### **Гарбуз звичайний – корисна лікарська рослина**

# План

1. Загальна характеристика рослини.
2. Хімічний склад.
3. Лікарська рослинна сировина, її основна лікувальна дія.
4. Гарбузове насіння.
5. Застосування у медицині м’якуші та черешків гарбуза.

**CUCURBITA PEPO L.** — гарбуз звичайний

"Російська назва — тыква обыкновенная

Однорічна трав'яниста рослина з повзучим стеблом, п'ятилопате­вими листками та великими жовтими квітками. Вирощують її на горо­дах і баштанах. Збирають восени достиглі плоди і сушать.

**Сировина**. Для виготовлення ліків використовують м'якуш гарбуза, насіння і окремо черешки.

Насіння заготовляється й відпускається аптеками.

**Хімічний склад**. М'якуш гарбуза містить воду (майже 90%), білки (1 %), ферменти, цукри (4-11 %), клітковину (1,2%), мінеральні ре­човини: кремній, фосфат калію, магнію та заліза (0,7 %), а також каро­тин, аскорбінову кислоту, тіамін, рибофлавін, нікотинову кислоту та інші речовини.

Насіння гарбуза містить жирну олію (близько 20%), особливий фітостерин кукурбітол, смолу (до складу якої входить оксицеротинова кислота), білкові речовини, ліцетин.

**Дія**: жовчогінна, сечогінна, глистогінна.

**Фармакологічні властивості і застосування в медицині**. Гарбузовий м'якуш збільшує жовчовиділення, поліпшує функцію кишок при спастич­ному коліті, посилює водний та сольовий обмін, фільтраційну функцію нирок, забезпечує Інтенсивне виділення ними хлору (сприяє сечовиді­ленню).

Насіння гарбуза вживають як ефективний засіб проти різних стьожкових глистів (солітера, карликового ціп'яка). За глистогінною дією воно поступається чоловічій папороті, але не виявляє токсичного впливу на організм.

У народній медицині гарбузове насіння використовують як засіб, що допомагає при хворобах сечостатевих органів, особливо коли в сечі виявляється кров і коли спазми перешкоджають сечовипусканню. Для цього гарбузове насіння поєднують з конопляним сім'ям і готують з них емульсію (так зване молоко).

Щоб позбутися стьожкових глистів, застосовують свіже або вису­шене на свіжому повітрі й очищене від лушпиння (з сіро-зеленою шкірочкою) гарбузове насіння. Його розтирають у ступці невеликими порціями з додаванням води або молока, до утворення кашки. Вжи­вають по 1-1/2 склянки (дорослі) або по 1/2-1 склянці (діти) натще (лежачи). З'їдають цю порцію частинами, протягом 2 год. Через 3-4 год після того, як усе насіння вжите, випивають 1/2 столової ложки послаблюючої солі, розведеної 1/2 склянки теплої води, а ще через 30 хв. обов'язково ставлять клізму.

М. І. Соломченко (1968) рекомендує готувати відвар гарбузового насіння (дорослим — 500 г, дітям —50-150 г). З цією метою насіння разом з лушпинням подрібнюють на м'ясорубці, заливають подвійною кількістю води і випаровують протягом 2 год. на водяній бані (на лег­кому вогні), не доводячи до кипіння. Відвар фільтрують, з його по­верхні знімають оліїсту плівку. Весь відвар вживають натще за 20-30 хв. Послаблюючу сіль приймають через 2 год. після вживання відвару.

Гарбузове насіння можна їсти разом з рисовою кашею, цукром, медом або варенням (по 1/2 склянки). Лікування гарбузовим насінням потребує попередньої підготовки: за 2 дні до цього слід щоранку ста­вити клізму, а напередодні увечері прийняти послаблюючу сіль.

Як сечогінний засіб рекомендується з'їдати 2-3 склянки насіння на день, вживати гарбузову кашу або пити сік сирого гарбузового м'якуша — по 2 столові ложки 3 рази на день.

М'якуш гарбуза корисно вживати сирим (по 0,5 кг на день), пече­ним і вареним (до 1,5-2 кг на день) протягом усього сезону (3-4 міс). Таке лікування рекомендують при хронічних формах пієлонефриту і холециститу, подагрі та хворобах серця, що супроводяться набряками.

Деякі дослідники повідомляють про досить виражену сечогінну здатність відвару гарбузових черешків. Готують його так: 15-20 г подрібнених черешків кип'ятять протягом 15 хв. у 2 склянках води і вживають протягом дня. Дію такого відвару можна посилити, якщо додати до гарбузових черешків 1-2 г трави горицвіту весняного. При поєднанні цієї суміші з омелою білою знижується артеріальний тиск. Цей відвар вважають сильним сечогінним засобом при ниркових та серцевих захворюваннях з набряками, при гіпертонічній хворобі, пору­шенні обміну речовин.

Про ефективність діуретичної дії відвару гарбузових черешків свід­чать багаторічні клінічні спостереження М. І. Соломченка (1968).

М'якуш гарбуза прикладають до обпечених місць, екзем та запаль­них вогнищ на шкірі. Результати при цьому завжди бувають позитивні.

З лікувальною метою вживають м’якуш гарбуза як засіб проносний, а також проти блювання у вагітних і від морської хвороби.

Найчастіше гарбузовий м’якуш вживають у вигляді каш з пшона, рису та манної крупи на молоці з додаванням цукру за смаком.

Гарбузове пюре допомагає маленьким дітям вирішити проблеми з закренами і забезпечує їх вітамінами. Гарбузова каша зменшує відкладання атеросклеротичних бляшок на судинах.



**Використана література:**

1. Ф.І. Мамчур “Цілюще зело”.
2. В.В. Кархут “Ліки навколо нас”.
3. Ф.І. Мамчур “Довідник з фітотерапії“.
4. Газета “Сундучок корисних порад”.