Что такое фитонциды и кто их так назвал?

Из энциклопедии можно узнать, что фитонциды – это биологически активные вещества, образуемые растениями, подавляющие рост и развитие микроорганизмов, играющие важную роль в иммунитете растений. С древних времён люди знали, что есть растения, защищающие от болезней, но только в двадцатом веке создали теорию их антимикробных свойств, что позволило понять роль летучих веществ – фитонцидов.

Сегодня фитонциды являются одним из мощных средств медицины. Их успешно используют при заболеваниях ангиной, дизентерией, при ранениях, ожогах, простудах. Название это придумал ленинградский профессор Б. П. Токин. Он соединил два слова: фитон (по-гречески растение – phyton) и цидо (caedo – убиваю, лат.). Биолог рассматривал развитие дрожжевых клеток и заметил, что на их количество влияет кашица из свежего лука: если её было много, то они погибали.

Так было впервые установлено, что растения выделяют летучие вещества с антибиотическим действием. Позже он выяснил, что есть немало других растений с такими же свойствами. Эти летучие вещества биолог назвал фитонцидами. В докладе на Всесоюзном совещании по фитонцидам Токин назвал их воинами растений: растение само себя стерилизует собственными антибиотиками.

То, что есть несовместимые растения, известно многим. В таких случаях про них говорят, как про людей: «Они не терпят друг друга». И действительно, если поместить их рядом, то одно из них (то, что слабее) погибает. Замечено также, что свойства фитонцидов изменяются в зависимости от окружающей среды, времени года и даже часа дня. Сила фитонцидов тоже разная и зависит от многих факторов, в том числе и от вида растений.

У некоторых растений она увеличивается в распаренном виде, и об этом свойстве было известно жителям Древней Руси. Больных помещали в небольшое наглухо закрытое помещение с распаренными растениями, обильно выделяющими фитонциды. Многим нравится запах яблок сорта «антоновка», однако немногие знают, что их фитонциды в течение нескольких минут уничтожают некоторые виды болезнетворных бактерий. Не спешите прятать эти яблоки в холодильник, дайте их фитонцидам поработать на ваше благо.

Что такое фитонциды и кто их так назвал

Автор: admin

21.09.2012 16:50 -

Ярко выраженными фитонцидными свойствами обладают некоторые комнатные цветы. Присутствие в жилище герани, бегонии, циперуса значительно снижает содержание микрофлоры. Силён фитонцидами вечнозелёный можжевельник, выделяющий около 30 килограммов на один гектар, что больше в шесть раз, чем у хвои сосны. У шалфея и лаванды тоже ярко выражены фитонциды, и в некоторых странах их парами лечат ангину. Удивительно, что фитонцидные свойства сохраняются при консервировании, в настоях, в экстрактах.

С глубокой древности известны человечеству два растения с очень сильными фитонцидными свойствами – это лук и чеснок. В русских травниках говорится о действии лука на «прилипчивые болезни» и предлагается при простуде есть варёный лук, против цинги и от гриппа – сырой.

Те, кто страдает кишечными расстройствами, атеросклерозом, тромбозом, после луковой диеты чувствовали себя намного лучше. При авитаминозе успешно используют луковую шелуху (чешую), получая из неё кверцетин. Для этого две горсти шелухи промывают холодной водой, затем заливают двумя стаканами кипятка и парят около двадцати минут на небольшом огне, после чего настаивают несколько часов и процеживают. Пьют процеженный настой три раза в день до или после еды.

Сильный характерный запах чеснока обусловлен эфирным маслом, состоящим из сернистых соединений. В древности во время эпидемий на груди носили головки чеснока, поливали жилища чесночным раствором, отпугивая заодно и комаров. Ингалятор с экстрактом чеснока применяют для лечения астмы, ангины, коклюша и воспаления дыхательных путей.

Учёные установили, что яблоки содержат не только витамины, но и антибиотики с выраженными бактерицидными свойствами. И, возможно, сказка о молодильных яблоках не выдумка, а быль, которую люди ещё не разгадали.

Автор - **Елена Шкарубо**

[Источник](#)