



# Эхинацея, но не пурпурная

*Эхинацея - сегодня очень модное растение. В аптеке появилась масса препаратов с ее «участием», есть даже один отечественный, выпускаемый из травы эхинацеи пурпурной, -*

*Эстифан. Но кроме эхинацеи пурпурной в медицине Западной Европы используют еще один вид - эхинацею бледную (Echinacea pallida). Так же, как ее более популярная родственница, она обладает свойством повышать иммунитет, что очень важно при воспалительных и инфекционных заболеваниях.*

*Но у нас, к сожалению, этот вид распространен мало.*

Так же как и пурпурная, она родом из Северной Америки, где издавна использовалась индейцами как противовоспалительное, при фурункулах и укусах змей.

От эхинацеи пурпурной она отличается более узкими, ланцетными сильноопущенными листьями, жесткими и шероховатыми на ощупь. Цветки с более округлым донцем и длинными игольчатыми «лепестками». Окраска их может быть самой разнообразной: от темно-розовой, красной до светлой, почти белой. Цветет эхинацея бледная с июля до самых заморозков. Ее цветочные корзинки без язычко-

вых цветков хорошо использовать для сухих букетов.

Лекарственным сырьем являются как трава, заготовленная во время цветения, так и корни, которые выкапывают осенью. Кстати, еще один плюс этого вида корни у нее похожи на морковку и почти не ветвятся, а следовательно, их гораздо легче мыть. Корни можно выкапывать со 2-3-го года жизни.

В корнях содержатся эфирное масло, фенолкарбоновые кислоты, полисахариды, инулин, эзинакозид, а в траве - еще и флавоноиды. Как и эхинацею пурпурную, бледную назначают при гриппе, простудных заболеваниях, хронических воспалениях суставов и т.д. Использовать ее лучше в виде спиртовой настойки: 1 часть сырья и 10 частей 70%-ного спирта. Перед приготовлением корни измельчают. Настаивают в темном месте две недели. А вот сухие корни лучше настаивать на водке или 40%-ном спирте в соотношении 1:10. Принимают по 15-20 капель 3 раза в день.

Вырастить это растение несложно. Выберите солнечный участок, заправленный перегноем (1-2 ведра на 1 кв.м). Семена сейте весной на глубину 2-2,5 см. Советую их предварительно замочить на 2 суток и поставить в темном месте, периодически меняя воду. Это на неделю ускорит появление всходов. Из сухих семян всходов приходится ждать слишком долго - дней 20-25, в зависимости от погоды. Можно 1-2 раза за лето подкормить молодые растения удобрениями (развести в ведре воды 1-2 столовые ложки аммофоски и полить).

В первый год они обычно не зацветают. При хорошем уходе на второй год цветет больше половины растений. Весной листья у эхинацеи бледной отрастают довольно поздно - во 2-3-й декаде мая. С вредителями и болезнями проблем обычно не бывает - не очень они ее «любят».

Е.Л.Маланкина,  
старший научный сотрудник ВИЛАР