

A close-up photograph of a dense thicket of green nettle leaves. The leaves are bright green, serrated, and have prominent veins. The background is filled with more of the same foliage, creating a textured, layered appearance. Overlaid on the center of the image is white text.

Праздник крапивы

2015

Клуб любителей крапивы



Павлиний глаз

Павлиний глаз – одна из самых привлекательных бабочек, обитающих в Европейской части России. Однажды увидев эту красавицу, вряд ли забудешь, как она выглядит! Однако, не очень многие представляют себе, как выглядят её гусеницы. Как и у других представителей семейства нимфалид, гусеница её обладает незаурядной внешностью. На черном фоне контрастный белый узор, а спинка покрыта множеством крупных устрашающих выростов.

Бабочки питаются на таких растениях, как скабиоза, лопух, бодяк и др. А вот гусеницы предпочитают всё ту же крапиву двудомную! На одном растении крапивы может кормиться до 300 гусениц.



Гусеница павлиньего глаза

Семена крапивы и их дегустаторы

На одном растении крапивы двудомной созревает до 2 0000 семян. Этими семенами любят полакомиться многие птицы: снегирь, чижи, чечётки, синицы лазоревки и воробьи. И даже сороки в зимний период не отказываются от такого корма.



Синица лазоревка

Ученые Великобритании обнаружили, что семена крапивы двудомной присутствуют даже в рационе питания европейских ланей.



Лань европейская

Мы привыкли к тому, что заросли крапивы (крапивники) – это довольно неприятное место для человека. Однако, в этих растительных сообществах обитает множество разнообразных птиц и насекомых. Например, всем известная бабочка-крапивница использует исключительно крапиву двудомную как растение-хозяин. Она откладывает от 60 до 100 штук яиц на её листьях, и гусеницы, появившиеся через 10 дней из этих яиц, питаются листьями. Они черного цвета с двумя желтыми полосками по бокам. Обычно они оплетают паутиной верхнюю часть растения и поселяются в этом своеобразном укрытии целой группой. Взрослые бабочки – крапивницы питаются соком фруктов и цветочным нектаром таких растений как маргаритки и астры.



Крапивница

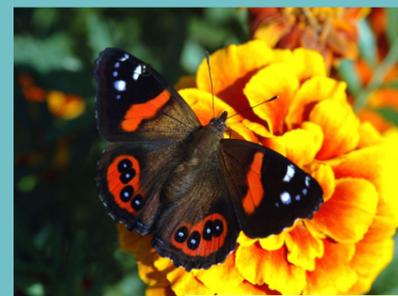


Гусеница крапивницы



Красный адмирал

пятнами! Недаром её Владимир Набоков, известный русский писатель и энтомолог, произведении «Бледный огонь». Кормовыми растениями гусениц являются: крапива двудомная и крапива жгучая, а также хмель и чертополох.



Новозеландский Красный адмирал



Улитка кустарниковая

Но не только бабочки, а также и некоторые моллюски предпочитают крапиву другим растениям. Например, улитка кустарниковая обожает лакомиться крапивой.

А вот еще один любитель зарослей крапивы. Маленькая птичка – крапивник. Её длина – 9-10 см. Своеобразный облик с торчащим вертикально вверх коротким хвостом и тонким, слегка загнутым клювом выделяет её из множества других птиц. Эта маленькая пичужка обладает таким сильным и красивым голосом, что её трели сравнивают с песнями соловья или канарейки. Латинское название птицы в переводе с древнегреческого означает «живущий в пещере» или «троглодит». Своё название птица получила из-за формы гнезда, напоминающего небольшую пещерку, которую они строят в труднопроходимых зарослях различных растений, в том числе и крапивы. Интересно, что самцы крапивники строят не одно, а сразу 6-12 гнезд, для того, чтобы продемонстрировать свои способности самке. Однако гнезда эти они не отделяют окончательно, а ждут, когда самка выберет подходящее жилище из всей коллекции. И только тогда неутомимый хозяйственный крапивник завершает свой архитектурный шедевр с помощью мха, сухих листьев или лишайников.



Крапивник



Птенцы крапивника в «пещере»

Немного экзотики

В заросли новозеландской крапивы устрашающей или онгаонга не рискуют забираться обычные домашние животные, очень опасна она и для человека. Однако, некоторые дикие животные, например, лисий кузу или щеткохвост прекрасно ладят с этим жгучим растением и поедают его листья с большим аппетитом! Поскольку у них выработалась устойчивость к токсинам, содержащимся в её листьях. Лисий кузу относится к семейству кустусовых и проводит большую часть жизни на деревьях.



Онгаонга



Гусеница углокрыльницы

Редкие виды крапив не обязательно охранять не только по причине их малой численности. Любое редкое растение – это важный компонент растительного сообщества, а также пищевой цепи. Например, крапива шелковицелистная – эндемик Канарских островов не только редкий вид, но и очень ценное кормовое растение для местной фауны. Редкая бабочка тенистых лавровых лесов мниотипе Шумахера использует этот вид как растение-хозяин.



Крапива шелковицелистная



Мниотипе Шумахера



Нижняя сторона крыла углокрыльницы

Ещё одна интересная бабочка – углокрыльница С-белое также использует крапиву двудомную в качестве кормового растения для своих гусениц. Окраска крыльев у бабочки не очень изысканная – в коричнево-оранжевых тонах, но у неё есть отличительная особенность: на испode крыльев белый рисунок в виде буквы С. Отсюда и её странное название. Вылупляются гусеницы из яиц, которые откладывает бабочка по одному на лист крапивы. У гусениц очень яркая внешность – они покрыты шипастыми выростами и имеют контрастную окраску из желтых и черных пятен, по спине проходит широкая белая полоса. Принимая угрожающую позу она становится похожа на маленького сердитого дракончика.

Крапива и её родственники

Род Крапива

В настоящее время ученые выделяют порядка 50 видов растений, относящихся к этому роду. И большая часть из них произрастает в Северном полушарии. В России насчитывают 10 видов крапивы, наиболее известные и широко распространенные представители – крапива двудомная и крапива жгучая. Однако, немногие знают, что в нашей стране растут и другие представители этого рода. Например, на Дальнем Востоке – крапива узколистая, на Севере России и в Центральной Азии – крапива опушенная, а также крапива Сондена (Сибирь).

А на юге России произрастает крапива киевская, основной ареал которой приходится на территорию Украины. Этот вид внешне напоминает крапиву жгучую, но отличается от неё заостренными листьями. Кроме того, этот многолетник необычен тем, что растет на низинных болотах, в озерах на глубине до 1.5 метров! Поэтому крапиву киевскую относят к земноводным растениям. Есть среди крапив и такие, у которых жгучие волоски отсутствуют. Например, крапива опушенная. Особо жгучими свойствами среди отечественных представителей рода обладает крапива коноплевая, листья которой сильно рассеченные.



Крапива Сондена



Крапива жгучая



Крапива двудомная

Ветроопыляемые

Строение мужских цветков крапивы связано с их ветроопыляемостью. У них есть интересная особенность – 4 тычинки в почке согнуты внутрь, но при раскрытии цветка, тычиночные нити резко выпрямляются, при этом пыльники растрескиваются и рассеивают пыльцу вокруг.

Американское растение – пилея мелколистная также внезапно выстреливает пыльцой при созревании пыльников, а поскольку цветки раскрываются по очереди, то со стороны это похоже на выстрелы крошечных артиллерийских орудий, отсюда название этой пилеи – «артиллерийское растение».



Мужские цветки крапивы двудомной



Крапива скальная



Крапива Тунберга

Крапива Тунберга произрастает в Китае и на Тайване. Её китайское название «кусающий кот» связано всё с теми же жалящими свойствами, а латинское название посвящено ученому Карлу Тунбергу. У редкой крапивы скальной, произрастающей на о. Сицилия интересные ромбические листья. Этот вид – эндемик острова. А шаровидные соплодия итальянской родственницы К. шариконосной удивят всех, кто думает, что все крапивы похожи друг на друга! Ещё одна гостья из Италии – крапива перепончатая с соцветиями ярко-розового оттенка.



Крапива киевская



Крапива опушенная



Крапива коноплевая



Крапива узколистая

Жгучие и опасные

Каждый из нас хотя бы раз в жизни сталкивался со жгучими свойствами крапивы двудомной. Стоит задеть рукой это растение, как на коже появляются волдыри от ожога и кожа начинает чесаться.

Если заглянуть в микроскоп и посмотреть на лист крапивы под сильным увеличением, то можно увидеть волоски, которыми покрыта его поверхность (трихомы). Рассмотрим строение отдельного волоска, который образован крупной длинной клеткой, с тонким заостренным кончиком, завершающимся шариком. Это и есть стрекательная клетка. Её содержимое – это муравьиная кислота, гистамин и ацетилхолин. Основание волоска погружено в своеобразную чашу, образованную мелкими клетками. Длинная клетка похожа на ампулу, верхушка которая при соприкосновении с кожей обламывается, а содержимое, проколов кожу, попадает внутрь ранки. Именно гистамин вызывает воспаление в коже. Ученые подсчитали, что на 1 мг веса крапивы приходится около 100 стрекательных клеток.

Но свойство крапивы двудомной обжигать кожу не столь опасно для человека, как например, свойства её родственниц, лапортеи гигантской и лапортеи шелковицевой. Ожоги, вызываемые листьями этих тропических деревьев, по-настоящему опасны для жизни человека и многих животных.



Крапива перепончатая



Крапива шариконосная

По степени токсичности не отстает от лапортеи и один из самых необычных представителей рода Крапива, произрастающий в Новой Зеландии – крапива устрашающая. Её также называют крапивное дерево или онгаонга. Это маленькое дерево или кустарник, достигает 3 м в высоту, а его листья и стебли обладают настолько сильными обжигающими свойствами, что от его ожогов иногда гибнут животные и даже люди. Однако, несколько видов местных животных обладают устойчивостью к токсинам и поселяются в зарослях крапивы устрашающей.

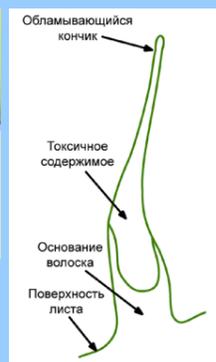
Они размножаются вегетативно!

Многие виды из семейства крапивных размножаются вегетативно при помощи ползучих корневищ, корневых отпрысков или клубней. Так в роде Крапива обычны ползучие корневища, с помощью которых растения быстро заселяют нарушенные местообитания. Наиболее простой пример – это корневища крапивы двудомной.

На Дальнем Востоке России произрастает лапортея луковичная. Это растение – родственник крапивы и также обладает жгучими волосками. Кроме того, у этой лапортеи есть необычное приспособление: в пазухах её листьев образуются мясистые почковидные клубни, с помощью которых она размножается.



Строение волоска на поверхности листа крапивы двудомной (фото и рисунок)



Лапортея луковичная



Корневища крапивы двудомной

Цистолиты в листьях

В листьях многих крапивных содержатся особые образования, которые ученые называют цистолитами. Они состоят из карбоната кальция и обладают самой разнообразной формой – палочек, шариков, V – образные, звездчатые, а некоторые даже похожи на колбасу! Для каждого вида растений характерна особая форма цистолитов. Например, вот так под микроскопом выглядит цистолит, образовавшийся в клетках тропического представителя семейства крапивных – пилеи квадратной.



Цистолит пилеи квадратной



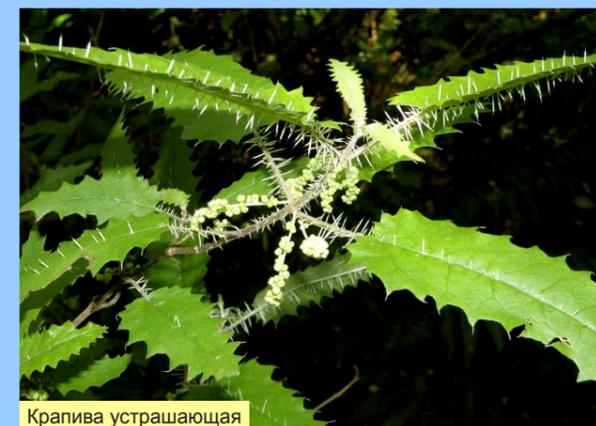
Лапортея шелковицевая (плоды)



Лапортея шелковицевая



Лапортея гигантская



Крапива устрашающая

Крапивный протест Жюль Клемана

Как известно, французы отличаются оригинальным чувством юмора, французская изящная шутка может быть жгучей, словно крапива. Очередное подтверждение этого факта – сад крапивы, созданный Жюлем Клеманом.

Сад крапивы находится в небольшом французском городке Мелль, что между городами Ньор и Пуатье (департамент До-Севр). Этот оригинальный сад был создан по случаю Биеннале современного искусства в 2007 году (память об этом событии хранят гигантские скульптуры из черного дерева, которые высются в парке среди разнотравья). В 2011 году сад был расширен, в нем установили обучающие экспозиции, рассказывающие о сортах крапивы, способах ее использования в садоводстве.



Известным ландшафтным дизайнером Жюлем Клеманом совместно с Изабель Орикост было найдено оригинальное и относительно недорогое решение: не перепахивать пустоши, не устраивать на них газоны и клумбы, а использовать естественный севооборот и местные растения, чтобы воссоздать уголок природы, по которому горожанам было бы приятно прогуливаться. Крапива, пустырник, коровяк, вербейник, камыш, вейник и другие неприязательные растения стали основой обновленного ландшафта.



Акцент на крапиве Клеман решил сделать потому, что в январе 2006 года во Франции был принят закон, запрещающий использовать в сельском хозяйстве так называемые неутвержденные вещества. Под это определение наряду с действительно вредными химикатами попала и крапива, точнее крапивный настой, который веками применялся во всех садах Европы. Садовая общественность Франции выступила с протестами, а Жюль Клеман в знак протеста против таких действий президента Саркози разорвал все контракты с правительственными учреждениями в области садоводства. Более того, свое создание в Мелле Клеман назвал «первым в мире политическим садом». Бунтарь по природе, он так вдохновился идеей протеста, что начал разрабатывать концепцию «садов сопротивления».

Точное название сада, созданного Клеманом в Мелле, — Сад воды и крапивы, что лишнее раз подчеркивало важность чистой воды как в жизни людей так и при развитии сада. Речка Пинье протекает в пределах городской черты последовательно через четыре пруда. Когда-то это был грязный поток. Сейчас в прудах высажены водные растения, которые являются естественными очистителями воды, они также насыщают ее кислородом. В прудах появилась водная фауна, долина оживила. Вернулись птицы и мелкие звери.



В центре сада крапивы на деревянной платформе висит некая установка сюрреалистической конфигурации, предназначение которой вряд ли поймет неискушенный человек. Это устройство для получения того самого крапивного настоя, из-за которого прокатились протесты по всей Франции. Хорошо виден сетчатый конус, являющийся последним звеном в производстве средства.

Рецепт для бытового приготовления настоя таков: килограмм свежих листьев крапивы заливается 10 литрами воды, содержимое емкости тщательно перемешивается и выстаивается несколько дней. Затем жижу фильтруют и разливают для хранения. Используют ее как средство против вредителей, стимулятор жизненной силы растений, натуральное удобрение, а также добавляют в компосты.



Ежегодно с 15 июня по 30 июля на рыночной площади Мелля активисты «крапивного сопротивления» бесплатно делятся с любителями садоводства крапивным настоем. Распространение этого средства на коммерческой основе карается штрафом в 30 000 евро.

Крапиволистные растения в ландшафтном дизайне

Крапива, а также её родственники – растения из семейства Крапивных, не используются в традиционном ландшафтном дизайне и декоративном садоводстве. Однако во многих садах можно увидеть привлекательные растения, напоминающие своим внешним обликом крапиву.

Пожалуй, одно из самых красивых и популярных декоративно-лиственных растений – **колеус Блюма** (*Plectranthus scutellarioides*) из семейства Яснотковых, часто называемое в разговорной речи «крапивка». Родина этого растения – тропические регионы Азии и Африки, юг Северной Америки. Коренное население Мексики использовало колеус Блюма в культовых целях, благодаря его психоделическим свойствам. Известно большое количество сортов колеуса Блюма, которые выращиваются как однолетняя декоративная культура. Мелкие цветки колеуса невзрачны, зато листья обладают разнообразной яркой окраской, выразительной фактурой и формой, способной конкурировать по декоративным качествам со многими красиво цветущими растениями. Колеус можно использовать для оформления разнообразных клумб, рабаток и цветников совместно с другими однолетними и многолетними культурами, но особенно эффектно выглядит сочетание ярких колеусов с однотонными декоративно-лиственными растениями, злаками, а также однолетние цветники, полностью оформленные колеусами разных гармонирующих друг с другом сортов. Колеус Блюма подходит для оформления цветочного партера в саду регулярного (французского) стиля, с помощью низкорослых компактных сортов возможно создание арабесок на газонах и других сложных орнаментов. Возможно использование колеусов для посадки в контейнеры для оформления летних террас, балконов и лоджий. Иногда колеус Блюма выращивают как недолговечное комнатное растение, быстро теряющее декоративный вид. Колеус Блюма – теплолюбивое и светолюбивое растение, предпочитает в саду открытые места, размножается с помощью черенкования и посева семян на рассаду, с последующей высадкой растений в открытый грунт в мае.

Яснотка или «глухая крапива» – широко распространенное, известное каждому растение из семейства Яснотковых. Дикие виды произрастают в Европе, Северной Африке и Азии. Некоторые виды этих растений имеют декоративную ценность, на их основе получены также декоративные сорта. Яснотки – неприхотливые многолетние растения, предпочитающие тенистые и влажные места в саду. Яснотки отлично подойдут как почвопокровные растения, для оформления пристволовых кругов деревьев, а также для композиций тенистых участков парков в ландшафтном (английском) стиле. Яснотки хорошо сочетаются с большинством распространенных теневыносливых растений, таких как ландыши, купены, бузульники, хосты и т.д. Дикие виды ясноток лучше выращивать в тени под деревьями, декоративные сорта привлекательнее выглядят на полутени. Размножаются декоративные яснотки вегетативным путем с помощью черенкования.



Разнообразие сортов колеуса Блюма



Использование колеуса Блюма в цветнике



Яснотка крапчатая (*Lamium maculatum*)
предпочитает полутень



Яснотка орвала (*Lamium orvala*)
вырастает до 50 см в высоту

Многие популярные садовые растения из семейства Яснотковых, напоминающие внешне крапиву, выращиваются в садах как лекарственные и полезные, однако их тоже можно использовать в декоративных целях. Всем известные **мята перечная** (*Mentha piperita*), **мелисса лекарственная** (*Melissa officinalis*), **котовник кошачий** (*Nepeta cataria*) будут уместны в саду, оформленном в стиле аптекарского огорода. Такие сады обладают особым колоритом, а также несут практическую и образовательную функцию. Душистые растения из семейства Яснотковых можно использовать также для сада ароматов. Эти растения несложно вырастить рассадным способом из семян.



Колеус Блюма и другие растения в оформлении летней веранды



Композиция с колеусом Блюма в контейнере



Цветущий колеус Блюма в контейнере



Сад лекарственных трав по проекту Артема Паршина («Аптекарский огород»)



Котовник кошачий (*Nepeta cataria*)

Из истории использования крапивы человеком

«Где поселится человек, там появится крапива».



Таррант М. Яснотка. (сер XX в.)



Сеур А. Илл. к сказке Г.-Х. Андерсена «Дикие лебеди», 1966 г.



Величко Л. Цветущая крапива. 2010 г.



Прыгунов Л. Крапива, 1990-е гг.



Пластов А.А. Тройка. Ребятишки у речки, сер. XX в.

История использования крапивы человеком восходит к древним цивилизациям. Вездесущее жгучее растение использовалось в самых разнообразных сферах, в особенности в медицине и ткачестве.

Крапива на протяжении тысячелетий была одним из самых популярных лекарственных средств. Одни из наиболее ранних упоминаний восходят к античному миру. Плиний (22 [24] — 79 г. н.э.) отмечал великолепные кровоостанавливающие свойства крапивы, Диоскорид (ок. 40 — ок. 90 г. н.э.) применял крапиву для лечения мочекаменной болезни, при желудочно-кишечных расстройствах, гнойных и аллергических заболеваниях, Гален (129[131] — 200 [217] гг.) предлагал использовать крапиву в качестве средства от выпадения волос. Она упоминается в «Каноне врачебной этики» Авиценны (980 — 1037 гг.), где рекомендуется крапивной золой с солью лечить укусы собак, листья, перетертые с уксусом прикладывать на нарывы, а их отваром, приготовленном на ячменной воде «удалять находящиеся в груди густые соки». Наиболее ценными считались семена крапивы, помогавшие при лечении легочных заболеваний, астмы и «холодного плеврита». В одном из наиболее популярных трудов по средневековой лекарственной терапии, дидактической, медико-ботанической поэме итальянского ученого, врача и поэта Одо из Мена (Odo Magdunensis). «О свойствах трав» (XI в.) крапива упомянута как четвертое лекарственное растение. Ей посвящены 45 стихотворных строк, больше, чем другим растениям: «Соком крапивных семян если голову смазывать станешь... выпаденье волос прекратится. Взятые жатвы порой и сушеное семя крапивы будет полезным лекарством во множестве случаев разных». В поэтическом «Салернском кодексе здоровья» (1480 г.), испанского врача и алхимика Арнольда из Виллановы крапива названа лекарством для суставов, легких и желудочно-кишечного тракта.

До настоящего времени крапива используется в народной медицине разных стран, повсеместно как кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство. Не зря в народе бытует мнение — «одна крапива заменяет семерых врачей». В Германии ее традиционно применяют в лечении артрита, в Австрии при заболеваниях почек, сердца, желудочно-кишечного тракта, кожи, в Эстонии при ревматизме крапивным венником ударяют распаренные в бане больные места. В украинском лечебнике «Записки о лекарствах на разные болезни» (2-я пол. XVIII в.) сказано: «Крапива такую силу содержит: ежели на живот тяжко, то наварить ее с вином и пить на-дще». При желтухе применяли вяленную крапиву и цветки ноготков, сваренные в вине. Семена крапивы с уксусом рекомендовались от «заворота головы»; корень крапивы использовали при зубной боли: «мочить двенадцать дней в горилке и пиве, на солнце сушить, прикладывать на зуб болящий».

Благодаря крепким лубяным волокнам крапива на протяжении двух тысяч лет служила ценным сырьем в производстве нитей, веревок, канатов, рыбацких снастей, парусов, ткани. Крапивное волокно обходилось дешевле льняного. Пряжа из него мягче, имеет меньшую теплопроводность (летом в крапивной одежде прохладнее, зимой теплее).

Одно из самых древних свидетельств использования крапивы восходят к скифскому времени (III в до н. э., Рыжановский курган, Киев). Древняя ткань была сплетена из волокон китайской крапивы рами, культивируемой в Китае и Японии. Европейцы узнали рами при Елизавете I только во 2-й пол.XVI в. Нидерландцы привозили нежные ткани из крапивы (Netel-Dock) с острова Явы. Во Франции ткани называли батистом. В Японии крапивный жгут из рами в сочетании с шелком был главным материалом в изготовлении самурайских доспехов, из крепчайшего крапивного волокна, крученого и натертого воском делали тетивы из луков. В Европе расцвет ткачества из привычной для нас крапивы приходился на XVI-XVII вв., пока на смену ей не пришел хлопок. Известно, что в 19 в. она еще служила сырьем для производства солдатской униформы. До конца века крапива использовалась в изготовлении корабельной оснастки. Последнее массовое использование крапивной ткани произошло в Германии и Австрии во время Первой мировой войны, связано это было с отсутствием источников льна и хлопка. В романе Ремарка «Возвращение» (1931 г.) молодой ветеран Вили, вернувшись с фронта, останавливается перед магазином мужского платья, где в витрине выставлен «костюм из бумажного материала пополам с крапивным волокном», в романе «Три товарища» (1936 г.) упоминается подшлемник из крапивной ткани. В Восточной Сибири и на Камчатке население изготавливало изделия из крапивы до начала XX в., а на Украине на протяжении всего прошлого века бедные девушки вместо цветных ниток использовали для вышивки сорочек окрашенную крапиву.

Сегодня ткачество из крапивных волокон не распространено столь широко. В странах Юго-Восточной Азии по-прежнему изготавливаются традиционные шелковистые ткани. В 2011 г. итальянский Дом моды Согро Нове начал производство одежды из крапивы. Не так давно похожие идеи появились у частных фирм в России и Белоруссии.

Широкое распространение крапивы отразилось и в литературных источниках — в известной сказке Г.Х. Андерсена «Дикие лебеди» Элиза спасла братьев, после того, как сплела для них рубашки из крапивы. Главный герой романа В. Гюго «Отверженные» Жан Вальжан стал владельцем фабрики по производству ткани из крапивных волокон. В одной из глав он изрекает: «Когда крапива еще молода, ее листья — вкусная зелень, а в старой крапиве — такие же волокна и нити, как в конопле и льне. Холст из крапивы ничем не хуже холста из конопли. Мелко изрубленная крапива годится в корм домашней птице, а толченая хороша для рогатого скота. Семя крапивы, подмешанное к корму, придает блеск шерсти животных, а ее корень, смешанный с солью, дает прекрасную желтую краску. Кроме того, это отличное сено, которое можно косить два раза в лето. А что нужно для крапивы? Немного земли, и никаких забот и ухода. Правда, семя ее, по мере созревания, осыпается, и собрать его бывает нелегко. Вот и все. Приложите к крапиве хоть немного труда, и она станет полезной; ею пренебрегают, и она становится вредной. Тогда ее убивают. Как много еще людей, похожих на крапиву! — После минутного молчания он добавил: — Запомните, друзья мои: нет ни дурных трав, ни дурных людей. Есть только дурные хозяева»

Также крапива дает природный краситель зеленого и желтого цвета, которые используются в кулинарии, парфюмерной и ткацкой промышленности (зеленый — из листьев, желтый — из корней).



Крапива двудомная. Серия этикеток спичечных коробков «Лекарственные растения», 1977 г.



Ломаяв А. Илл. к сказке Г.-Х. Андерсена «Дикие лебеди», 2009 г.



Григорьев С. Крапива. Набросок, 2008 г.



КРАПИВА В КОСМЕТОЛОГИИ



Чем объясняется польза крапивы?

Большим количеством витамина А: он обеспечивает оптимальные увлажняющие, регенерирующие и противовоспалительные свойства растения для кожи.

В крапиве много витамина С, его польза для лица неоценима – аскорбиновая кислота укрепляет стенки сосудов, способствует скорейшему заживлению ранок, увеличивает активность коллагеновых волокон.

Содержащийся в крапиве витамин К борется с воспалениями на коже лица, что способствует устранению. Этот витамин также считается природным отбеливателем, под его влиянием уменьшается яркость веснушек и исчезают коричневые и желтоватые пятна.

Каротин и калий увлажняют кожу, поэтому маска из крапивы полезна будет при сухости кожи лица.

Крапива помогает подсушить воспаления и избавляет от неровностей кожи, эти эффекты обеспечивают дубильные вещества.

Флавоноиды и органические кислоты стимулируют реакции обмена веществ, вот почему крапива полезна при желании продлить молодость лица.

Применять крапиву рекомендуется:

- для слишком сухой кожи и участков шелушения
- при увядании кожи и наметившейся сеточке морщин
- при прыщах, воспалительных высыпаниях, пятнах и веснушках

Где здоровье, там и красота

Профессиональные косметологи отводят крапиве одно из самых главных мест среди растений, необходимых для кожи лица и всего тела. Использовать ее можно при любом типе кожи, как для молодой, так и для зрелой кожи. Полезными свойствами обладает и молодая крапива, и ее высушенные листья. Из крапивы готовят отвар ухода за лицом, настой для приготовления масок, различные по воздействию лосьоны и примочки.



Крем для лица из крапивы ручной работы

Для волос

Часто используется крапива и для укрепления корней волос при выпадении и облысении, для усиления их роста, для уничтожения перхоти, против излишней сальности головы и ранней седины.

Надо иметь в виду, что применение крапивы возможно только для жирных волос, а настойки, отвары и сок слишком высокой концентрации могут слегка окрасить светлые волосы. Систематическое использование крапивы для волос поможет придать им силу, сделает волосы пышными, шелковистыми и послушными.



Косметические средства из крапивы:

- шампуни, маски, лаки и гели для волос
- крема, мази для рук
- лосьоны для лица
- мыло



Мыло из крапивы ручной работы

Осторожность не повредит!

Маски из крапивы наносятся на кожу лица не больше чем на 10 минут, иначе муравьиная кислота, находящаяся в растении, может привести к образованию ожога. Это свойство крапивы ограничивает и ее использование при слишком чувствительной коже, обладательницы такого лица могут применять лишь некрепкий отвар растения для умывания.



Маска для волос из крапивы ручной работы



В состав каких лекарств входит экстракт крапивы:
Аллохол (желчегонный препарат), Уртифиллин (заживляет раны и лечит ожоги), поливитаминные, желудочные, слабительные сборы, порошок из листьев крапивы в капсулах

В научной медицине

Листья крапивы применяются как кровоостанавливающее средство при легочных, почечных, маточных, кишечных, геморроидальных и носовых кровотечениях. Благодаря высокому содержанию витамина К и дубильных веществ препараты крапивы повышают скорость свертывания крови, а также сужают просветы кровеносных сосудов, отчего их кровоостанавливающее действие становится еще эффективнее.

Крапива двудомная и крапива жгучая используются и в гомеопатии



В народной медицине

В нашей стране и ряде стран Западной Европы крапива используется в качестве мочегонных, ветрогонных, противолихорадочных, «кровоочистительных» средств. Их назначают при различных заболеваниях пищеварительного тракта, желчного пузыря и печени, при почечнокаменной болезни, уремии, водянке, туберкулезе, бронхите, нервных припадках, золотухе, малокровии. Пьют такие лекарства при задержках и нерегулярных менструациях. Крапивой лечили дизентерию, в то же время она считается полезной при запорах. Считается, что отвар листьев крапивы снижает уровень сахара в крови, а также усиливает отделение молока у кормящих женщин.

КРАПИВА В МЕДИЦИНЕ

Какие полезные вещества содержатся в листьях крапивы?

Листья крапивы – своеобразный природный поливитаминный концентрат. Они содержат до 0,6% аскорбиновой кислоты (витамина С), до 50 мг % каротина (провитамина А), значительное количество витаминов К, В2, В3. Кроме витаминов в листьях крапивы много хлорофилла (до 8%), крахмала (до 10%) и других сахаров, солей железа и калия, а также дубильных веществ и органических кислот.

Поэтому сушку сырья крапивы нужно вести в проветриваемом, но обязательно защищенном от прямых солнечных лучей месте, чтобы они не могут разрушить часть витаминов!

Благодаря такому составу листья крапивы используют прежде всего в качестве профилактического и лечебного средства против гипо- и авитаминозов. Самый простой способ применения – добавлять порошок из сухих листьев в первые и вторые блюда.



Весной из молодых побегов крапивы можно готовить много вкусных и полезных блюд, избегая только их длительной термической обработки, что также разрушает часть витаминов.

Во многих странах крапиву используют как антигистаминное средство. Благодаря содержанию слуполетина экстракт крапивы помогает справиться с симптомами сенной лихорадки: чиханием, заложенностью носа, слезотечением.

Листья крапивы богаты хлорофиллом и солями железа, их употребление способствует повышению содержания гемоглобина в крови и увеличению числа эритроцитов. Также препараты крапивы являются хорошим тоническим и благоприятно действующим на обмен веществ средством.



Сок крапивы очень темный

Больны раны...

Издавна в русской народной медицине использовали ранозаживляющие свойства крапивы – измельченные свежие листья прикладывали к ранам, фурункулам, а соком лечили застарелые раны, свищи и язвы. Сок крапивы губителен для гноеродных микробов, стимулирует процессы грануляции и эпителизации. В наше время из листьев крапивы также получают лекарственное средство, улучшающее обмен веществ и стимулирующее ранозаживление – хлорофилл, которым листья крапивы так богаты. Существуют методы выделения его из листьев в чистом виде. Хлорофилл используется в фармацевтической и пищевой промышленности как безвредный краситель.



Благодаря способности вегетативно размножаться с помощью длинных корневищ, крапива местами образует обширные чистые заросли, удобные для заготовок сырья

Исцеляющая розга

Стебли и листья крапивы усажены жгучими волосками, острые концы которых очень хрупкие. Стоит дотронуться до нее, как жгучие волоски тут же вонзаются в кожу, а их концы к тому же обламываются и остаются в ней. Ощущение не из приятных... Но бывают ситуации, когда больные места специально «нажаливают» свежей травой крапивы – свойство крапивы «кусаться» издавна использовалось в медицинской практике как отвлекающее средство при ревматизме, радикулите и болезнях суставов.



И верхки, и корешки...

Отваром из корней крапивы двудомной в народе лечатся от фурункулеза, геморроя, отека ног, а настой корней известен в качестве сердечного средства. Засахаренный корень крапивы (сваренный в сахарном сиропе) помогает при длительном кашле.



Масло крапивы, приготовленное из корней, применяют для облегчения невралгических болей. Корень крапивы великолепно справляется с заболеваниями предстательной железы. Еще с помощью корня крапивы успешно борются со столь распространенной проблемой всех времён – с глистами.

Крапива в легендах и преданиях

Задумывались ли Вы, откуда появилось название крапива?

Происхождение слова связано с особенностью растения жалить, вызывать боль. Так, практически у всех славянских народов название восходит к праславянскому языку; в древнерусском и украинском оно звучит как кропива; в болгарском, сербском — коприва; словенском — kopriva, чешском — kopřiva; словацком — kopřiva, koprivica; местное польское наречие — kgoriwnica и т.д. Старославянское kopriva или kgoriva родственны слову окроп (сербохорватское кроп, польское ukrop) — кияток и кропить, значит обжигать. Карело-финские диалекты также указывают на подобную связь, карельское название крапивы čilahiaini как две капли воды похоже на слово čilahiaini (комар) — жалит подобно надоедливому насекомому, финское polttajaini созвучно глаголу polttoa, что означает жечь, оставлять ожог, мелкие пятна, крап. Среди народных названий крапивы встречаются: жалюга, жигучка, жалива, жегала, жегавка, стреканка, стрекава и проч. Одна из менее распространенных версий происхождения слова связывает форму kopriva с коприна (шелк), имеется в виду использование растения в качестве ценного сырья для ткачества.

Жгучесть крапивы, ее лекарственные свойства нашли отражение в мифологии и обрядовой культуре разных стран.

В Средние Века в Европе крапива входила в двенадцать магических растений. Развешенные над дверьми и окнами небольшие пучки крапивы, коврики у входа защищали от злых духов.

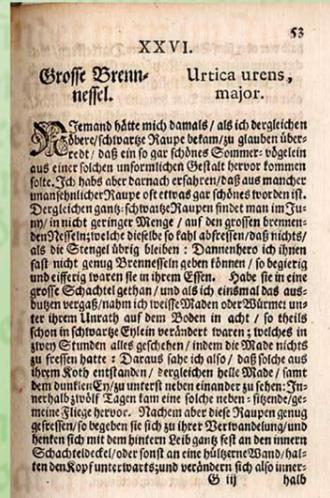
В средневековых преданиях часто встречаются свидетельства о том, что на могилах юношей и девушек, умерших от несчастной любви, вырастали «лилия, боярышник и другие цветы и деревья, а на могилах злых, завистливых людей — крапива, волчец и разные вредные зелья». Сербская легенда гласит: молодой парень, Павко, женился, а жена его невзлюбила младшую сестру Павки, Олёнушку. Решила она Олёну со свету сжить. Сначала перерезала жена горло любимому соколу Павки, затем резала вороного коня, обвиняя во всем Олёнушку. Но Павко простил любимую сестру. Тогда жена убила собственного маленького сына. Помutilся разум у Павки, привязал он родную сестру к конскому хвосту, да и размыкал по чистой полю. Где упало сердце Олёнушки, выросли маки, где синие глаза — там васильки, где русые косы протянулись — золотая розга выросла, а где сама упала — церковь поднялась, словно из-под земли выросла. Через некоторое время жена заболела и попросила Павку отвезти ее в церковь. Только по дороге начало ее тело на части распадаться. Где тело упало — там болото пролегло, а где кровь пролилась — там крапива выросла. Понял тогда Павко, что напрасно сестру загубил, да уж поздно было.

По одной из украинских легенд вступившая в брак с ужом девушка, спасаясь от преследований матери, превратилась в крапиву. Об этом растении в народе говорили, что его посеял дьявол, и она проклята. День Усекновения главы Иоанна Крестителя называется в Болгарии Иван-Коприван, поскольку по одной из легенд голова этого святого была брошена в крапиву. Издавна крапива считалась растительным эквивалентом огня, противостоящим темным силам. В этой связи особенное внимание уделялось ей в день Ивана Купалы. Крапива входила в число так называемых ивановских трав, которые по народным поверьям в эту ночь наделялись особой силой. Их собирали за полночь или на рассвете по росе, затем засушивали и использовали как средство от всех напастей, в гаданиях, лечении. В фольклорных источниках славянских народов находится множество подобных упоминаний.

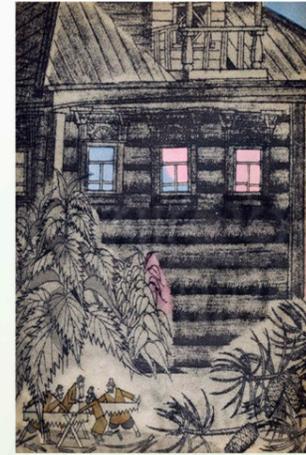
Повсеместно накануне Иванова дня в качестве оберега от нечистой силы раскладывали крапиву на окнах, на порогах, у хлевов. В обрядах купальские костры заменяли кучами крапивы (иногда к ним добавляли шиповник и другие колючие кустарники и травы), через которые прыгали для очищения. Чучело Купалы обкладывали крапивой, на нее клали солому, поджигали и прыгали через огонь, при этом водящий хлестал крапивой по ногам тех, кто не смог перескочить костер. После этого крапиву бросали в реку, озеро (на Украине). В обрядах изгнания нечистой силы старуху, изображавшую ведьму и похищавшую огонь из купальского костра, били крапивой (в Полесье). На Русальной неделе крапиву бросали в воду для защиты от русалок во время купания. Считалось, что водяной не причинит зла человеку, у которого в руках крапива (в Чехии). В восточном Полесье ряженой русалке в обряде проводов приплетали к венку длинный хвост из ветвей березы и крапивы. Во время Крапивного заговения (11 июля) на Руси устраивалась игра, в которой водящая хлестала ею пляшущих и поющих девушек по рукам.



Баркер С.М. Яснотка. Серия открыток «Цветочная азбука», 1911



Мериан М.С. Илл. из книги «Удивительные превращения гусениц», 1697



Сазонов А. Илл. к сказке Паустовского К.Г. Артельные мужички, 1974



Вышинский И.И. Илл. К сказке Андерсена Г.-Х. Дикие лебеди, 1986



Крапива издавна использовалась в качестве ритуальной пищи. Перед восходом солнца в день св. Власия в некоторых селах Болгарии варили молодую зеленую крапиву и съедали по ложке для обновения крови. Чтобы сохранить здоровье на весь год, вареную крапиву ели в первый день Великого поста, в день св. Евдокии, в день Сорока мучеников в Сербии ее съедали вместе с 40 зернами вареной пшеницы. Крапиву ели девушки во время обряда кумления (инициации) для плодородия и защиты от змея-искусителя.

У южных славян (Сербия, Босния) крапива входила в пасхальную трапезу. В некоторых местах Болгарии на Пасху ели красные яйца, после зеленую крапиву. В Юрьев день болгары и сербы произносили словесные формулы отгона болезней и пожелания здоровья: «На жизнь и здоровье, на турка горячка, на монаха лихорадка, а на попа тиф». В Сербии запрещалось есть крапиву раньше дня Сорока мучеников, а также в Страстную пятницу, так как «крапива выходит замуж», после дня свв. Константина и Елены, когда ее ели в последний раз. Перед Пасхой болгары варили крапиву и мазали ею крупный рогатый скот, чтобы он не бесновался.

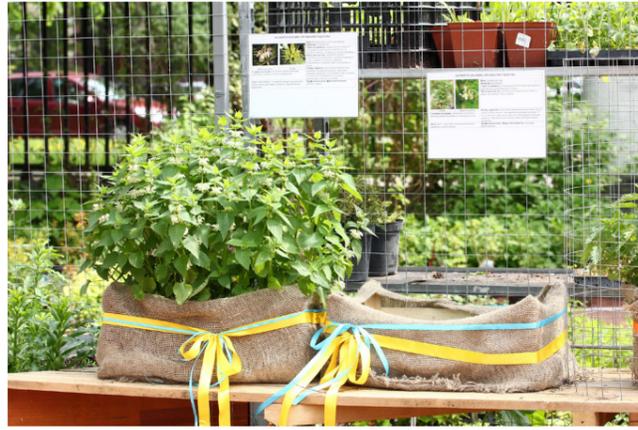
Чтобы отогнать болезни и быть здоровыми, собранную накануне Юрьева дня крапиву клали на ночь под голову. В Герцеговине хлестали себя крапивой по телу, били друг друга и ленивых детей. Кто раньше всех просыпался, тот жалил крапивой по ногам спящих, чтобы они были шустрее (сербы), бодрые и расторопные (болгары). Словенцы на Троицу будили тех, кто долго спал, ударами крапивы, подкладывали ее в постель, обвивали вокруг головы спящего, бросали пучок крапивы на крышу его дома или клали на окно. Сербы полагали, что удары крапивой в Юрьев день предохранят летом от укусов комаров.

Крапива активно применялась для защиты скота от ведьм. Южные славяне при первом выгоне стада на пастбище в день св. Георгия украшали зеленую и крапивой загоны для овец, молочную посуду перед ритуальным доением, бросали ее в подойник, «чтобы овцы не болели», «чтобы скотине, как и крапиве, ничто не вредило», чтобы молоко было жирнее. На Благовещие и в день св. Георгия в Сербии крапивой кормили скот, натирали вымя коровам и овцам для здоровья. Чтобы коровы давали много молока горшки для молока, маслянойку мыли мочалкой из крапивы, использованную сжигали, чтобы недоброжелатель не смог похитить удачу. В Моравии крапиву, собранную в день св. Яна вместе с другими растениями и корнями, сушили, смешивали с солью и хранили, затем давали овцам.

Значительное количество упоминаний о крапиве у славянских народов встречается в магических обрядах и гаданиях. Вот некоторые из них. Девушки втыкали крапиву в ворота и смотрели, куда склонится стебель. Если во двор — сидеть в «девках», если за ворота — выйдет замуж (Босния и Герцеговина). На Юрьев день маленькие девочки, качаясь на качелях, ударяли взрослых девушек по ногам крапивой, чтобы они скорее вышли замуж. В России на Иванов день заламывали крапиву «на кого-нибудь». Через несколько дней шли посмотреть: крапива, которая засохла, предсказывала смерть. В Сибири накануне Ивана Купалы девушки клали под подушку 12 трав, среди которых была крапива, с приговором, чтобы приснился суженый.

Предполагалось, что в заговорах болезнь переносится на крапиву. При лечении зубной боли на стебель этого растения наговаривали: «Матушка-крапивушка, святое деревцо! Есть у меня раб Божий, есть у него на зубах черви, а ты оных выведи; и ежели не выведешь, то я тебя вышущу; а если выведешь, то я тебя в третий день отпущу».

Представления о крапиве как о растении другого, часто враждебного мира отразились в выражениях о незаконнорожденных детях: «найти в крапиве» «рожденный в крапиве»; «прыгать в крапиву» (о нравственном падении); «скакать в крапиву» (о прелюбодеянии); «крапивница» (мать внебрачного ребенка). В народе говорили: «злое семя крапива: не сварить изъ него пива!», «с ним водиться, что в крапиву садиться», «не садись под чужой забор, а хоть в крапивку, да под свой».



БОТАНИЧЕСКАЯ БРОДИЛКА



Крапива и её родственники (стенд 1)

1. Какое растение в Америке называют “артиллерийским растением”?

2. Как называют крапиву устрашающую в Новой Зеландии?

Клуб любителей крапивы (стенд 2)

3. Какая птица строит свои гнёзда в зарослях крапивы?

Крапива в медицине (стенд 3)

4. Почему сырьё крапивы удобно заготавливать?

5. Какого цвета краску получают из вещества, обуславливающего ранозаживляющие свойства крапивы?

жёлтую зеленую коричневую

Крапива в косметологии (стенд 4)

6. Для какого типа волос обычно используют шампуни с крапивой?

сухих жирных нормальных



Крапива в легендах и преданиях (стенд 5)

7. Перечислите народные названия крапивы.

Из истории использования крапивы человеком (стенд 6)

8. Назовите литературные произведения и их авторов, в которых упоминается крапива.

Крапиволистные растения в ландшафтном дизайне (стенд 7)

9. Какое декоративное крапиволистное растение выращивают в горшках как комнатное?

Крапивный протест Жюль Клемана (стенд 8)

10. Где находится крапивный сад Жюль Клемана?

Выставка крапиволистных растений (№9).

11. Среди представленных листьев растений найдите лист крапивы и укажите его номер.

Путешествие в микромир (№10).

12. Как звали человека, в книгах которого впервые встречается латинское название крапивы *Urtica*?



БОТАНИЧЕСКАЯ БРОДИЛКА (ОТВЕТЫ)

Крапива и её родственники (стенд 1)

1. Какое растение в Америке называют “артиллерийским растением”?

пиляя мелколистная



2. Как называют крапиву устрашающую в Новой Зеландии?

о н г а о н г а

Клуб любителей крапивы (стенд 2)

3. Какая птица строит свои гнёзда в зарослях крапивы?

к р а п и в н и к

Крапива в медицине (стенд 3)

4. Почему сырьё крапивы удобно заготавливать?

Потому что она образует заросли

5. Какого цвета краску получают из вещества, обуславливающего ранозаживляющие свойства крапивы?

жёлтую ● зеленую коричневую

Крапива в косметологии (стенд 4)

6. Для какого типа волос обычно используют шампуни с крапивой?

сухих ● жирных нормальных



Крапива в легендах и преданиях (стенд 5)

7. Перечислите народные названия крапивы.

жалюга, жигучка, жегала, жегавка, стреканка, стрекава

Из истории использования крапивы человеком (стенд 6)

8. Назовите литературные произведения и их авторов, в которых упоминается крапива.

Андерсен - Дикая лебеди, Гюго - Отверженные,

Ремарк - Возвращение

Крапиволистные растения в ландшафтном дизайне (стенд 7)

9. Какое декоративное крапиволистное растение выращивают в горшках как комнатное?

к о л е у с

Крапивный протест Жюль Клемана (стенд 8)

10. Где находится крапивный сад Жюль Клемана?

г. Мель, Франция

Выставка крапиволистных растений (№9).

11. Среди представленных листьев растений найдите лист крапивы и укажите его номер.

3

Путешествие в микромир (№10).

12. Как звали человека, в книгах которого впервые встречается латинское название крапивы *Urtica*?

Плиний Старший

