЛЯХ

В. П. Яганова

Праздники и другие знаменательные дни у нас не обходятся без национального блюда - тылқығыл (толкуши). В основу этого блюда входят растения и корни, а именно корень – мтэмит (горец эллиптический (змеиный)). Так он назван потому, что когда его откопаешь, то он лежит в земле как змей. Его хорошо промывают, проваривают и толкут, смешав с сухой растолченной икрой. Нам, детям, да и взрослым давали это от поноса. Отвар корня, да и сам сваренный корень хорошо применять при желудочно-кишечных расстройствах.

Иван-чай – кипрей. В толкуше используется обычно сердцевина стебля, его мякоть. Заготавливают кипрея много, таскают охাপками.

Вообще-то, у кипрея используется все растение: цветы, листья сушат и заваривают как чай. Действует успокаивающе, помогает при головной боли. Стебли кипрея после выкабливания мякоти используются для плетения корзин – лепчен. Ранней весной молодой кипрей идет в пищу (суп, борщ).

Там-тай, дикая картошка – кмчек.

В урожайные годы его так много заготавливают, хранят в специальных корзинах или в мешках в подвешенном состоянии на чердаках или лабазах. Имеет сладковатый вкус, поэтому дают детям как лакомство, в вареном виде. Широко используется в лекарственных целях.

Чемерица (пев'чзу) – при ревматизме, болезнях суставов, радикулите. Сильно его действие при ушибах. Особенно весной. Отвар чемерицы раньше местные жительницы использовали для мытья головы при педикулезе.

Грибы – также широко используются в пищу.

Белый дождевой гриб – при созревании он становится коричневым, а мякоть превращается в пух. Раньше его применяли для лечения трудно заживающих ран: бархатной стороной прикладывали к ране.

Мухомор – его сок широко используется для натирания больных суставов при радикулите.

Можжевельник – также широко используется при ревматизме.

Его горячие отвары используются для натирания больных суставов, для ванн, а ягоды можжевельника используются в пищу не только как приправа, но и при простуде.

Крапива. Мы ее используем в пищу.

Кровохлебка, пастушья сумка – они хорошо растут. Эти растения применяются при желудочно-кишечных болезнях, при кровотечениях.

Отвары из крапивы, подорожника, ромашки хорошо использовать при простуде. Действуют как отхаркивающее средство.

Многие лекарственные растения я изучала, учась в Салехардском зооветеринарном техникуме и поэтому знаю, что в разных регионах нашей страны некоторые растения действуют по-разному. Так, если у нас хвощи применяются в лекарственных целях, то в Ямало-Ненецком округе они очень ядовиты. У нас почти все растения можно употреблять в лекарственных целях, но надо быть осторожными и знать, когда и как собирать их.

Наши жители хорошо знают и ядовитость некоторых растений, особенно ядовит омеч–клытван.

О ягодах: брусника, шикша, рябина, морошка, княженика, голубика, жимолость – кладовая витаминов С. Из них варим варенье, морсы, пьем соки, едим с сахаром и без него. Заготавливаем впрок в виде варенья или засахаренной. Бруснику, шикшу храним в замороженном виде всю зиму до весны.