



Певческая трава — слышали ли вы о таком лекарственном растении? Если нет, то возможно вам известны другие его названия — гулявник, желтец, поросычья трава, тайная горчица. Давайте же познакомимся с целебными свойствами и пользой растения, с таким загадочным названием.

Гулявник лекарственный – двулетнее травянистое растение с покрытым густыми волосками разветвленным стеблем и мелкими, желтыми цветками, собранными в удлиненную редкую кисть. Растение обладает противовоспалительными, противогинготными, мочегонными, вяжущими и отхаркивающими свойствами.

Благодаря содержанию сердечных гликозидов гулявник оказывает небольшое стимулирующее действие на сердечную мышцу. Сок растения имеет антисептическое и противовоспалительное свойства, поэтому в народной медицине его используют для заживления ранок и язвочек на коже, а также для лечения тонзиллита, ангины, фарингита и других заболеваний верхних дыхательных путей.

Рецептами от разных болезней, побочные эффектами и противопоказаниями делится кандидат биологических наук Алексей Филин в 21 номере газеты «Вестник ЗОЖ» за 2020 г.