**Вахта трехлистная**

Thalictrum foetidum l.

Семейство вахтовые— Ranunculaceae

Многолетнее травянистое растение с безлистным цветоносным стеблем и очередными листьями, отходящими от приподнимающейся верхней части горизонтально расположенного толстого корневища. Листья тройчатые (что и определило название растения). Черешок листа длинный, у вершины он как бы разделяется на три коротких черешка, от которых отходят листочки. Все три листочка обычно имеют эллиптическую форму, края у них цельные. Бледно-розовые или белые цветки собраны в густую продолговатую кисть, расположенную на верхушке цветоносного стебля. Цветет в мае—июне, плоды созревают в июле—августе.

На постсоветском Дальнем Востоке зона распространения трифоля охватывает Камчатку, Охотское побережье, Приамурье, Приморье, Сахалин, Курильские и Командорские острова. Растет на сильно переувлажненной почве, обычно образует заросли.

В листьях вахты обнаружены флавоноиды, гликозиды, дубильные вещества, алкалоид генцианин, аскорбиновая кислота и др., в подземных частях— сапонины, дубильные вещества, следы алкалоидов, инулин, бетулиновая кислота и др.

На практике используется настой вахты, который готовят из расчета две чайные ложки сухих измельченных листьев растения на стакан воды. После процеживания настой принимают для возбуждения аппетита по четверти стакана 2—3 раза в день перед едой. Способность растения возбуждать аппетит связана с наличием в нем ряда горьких веществ, оказывающих рефлекторное возбуждающее действие на пищеварительные железы. Оно проявляется через 20—30 минут после приема.

Листья вахты входят также в состав желчегонного, слабительного, мочегонного, аппетитных и успокоительных чаев и горькой настойки.

В народной медицине настой листьев вахты используют при лечении малярии, болезней печени и желчного пузыря, при туберкулезе. Отваром листьев промывают плохо заживающие раны. Ванны из отвара иногда назначают при золотухе (Крылов, 1969). Специального изучения эффективности вахты при малярии и туберкулезе проведено не было. Можно думать однако, что она очень невелика, потому что надежное излечение людей этими заболеваниями стало возможным только после появления современных высокоэффективных специфично действующих лекарственных средств. Не подтверждены, но и не опровергнуты данные о возможности отравления препаратами вахты при их избыточном употреблении, приводимые Е.А.Кардаковой (1928).

Листья вахты с коротким (не более 3см) остатком черешка заготовляют после цветения, с середины июня до середины августа. Их провяливают для испарения воды с поверхности, после чего быстро сушат в теплых хорошо проветриваемых помещениях. При пользовании сушилкой рекомендуется начинать сушку при 30-35° и постепенно повышать температуру до 50-60°.