

Лимонник китайский

SCHIZANDRA CHINENSIS (TURCZ) BAILL



Лимонник китайский представляет собой крупный кустарник-лиана семейства магнолиевых (Magnoliaceae). Стебель деревянистый, длиной до 8 м, покрытый темно-коричневой или желтоватой корой и несущий на себе черешковые, очередные, овальные или заостренные, цельнокрайние, несколько мясистые, светло-зеленые листья длиной 5-10 и шириной 3-5 см. Цветки раздельнополые, белые, восковидные, диаметром около 2 см, с приятным запахом, на поникающих цветоножках длиной 1-4 см. Плоды - шаровидные ягоды ярко-красного цвета, одно- или двусемянные, диаметром 5-10 мм, собранные в густую повислую кисть.

Цветет во второй половине мая - начале июня. Ягоды созревают в сентябре-октябре. Растет на Дальнем Востоке, причем большая часть зарослей находится в Приморском и частично в Хабаровском крае, меньше встречается на Сахалине и Курильских островах.

В плодах этого **лекарственного растения** найдено 10,9-11,3 % лимонной кислоты, 7,6-8,4 % яблочной и 0,8 % винной кислот, а также около 0,12 % схизандрина (C₂₂H₃₃O). Мякоть плодов содержит 1,5 % сахара, таниды и красящие вещества-0,15 %; семена содержат до 33,8 % жирного масла. Последнее представляет собой вязкую жидкость, в состав которой входят глицериды линоленовой и олеиновой кислот и др. Во всех органах растения содержится эфирное масло: в коре - 2,6-3,2 %, в семенах-1,6-1,9 %, в стеблях - 0,2-0,7 %. Установлено строение схизандрина (C₂₂H₃₂OH), выделенного из масла семян. Эфирное масло коры - подвижная, золотисто-желтого цвета прозрачная жидкость с лимонным запахом, в состав которой входят до 30 % сесквитерпеновых соединений, альдегиды и кетоны (20 %).

Собирают зрелые плоды лимонника, обладающие терпким привкусом, вызывающим характерное жжение во рту.

Фармакологические свойства

Плоды лимонника китайского в народной медицине Дальнего Востока применяют как стимулирующее и тонизирующее средство при физическом переутомлении, для предупреждения чувства усталости. Нанайцы, уходя на охоту, берут с собой сушеные плоды лимонника; по их мнению, горсть сухих плодов дает силы охотиться на зверей целый день без приема пищи. Русские охотники на Дальнем Востоке для предупреждения чувства усталости применяли ягоды, стебли и корни лимонника в виде чая.

Фармакологическое исследование лимонника китайского проводилось в Хабаровском медицинском институте (К. В. Драке, В. А. Ефимова, Л. Н. Макарова и др.). Настойки и настои при введении в вену в малых и средних дозах (0,2-0,5 мг/кг в пересчете на сухое сырье) тонизируют сердечно-сосудистую систему теплокровных животных, повышают артериальное давление и амплитуду сердечных сокращений, возбуждают дыхание (учащают ритм и увеличивают амплитуду дыхательных движений).

Настой и **настойки** плодов **лимонника** возбуждают центральную нервную систему, вызывают повышение рефлекторной возбудимости у интактных и у находящихся под влиянием наркотических средств животных. Наиболее эффективными в этом отношении оказались препараты из семян и плодов и менее эффективными - из стеблей и коры.

Плоды лимонника китайского, растертые в порошок и введенные внутрь, оказывают возбуждающее действие на рефлексы задних конечностей собак. Большие дозы плодов лимонника (3 г/кг) вызывают возбуждение с последующим угнетением центральной нервной системы. Действие препаратов лимонника при введении внутрь малых доз (0,5-1 г/кг) начинается через 4-6 ч, при более высоких дозах - через 1-2 ч, продолжительность действия составляет 4-20 ч.

Исследовали (В. А. Ефимова) влияние лимонника на нервно-мышечную возбудимость у здоровых людей. Лимонник давали в виде зерен. Величину хронаксии измеряли кондексаторным хронаксиметром на двигательных точках руки в трех различных реобазах. Под влиянием лимонника у обследуемых повысилась нервно-мышечная возбудимость. Для подростков наиболее эффективна доза 0,5 г, для взрослых - 1,5 г семян лимонника.

Применение в народной медицине

Значительный лечебный эффект от применения настойки лимонника в дозе 35-40 капель в прием отмечается у больных пневмонией, сосудистой недостаточностью и пониженным артериальным давлением. Больные с отклонениями в нервно-психической сфере получали препарат в виде таблеток в семях 2 раза в день в дозе 0,5 г утром и 0,25 г днем.

Лимонник оказывает благоприятный эффект при астенических и депрессивных синдромах (психастения, травматическая церебрастения, атеросклеротическая неврастения, реактивная депрессия у больных атеросклерозом). Наилучшие результаты наблюдались при астенодепрессивном синдроме с быстрой утомляемостью и раздражительной слабостью. Терапевтический эффект был отмечен при гипотонии. Лимонник оказался неэффективным у больных с органическими заболеваниями сердечно-сосудистой системы (пороки сердца, дистрофия миокарда, кардиосклероз, стенокардия).

Интересные наблюдения о влиянии лимонника на зрение проведены в Институте глазных болезней им. Гельмгольца (Л. П. Галочкина). У здоровых людей измеряли чувствительность зрения (с помощью адаптометра) до приема лимонника через каждые 5 мин примерно в течение 50-60 мин. Когда показатели ночного зрения становились неизменяемыми, больному давали порошок лимонника в дозе 1,6 г на прием, а затем в течение 1-2 ч измеряли чувствительность зрения. Под влиянием препарата повышалась чувствительность ночного зрения. Оптимальная доза у взрослого составляла 1,5-2 г семян лимонника.

Интерес представляют клинические исследования действия лимонника на зрительные функции глаза методом электрофореза (глазное отделение Ульяновской областной больницы; А. Н. Головин, Л. А. Головина). Данные приведены в табл. 2. Острота зрения под влиянием настоя лимонника повышалась у больных с различными видами нарушения рефракции. Если принять во внимание, что больше половины больных имели осложненную прогрессирующую близорукость с низкой остротой зрения, то указанный метод лечения надо считать весьма эффективным.

У здоровых людей при физической нагрузке лимонник предупреждает наступление чувства усталости; обследуемые меньше теряют в массе тела. Наблюдения, проведенные на спортсменах, показали, что при большой физической нагрузке (бег, прыжки, маршировка в течение 2 ч, подтягивание на турнике) у людей, не получавших настойку лимонника, средняя потеря массы тела составляла 785 г, максимальная - 1300 г, минимальная - 300 г; у получавших настойку в дозе 20-30 капель на прием средняя потеря массы тела равнялась 500 г, максимальная - 950 г, минимальная - 150 г. При большой физической нагрузке (подтягивание на руках) спортсмены, получавшие настойку лимонника, почти полностью сохраняли физическую силу, а у контрольных лиц физическая сила после нагрузки резко уменьшалась.

После физической нагрузки обследуемым обеих групп был предложен отдых в постели. Получавшие настойку лимонника отмечали меньшую усталость и не спали, в то время как обследуемые контрольной группы предъявляли жалобы на усталость и почти половина из них заснула.

Сравнительные исследования лимонника, настойки кола и фенамина, проведенные у здоровых молодых людей, показали, что под влиянием 2-5 г ягод обследуемые отмечали улучшение общего самочувствия, повышение двигательной активности и работоспособности. У некоторых из них возникла эйфория, улучшалось ночное зрение, исчезала сонливость. Ободряющее влияние лимонника характеризовалось также увеличением мышечной силы (по данным динамометрии). Побочных явлений после приема лимонника отмечено не было. При приеме фенамина получены аналогичные результаты, однако были зарегистрированы случаи резкого ухудшения состояния не только в первый, но и во второй день после приема фенамина: возникало утомление, общая слабость, головная боль и сердцебиение. Настойка кола обладает более слабой, чем у лимонника, активностью.

Таким образом, лимонник оказывает у здоровых переутомленных людей стимулирующее и тонизирующее действие, понижает чувство утомления, сонливости и повышает работоспособность. Как противоснотворное средство лимонник действует мягче фенамина. Препараты лимонника повышают чувствительность периферического и центрального зрения. Они эффективны при астенических состояниях.

Отсутствие существенных побочных явлений и кумулятивных свойств позволяет отнести препараты лимонника к ценным стимулирующим средствам. Препараты лимонника принимают строго по назначению врача. Во избежание нарушения ночного сна их не принимают в вечерние часы.

Препараты лимонника противопоказаны при нервном возбуждении, повышенном артериальном давлении и нарушениях сердечной деятельности.

Автор: В.М. Сало

Тэги: [растения](#), [масла](#), [витамины](#)

Неплохую службу во время Великой Отечественной войны сослужило упоминающееся еще в древних китайских книгах свойство плодов лимонника обострять зрение. Препараты лимонника принимали летчики перед боевыми ночными вылетами; разведчики, уходившие ночью в расположение врага.



Позднее, уже в послевоенные годы, это свойство лимонника было более глубоко и детально изучено. Установлено, что спиртовая настойка семян или плодов лимонника вызывает значительное повышение световой чувствительности нашего органа зрения, ускоряет привыкание глаза к темноте. Так, например, в одном из исследований влияния лимонника на световую чувствительность глаза, проведенном в 50-х годах в Центральном дальневосточном военном госпитале Хабаровска М. С. Трусовым, испытанию было подвергнуто 150 здоровых мужчин, не имевших отклонений со стороны органов зрения.

Испытуемые некоторое время наблюдали за ярко освещенным экраном в особом аппарате. Через две минуты, в течение которых глаз адаптировался к этому освещению, свет выключался, и на экране появлялся тускло светящийся квадрат. Проходило некоторое время, прежде чем глаз мог приспособиться к видению в темноте и замечал еле светящийся объект. Световая чувствительность определялась временем, необходимым для распознавания предъявляемого объекта в аппарате после установления низкой освещенности.

Световая чувствительность определялась за 10 — 15 мин. до приема лимонника, а затем четыре раза через каждые 1,5 часа. Испытуемые получали по 3 г порошка из семян лимонника. В результате проведенных опытов были получены следующие результаты. Если до приема лимонника предъявляемый объект (квадрат) распознавался за время менее 10 сек. в 11,3% случаев, то через 1,5 часа после приема порошка семян лимонника — в 16%, через 3 часа — 18; через 4,5 часа — 17,3 и даже через 6 час — в 16% случаев.

Значительно увеличилось также количество случаев распознавания предъявляемого объекта за 11—20 сек. Подводя итог полученным данным, М. С. Трусов пришел к выводу, что лимонник повысил световую чувствительность органа зрения у 135 человек из 150, не изменил ее у 14 человек и только у одного

испытуемого незначительно ее понизил. Время темновой адаптации глаз в среднем сокращалось в 1,5 — 2 раза.

Много исследований в послевоенные годы было посвящено также стимулирующим свойствам плодов лимонника. Установлено, что плоды лимонника стимулируют деятельность центральной нервной системы, оказывают положительное влияние на условнорефлекторную деятельность, усиливают процессы возбуждения в коре головного мозга. И, что особенно важно, в отличие от многих других подобных средств синтетического происхождения стимулирующее действие препаратов лимонника не сопровождается истощением нервных клеток.

Интересные данные получены при испытании препаратов лимонника на спортсменах. Так, например, во время лыжного пробега на 20 км у спортсменов, принимавших препарат, заметно уменьшалась одышка, снималось чувство усталости и жажды, снижались мышечные боли.

Хорошие результаты получены также при использовании препаратов лимонника в психиатрической практике в качестве стимулирующих средств, способствующих выравниванию настроения, появлению физической и психической бодрости, стремлению к трудовой деятельности.

Изучение химического состава плодов лимонника показало, что они очень богаты органическими кислотами: в зрелых плодах содержится около 43 % органических кислот (лимонная, яблочная, янтарная, виннокаменная). Кислотность сока лимонника выше, чем у лимонного сока. Заключенные в мякоти плода желто-оранжевые семена лимонника имеют совершенно иной состав. В них преобладает жирное масло (47%) в смеси с эфирным (3%). В жирном масле семян лимонника содержится значительное количество витамина Е (около 0,03%). В последние годы из семян лимонника выделено несколько кристаллических веществ: схизандрин, схизандрол и еще несколько других соединений довольно сложного состава.

Применение плодов лимонника одной медициной не ограничивается. Они широко используются в кондитерской промышленности. Темно-красный сок плодов добавляют в конфетные начинки для придания ей окраски, аромата и специфического вкуса. Сок лимонника входит в состав ряда безалкогольных напитков, сиропов, морсов в качестве компонента, обладающего приятным вкусом, освежающим и жаждоутоляющим свойствами.

Еще в 30-х годах из сока плодов лимонника получили образцы вин типа кагор, портвейн, не уступавшие по качеству виноградным винам. Для столовых сортов вин из лимонника характерны свежесть и тонкий цитрусовый аромат. Пищевые предприятия Дальнего Востока перерабатывают десятки тонн плодов лимонника для изготовления вин, сока. Кроме того, плоды лимонника являются превосходным сырьем для приготовления варенья, повидла, джемов, компотов, киселей.

Листья лимонника и его стебли охотники Приморья используют в качестве заварки для чая. Такой чай имеет приятный цвет и аромат и оказывает тонизирующее действие.

Как видите, лимонник заслуживает широкого внедрения в практику нашего садоводства. При заботливом уходе его можно выращивать не только в районах Дальнего Востока, но и на Украине, в Белоруссии, на Кавказе, в Подмосковье. Я видел усыпанные ягодами кусты лимонника в белорусском совхозе Большое

Можейково, на плантации Всесоюзного научно-исследовательского института лекарственных растений в Подмосковье, на дачных участках.

Далее >> [Золотой корень](#)

Лимонника семян настойка /Schizandrae seminum tinctura

Состав и форма выпуска

1 л настойки содержит семена лимонника крупно измельченные - 200 г, спирт этиловый 95%; во флаконах по 15, 25, 50, 100 мл.

Фармакологическое действие

«Тонизирующее» центральную нервную систему средство. Лимонника семян настойка оказывает стимулирующее действие на ЦНС, сердечно-сосудистую систему и дыхание.

Показания

Лимонника семян настойка применяется при повышенных физических и умственных нагрузках, при астенических состояниях, в период выздоровления после перенесенных заболеваний.

Противопоказания

Повышенная чувствительность к компонентам препарата. повышенная возбудимость, эпилепсия, расстройства сна. хронические заболевания печени, острый период инфекционных заболеваний, беременность, период грудного вскармливания, детский возраст до 12 лет.

Побочные действия

Возможны аллергические реакции, тахикардия, нарушение сна, головная боль, повышение артериального давления.

Способ применения и дозы

Лимонника семян настойку принимают внутрь по 20-30 капель, разведя в небольшом количестве воды. 2-3 раза в день за 30 минут до еды.

Особые указания

Лимонника семян настойку не следует принимать во второй половине дня (во избежание нарушения сна).

Условия хранения и срок годности

В защищенном от света месте, при температуре не выше 25°C.
Срок годности — 4 года.