



**Растение, про которое пойдет речь, наверняка многие из вас встречали во время прогулок в березняках, вдоль берегов рек и озер, обращая внимание на стебельки бордового цвета. В разных регионах его называют то змеиным корнем, то могучником, то одолень-травой или вывищником, хотя чаще, наверное, вы слышали название гравилат речной.**

Русское название произошло путем сильного искажения названия аптечного сырья, которое получали в XVI веке. Поскольку аромат корней гравилата чем-то похож на гвоздику, да и внешний вид ее немного напоминает, поэтому в травниках того времени корни гравилата называли гвоздиковым корнем (*radix caryophyllatae*) или сокращенно кариофилата. Годы складывались в века, и получилось «графилат», ну а там и «ф» на «в» сменилось. И именно под таким обрусевшим названием

теперь известно это прекрасное растение.

На Руси народные целители им лечили змеиные укусы, прикладывая перетертые листья. Считалось, что растение забирает на себя весь яд. Применяли одолень-траву и в качестве успокаивающего и укрепляющего средства.

В современной официальной медицине этот вид гравилата (*Geum rivale*) не используется в отличие от его собрата – гравилата городского (*Geum urbanum*), но поскольку свойства у них очень

схожи, то народная медицина находит применение и ему.

Гравилат речной используют в качестве антисептика, против различных патогенных микроорганизмов. Отваром из него полощут горло при воспалительных процессах, для заживления десен, снятия их кровоточивости, для протирания и промывания ран и гнойников, лечения акне.

Гравилат речной часто применяют для восстановления сил организма после операции, химиотерапии или тяжелого течения заболевания. Помимо этого, он помогает при нервных истощениях, бессоннице. Благодаря дубильным веществам, входящим в состав корневищ и корней, гравилат с давних пор используют для лечения мозолей и натоптышей.

Химический состав гравилата речного разнообразен. В корнях и корневищах содержится много дубильных веществ пирогаллолового ряда (до 23%), флавоноидов, фенолкарбоновых кислот и их производных, алкалоиды. В его составе – красное красящее вещество, из которого получают красно-коричневый пигмент для окрашивания кожи, эфирное масло (в основном эвгенол), благодаря которому корневище и корни гравилата имеют схожий с гвоздикой аромат. Листья гравилата речного содержат витамин С, каротин, а семена – до 20% жирных масел.

**Отвар.** 2 ст. ложки измельченных корней гравилата залить 1 стаканом кипятка, варить на медленном огне в течение 25-30 минут. Снять с огня и настаивать в течение 30 минут, укутав в полотенце. Процедить и довести до первоначального объема кипяченой водой. Готовым отваром полоскать горло и ротовую полость между приемами пищи при ангине, фарингите и стоматите.

**Настойка.** 20 г сухих измельченных корней гравилата речного залить 150 мл водки. Емкость, в которой проводится настаивание, должна плотно закрываться. Настаивать в темноте в течение 30 дней. Принимать по 15 капель, разведя их в 100 мл воды, 3 раза в день в течение 2 недель при хронической