**ЛЮБИСТОК ЛІКАРСЬКИЙ   
(вегета, магi)  
Levisticum officinale**



Багаторiчна гола трав'яниста рослина родини селерових. Стебло кругле, трубчасте, розгалужене, до 200 см заввишки. Листки блискучi перисторозсiченi. Квiтки двостатевi, правильнi, п'ятипелюстковi, свiтло-жовтi, зiбранi у верхiвковi круглi складнi зонтики. Цвiте у червнi - липнi. Плід - жовто-бура двосiм'янка.

Розводять любисток у садах, на городах як декоративну i пряну рослину.

Для виготовлення лiкарських препаратiв заготовляють корiння, плоди i траву. Траву пiд час цвiтiння рослини. Корiння викопують восени. Плоди збирають у перiод повної стиглостi.

Рослина мiстить фурокумарини (бергаптен, псорален), смоли, органiчнi кислоти, крохмаль, дубильнi i мiнеральнi речовини, ефiрну олiю, вiтамiни.

Галеновi препарати любистку мають болетамувальнi, вiдхаркувальнi, заспокiйливi, сечогiннi властивостi, тонiзуюче дiють на роботу серця, статеву активнiсть.

Застосовують при набряках, захворюваннях печiнки i селезiнки, анемiї, бронхітах, холециститах, артритах, дерматитах, гнійних ранах, для посилення кровопостачання органiв малого тазу з метою стимуляцiї статевої функції. Пом'яте свіже листя любистка прикладають до чоло при головних болях різного походження. Листя і коріння любистку використовують як приправу до страв.

Внутрiшньо - настiй корiння любистка (1 ст ложка сировини на 400 мл окропу, настоювати 1 год) приймати по 50 мл 4 рази на день до їди. 5 г висушеного коріння варити в 200 мл окропу 15 хв, настояти 2 год, пити по 1 ст ложці тричі на день до їди за 30 хв (при артриті).

Корінь любистка, сельдерея та петрушки по 10 г нарізати на дрібні шматки, варити 10 хв викласти на сковородку, додати трохи масла, муки, солі і підсмажити. Додати жовток перепелиного яйця і мускатний горіх (для стимуляції потенції). Зробити із звичайного чоловіка суперлюбовника можна вживаючи салат, приготовлений із листя любистка, сельдерея, петрушки, базилика, кинзи, пастернака, кропиви, меліси, м'яти, кадила.

Легендарний любовний напиток Тристана і Ізольди був приготовлений з м'яти, чебреця і розмарину на червоному вині.

Зовнiшньо - настiй корiння i листя любистку (по 1 ч ложцi корiння i трави на 200 мл окропу, настоювати 20 хв) служить для полоскання волосся i промивання ран.

Перш за все любисток привертає до себе увагу своїм ароматом. Можливо, саме пряний неповторний запах й став причиною вірувань у магічні властивості рослини допомагати в коханні. Та й самої назви - любисток. Раніше цим "приворотним зіллям" мили волосся, відваром листя й коріння вмивалися. І від цього тільки кращали. Диво творив любисток, який має не лише приємний запах, а й яскраво виражені антисептичні властивості. Особливо корінь рослини. Звичайно, такі властивості придатні не лише "для краси".

Корінь любистку призначають у разі хвороб сечостатевої системи як цінний сечогінний та протизапальний засіб. Він входить до складу шлункових (показання - відрижка, печія й відчуття переповнення), а також кровоочисних чаїв.

Народна медицина використовувала любисток від болю у разі ревматизму, подагри,при порушенні менструального циклу, від мігрені. Заварювати його можна у різних пропорціях - любисток зовсім не токсичний.  
Однак любисток - не тільки лікарська рослина. Він - чудові прянощі, які можна додавати до різних страв. Додані у воду під час варіння листочки чи корінці рослини підсилюють смак м'яса, птиці, риби. Насінням любистку можна посипати хліб, застосовувати під час солінь.

Помічено, що ароматну рослину можна вживати навіть тоді, коли найсуворіша дієта (наприклад, у разі захворювань нирок) передбачає повну відмову від спецій та солі.

На жаль, у нас рідко можна зустріти любисток у продажу. Навіть не у кожному городі він росте. Однак любисток не втратив своїх цілющих властивостей, про нього обов'язково слід згадати.



ЛЮБИСТОК ЛІКАРСЬКИЙ   
(вегета, магi)  
Levisticum officinale