Автор: admin
26.08.2012 18:29 -

Китайский лимонник: почему его называют «ягодой пяти вкусов»?

У-вэй-цы (или у-вэй-цзы) называли в Китае «ягодой пяти вкусов». И действительно, кожица у ягоды сладковатая, а мякоть – кисленькая. Семена – горькие и терпкие, а при хранении, через некоторое время, приобретают пятый, солоноватый привкус.

Уходя в дебри дальневосточной тайги, охотники всегда – если была возможность – брали с собою горсть подсушенных ягод. Зачем? Скоро узнаем.

Лимонник китайский
Schisandra chinensis Turch. Bail.
Семейство Лимонниковые (Schisandraceae)

Деревянистая лиана с эллиптическими черешковыми листьями может достигать 6-8 метров в длину, обвивая опоры – стволы деревьев – в дальневосточных лесах, раскинувшихся на речных берегах. Белые душистые цветки (1-2 см диаметром) свисают на тонких цветоножках. Плод – красная сочная ягода, в мякоти которой находятся жёлтые почковидные семена. Кистью у лимонника китайского называют удлинённое цветоложе (удлиняющееся во время плодоношения) с цветоножкой и зрелыми плодами. В каждой кисти может находиться от двух до сорока восьми ягод.

Все части растения – особенно кора и семена – содержат эфирное масло (до 3 %), благодаря которому ощущается сильный лимонный запах. В ягодах – множество органических кислот (винная, лимонная, яблочная), сахара (около 1,5 %), витамины С и Е, микроэлементы (медь, железо, цинк, кремний, марганец, никель, сера, титан, молибден и даже серебро), в семенах более тридцати (иногда до 46 %) жирного масла и 0,012 % тонизирующих веществ (схизандрин и схизандрол).

Тонизирующими свойствами обладают не только ягоды лимонника, но и корни, и кора. В северных районах Китая (бывшая Манчжурия), Приморском и Хабаровском крае (на Южном Сахалине лимонник тоже растёт) местными жителями эта лиана издавна была признана как источник сил и выносливости, ягоды (свежие и сушёные) служили укрепляющим силы средством при длительных и утомительных переходах.

Коренное население Дальнего Востока издавна использует практически все части растения в качестве пряно-вкусового, стимулирующего и тонизирующего средства, а также для лечения простуд, обморожений, кишечных расстройств, одышки и т.д. Много ягод есть нельзя, уж очень сильное воздействие они оказывают, может подскочить давление и возникнуть проблемы с сердцем.

В китайской народной медицине при помощи лимонника успешно лечат различные заболевания желудочно-кишечного тракта, почек, печени, импотенцию и малокровие, вызванное язвой желудка или язвенным колитом, особенно сопровождающееся кровотечениями. Народная медицина рекомендует применять лимонник (в небольших дозах) при климаксе (у мужчин и женщин) для снятия чрезмерного нервного напряжения и раздражительности, плохого расположения духа. Это сопровождается следующими симптомами: ночным или вечерним учащённым сердцебиением, болью за грудиной, напоминающей приступы стенокардии. В таких случаях можно регулярно пить чай или настойку ягод – желательно после консультации с лечащим врачом.

Сок, получаемый из ягод лимонника китайского, помогает при низкой кислотности желудочного сока (по одной чайной или столовой ложке три раза в день) – повышение кислотности сопровождается исчезновением болевых ощущений, причём положительный эффект лечения бывает заметен уже через 40-50 минут после приёма и продолжается до четырёх-пяти часов.

Порошок из семян лимонника китайского в народной медицине применяется не только для нормализации кислотности желудочного сока, но и для лечения гастритов: в день принимают не более 2 г порошка – 4 раза (по 0,5 г) за 20 минут перед приёмом пищи.

Научная медицина давно признала многое из народного опыта. Не так давно плоды и семена лимонника (Fructus et Semina Schisandrae) официально введены в медицину, а таблетки из порошка ягод и семян начали применять в качестве тонизирующего средства, для усиления нервной и сердечной деятельности, возбуждения дыхания и устранения сонливости.

Из свежих ягод получают экстракт, заменяющий клюквенный. Местное население использует ягоды как суррогат лимона. Благодаря культивированию лимонника в Европе (особенно в странах Восточной Европы), ягоды стали широко известны. Из них готовят, помимо киселя, также джемы, различные напитки, ягоды входят в состав

начинок для конфет, которые выпускают предприятия кондитерской промышленности.

Свежие плоды в домашних условиях можно протирать с сахаром и затем использовать по мере необходимости. Следует лишь помнить, что лимонник китайский противопоказан при бессоннице, сильном нервном возбуждении, гипертонии, некоторых других серьёзных нарушениях деятельности сердечно-сосудистой системы.

В естественных условиях произрастания лимонник китайский требователен к освещению и высокой атмосферной влажности, что следует учитывать при выращивании морозостойкой дальневосточной лианы в саду. Эти факторы в значительной степени определяют жизнеспособность лимонника в природных местообитаниях – светолюбие лимонника подтверждается наличием его зарослей только в достаточно разреженных лесах.

Освещённость влияет и на общий габитус лиан: растения на открытых участках обычно низкорослые, раскидистые, с массой коротких ветвей, дают относительно больший урожай; при достаточном освещении лиана словно стремится приобрести форму куста или стелется вблизи поверхности почвы, оплетая пни, другие растения, укореняясь, образуя корнеотпрыски и поросль. В густых лесных насаждениях лианы характеризуются длинностебельностью и малой урожайностью.

В заключение разговора о «ягоде пяти вкусов» напомню, что здесь, на страницах журнала ШколыЖизни.ру, уже появлялись любопытнейшие тексты о лимоннике, взаимодополняющие, весьма интересные – которые и осмелюсь порекомендовать уважаемому читателю!..

Автор - **Андрей Рябоконь**
Источник