



УДК 615.1:616-08

ВОЛОСЬКИЙ ГОРІХ – ЗЕЛЕНА АПТЕКА

Студ. Е.В. Бардошевська

Наук. керівник проф. А.П. Строкань

Київський національний університет технологій та дизайну

Горіх грецький, або волоський (*Juglans regia* L.)- це високе могутнє дерево родини горіхових (*Juglandaceae*) (до 30-35 м заввишки) з шароподібною, розлогою кроною. Товстий гіллястий стовбур вкритий ясно-сірою корою з поздовжніми тріщинами. Молоді пагони блискучі оливково-сірі з круглими, опушеними бруньками. Листки великі чергові (20-40 см завдовжки), непарно-перисті з 7-11 листочками, з яких верхній найбільший. Листочки цілокраї, яйцеподібні, влітку темно-зелені, блискучі, зісподу матові, при розтиранні з приємним характерним запахом. Квітки одностатеві, рослини однодомні. Тичинкові квітки з 5-6-лопатевою простою оцвітиною і 8-40 тичинками, зібраними у пониклі, рожево-зелені сережки, що розвивають я на торішніх пагонах. Маточкові квітки поодинокі або зібрані по дві-три верхівкові, з простою 5-6-роздільною оцвітиною. Маточка одна, з нижньою зав'яззю, коротким стовпчиком з дволопатевою торочкуватою приймочкою. Плід — несправжня кістянка, дуже різноманітної форми: від округлої до яйцеподібної (до 5 см завдовжки, до 3 см завширшки). Зовнішня оболонка плода зелена, м'ясиста, внутрішня — дерев'яниста, зморшкувата, ребриста. В Україні поширений у садово-паркових культурах, у лісових насадженнях, як плодова супутня порода, в лісосмугах і придорожніх посадках. Заготівля можлива в місцях вирощування.

Волоський горіх - це дерево, кожен елемент якого багатий корисними для організму людини вітамінами і мікроелементами, такими як: стероїди, дубильні речовини, алкалоїди, хінони, ефірна олія, ароматичні вуглеводні, вітамін С.

Ядра горіха містять пектинові, дубильні та фарбувальні речовини, клітковину, вітаміни А1, З, Р, Е, групи В, каротиноїди, а також фітонциди. Багаті вони й мінеральними речовинами: фосфором, калієм, кальцієм, сіркою, магнієм, залізом, марганцем, алюмінієм, цинком. У меншій кількості в них містяться йод, бор, мідь, кобальт, хром, фтор, стронцій. А в листі волоського горіха виявлені кавава кислота, вітаміни С і Е, каротиноїди, серотонін, мінеральні речовини й навіть нікотин.

Вміст вітаміну С у волоських горіхах перевищує в кілька разів вміст його в цитрусових і чорній смородині, а тому вживання його в їжу знижує ризики простудних захворювань

Препарат волоського горіха Юглон в офіційній медицині використовують у вигляді розчинів і мазей (для лікування туберкульозу шкіри, при епідермофітії, а також поразках шкірних покривів стрептоковою і стафілоковою інфекцією). Також його призначають при лікуванні екземи, лішаїв, а також пародонтозу ("слабкі ясна"). Для нормалізації обміну речовин п'ють настій з листя волоського горіха. Волоські горіхи дуже багаті натрієм, тому їх корисно включати в раціон людям, які страждають порушенням кровообігу. Настій листя волоського горіха приймають при склерозі мозкових і серцевих судин. Ефективно загоює рани, опіки і ураження шкіри горіхове масло.

Лікарські властивості волоського горіха: застосування після важких операцій, у відновний період; профілактика захворювань серцево-судинної системи; лікування ексудативного діатезу, рахіту, як засіб для загоєння ран; вітамінний засіб; при хворобах шлунка й кишківника; як в'яжучий і бактерицидний засіб.