###### РЕФЕРАТ

*на тему:*

### „Лікарські рослини: цикорій дикий”

**Цикорій дикий, звичайний**

**(Cichorium intybus L.)**

Російська назва — цикорий обыкновенный.

В народі цю рослину називають Петровими батогами, серпівником, городньою волошкою.

Багаторічна трав'яниста рослина із потовщеним веретеноподібним коренем, із прямим стеблом заввишки від 30 до 100 см. Прикореневі ли­стки — виїмчасті, пірчасто-ланцетоподібні; стеблові — ланцетні, гостро-зубчасті, огортають стебло суцільною лійкою. Квітки розташовані в ко­шику, язичкові, з голубими, іноді рожевими пелюстками. Росте цикорій звичайний уздовж шляхів та ровів, на берегах річок, у засмічених місцях. Поширений в Україні, на Кавказі та в середній смузі Росії.

Для виготовлення ліків використовують усю рослину. Збирають її під час цвітіння, у липні-серпні. Коли ж заготовляють корені, то їх ви­копують, старанно миють, розрізують вздовж і впоперек, сушать у добре провітрюваних приміщеннях або в печах.

Корені багаті на інулін та гіркий глікозид інтибін (безбарвну жела­тиноподібну масу), пектин, цукри й смолу. У квітках цикорію міститься глікозид цикоріїн, який під час гідролізу розпадається на ескулетин та глюкозу. У листках та насінні виявлено інулін, а в насінні — протока­техіновий альдегід, алкалоїд. Молочний сік рослини має гіркі речови­ни — лактуцин та лактукопікрин, що є моноефірами параоксифенілоцто-вої кислоти, й тараксастерол.

Препарати цикорію є холеретичними, заспокійливими, зміцнюваль­ними та протизапальними.

Він широко застосовується в народній медицині, зокрема, для регу­ляції обміну речовин при шкірних хворобах (екзема), для збільшення виділення жовчі при-хворобах печінки (жовтяниця, цироз), а також дня лікування хвороб нирок.

Рослину рекомендують вживати при гіперацидному гастриті, енте­риті й коліті, спастичному коліті, недостатності в їжі аскорбінової кислоти, істерії, загальній кволості, кровохарканні, подагрі, спазмофілії та захворюваннях суглобів. Болгарська народна медицина застосовує препарати цикорію здебільшого для лікування захворювань печінки (як жовчогінний засіб), при каменях у жовчному міхурі, захворюваннях се­лезінки та для активізації обміну речовин.

Відвар трави цикорію звичайного впливає на організм людини про­тимікробне та в'яжуче. Ці препарати збуджують функціональну діяль­ність органів травлення.

Експериментальне доведено, що відвар та настій кореня цикорію під час вживання всередину діють заспокійливо на центральну нервову систему, посилюють роботу серця, збільшуючи амплітуду й уповільнюючи ритм серцевих скорочень.

У народній медицині відвар і настій кореня і трави цикорію застосо­вують при нетриманні сечі, геморої, висипах на шкірі (вугри, гноя­ки, фурункули). Настій трави рекомендують для ванн, обмивань і примочок.

За кволості, знесилення й значного потовиділення препарати цико­рію діють як зміцнювальний засіб.

• Відвар суміші трави цикорію з коренями й черешками гарбуза (1 — 2 столові ложки на 2 склянки води) як сечогінний засіб ефективний у хворих із серцевою недостатністю. Вживають відвар по півсклянки тричі на день.

При хронічному гепатохолециститі помітний ефект дає вживання чаю із суміші цикорію з іншими лікарськими рослинами. Суміш трави цикорію звичайного (30 г), трави звіробою звичайного, квіток цмину піскового, квіток нагідок лікарських (по 40 г), трави споришу звичайно­го (20 г), кори крушини ламкої (30 г). і ромашки лікарської (10 г) на­стоюють 12 год у. З склянках води, кип'ятять 5 хв, дають відстоятися півгодини, проціджують і п'ють по півсклянки 4 рази на день через 1 год після їди, щодня. Лікування тривале (4—6 тиж).

Хворим на гіперацидний гастрит, ентерит і коліт рекомендують чай із суміші трави цикорію звичайного (ЗО г), трави золототисячника зви­чайного (20 г), трави сухоцвіту болотяного (25 г). Настоюють ЗО г цього збору у 500 мл окропу протягом 12 год, потім проціджують. Настій підсолоджують медом за смаком і вживають по півсклянки 3— ., 4 рази на день через 1 год після їди впродовж 1—2 міс.

У зв'язку з тим що цикорій має зміцнювальні властивості й добре регулює обмінні процеси, його застосовують для лікування хворих на цукровий діабет, з іншими порушеннями обміну речовин, деякими захворюваннями шкіри. Вважають, що цикорій має здатність нормалізувати склад крові. У народній медицині його застосовують при підвищеній нервовій збудливості та істерії як заспокійливий засіб.

Цикорієм лікувалися з давніх часів. Його знали й високо цінували стародавні єгиптяни й римляни. У наш час він широко використовується в народній фітотерапії багатьох країн.

Хворим на цукровий діабет корисно пити чай зі збору лікарських рослин, що знижують кількість цукру в крові, з додаванням листків і ко­реня цикорію. Дві столові ложки суміші трави цикорію дикого (ЗО г), трави конюшини лугової (20 г), трави сухоцвіту болотяного (15 г), листків чорниці (20 г), листків горіха волоського (15 г) настоюють 8 год у 400 мл окропу. Цей чай п'ють по 1 склянці двічі на день, підсо­лодивши І столовою ложкою меду.

Цикорій відомий ще й як харчова рослина. Його молоді листки ви­користовують для приготування салатів. Висушені, підсмажені й розме­лені корені можна додавати до натуральної кави або вживати як замінник її. З цією метою цикорій культивують і в нашій країні, і за кордоном.

*Салат з цикорію.* 200 г молодих пагінців цикорію, 10 г маргарину, сіль за смаком. Промиті пагінці нарізають шматочками по 2—3 см, тушкують із маргарином 2 хв, додаючи сіль. Остуджують, посипають дрібно порізаною петрушкою.

*Кава* з *коренів цикорію.* Промиті корені висушують на повітрі, підсмажують до коричневого кольору в духовці й розмелюють за допо­могою кавомолки.

*Цикорієва заправка до супу.* Промиті листки подрібнюють на м'ясо­рубці, додають сіль і застосовують для заправки супів (1 столова ложка на порцію супу).