

Хризантема – растение с множеством применений

Автор(и): доц. д-р Стела Димкова, Институт по декоративни и лечебни растения – София

Дата: 23.06.2024 *Брой:* 6/2024



Помимо того, что хризантема является важной декоративной культурой, на протяжении веков она известна своими лечебными свойствами. Впервые хризантема упоминается в трудах китайского философа Конфуция / Кун Цю / в 500 году до нашей эры. В Японию хризантемы были завезены в IV веке, а первые хризантемы в Европе прибыли из Китая в Нидерланды в 1688 году, но они не смогли адаптироваться к условиям окружающей среды и погибли. Сто лет спустя хризантема была снова привезена в Европу марсельским купцом, который доставил растения в сад естественных наук в Париже.

В последние годы в ботанической систематике хризантему, относящуюся к семейству Астровые (Сложноцветные), роду *Chrisantemum* L., также обозначают как род *Dendranthema* L. Этот род включает

более 150 однолетних и многолетних видов, но наибольшее экономическое и декоративное значение имеют так называемые осенние хризантемы или «дмитровчета», *Chrysanthemum indicum* L. В результате селекционной работы было выведено более 2500 сортов, и каждый год предлагаются новые крупноцветковые и мелкоцветковые.



Еще в древности в Китае хризантему использовали как лекарственное растение. Там её называют «цветком жизни». Она обладает антибактериальным, противовирусным и противоопухолевым действием. Сегодня так называемый цветочный чай из хризантемы известен во всем мире.

Лечебные вещества содержатся в стеблях, листьях и цветках этого нежного растения. Листья используют в супах, в качестве приправы или в салатах, в основном в Китае. Химические анализы установили наличие 63 летучих веществ; флавоноидов; очень важных микроэлементов (калий, кальций, селен, цинк, магний); витаминов групп В, С и А; веществ с противовоспалительным и успокаивающим действием. Чаще всего цветки хризантемы сушат и используют для приготовления чая. Предпочтение отдают сортам с белыми или желтыми лепестками.



Чай из цветков хризантемы — отличное средство для улучшения функции легких и дыхательных путей; он стимулирует пищеварение; применяется при повышенном кровяном давлении, головной боли, бессоннице, аллергиях, успокаивает нервы, тонизирует кожу и т.д. Отвар хризантемы успокаивает покрасневшие глаза, когда экстракт выпивают, а согретые цветки из него прикладывают наружно — на веки.

В Азии чай из хризантемы используют в борьбе с вредным холестерином, а в летние месяцы — для утоления жажды и предотвращения солнечного удара. Чай в сочетании с корицей и женьшенем стимулирует иммунную систему для борьбы со стафилококковыми и стрептококковыми инфекциями.

Регулярный прием чая из хризантемы оказывает тонизирующее действие на желудок и печень, восстанавливает жизненные силы и является средством поддержания хорошего здоровья. Однако, поскольку он очень богат флавоноидами, гликозидами, алкалоидами и другими веществами, людям с установленной аллергией следует использовать его с большой осторожностью.



Эфирное масло хризантемы используется в ароматерапии. Интересно также его применение для *защиты растений от вредителей* — в качестве репеллента и биологического инсектицида. Эфирное масло применяют из расчета 5–6 капель на 10 л воды. Экстракт цветков хризантемы блокирует нервную систему насекомых и может не убивать их, а отпугивать.

Экстракт против насекомых: Замочите 400–500 г свежих цветков и листьев мелкоцветковой хризантемы или 100 г сухих в 5 л теплой воды, накройте и оставьте на 24 часа. Затем процедите отвар и опрыскайте растения в саду полученным раствором.

Сушеные цветки для чая: 1–2 столовые ложки мелких сушеных хризантем заливают 300 мл кипятка и дают настояться около 15 минут, затем процеживают и пьют. В течение 24 часов следует выпивать не менее 3 чашек.

Сушеные цветки для расслабляющей ванны: 2–3 горсти сушеных цветков помещают в ванну с горячей водой, и через 10–15 минут ванну используют для релаксации.

Использование 2–3 цветков / сушеной хризантемы / *возле подушки или на лбу* оказывает успокаивающее действие на людей.

