

**БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ И ЛЕКАРСТВЕННЫЕ
ЗНАЧЕНИЯ РОМАШКИ АПТЕЧНОЙ (*MATRICARIA RECUTITA*)**

Аннотация

*В статье рассматриваются биологические особенности и лекарственные значения ромашки аптечной (*Matricaria recutita*). Ромашка аптечная не очень требовательно к плодородию почвы, и ее успешно выращивать на супесчаных и суглинистых почвах.*

Ключевые слова: род, вид, стебель, цветок, листья, корзинка.

Abipov Rustem Kamalovich

Assistant

Department of General Biology and Physiology

Bekbanov Atamurat Zhumamuratovich

Trainee teacher

Department of Ecology and Soil Science

Karakalpak State University named after Berdakh

The Republic of Uzbekistan

**BIOLOGICAL FEATURES AND MEDICINAL SIGNIFICANCE OF
PHARMACY CHAMOMILE (*MATRICARIA RECUTITA*)**

Annotation

*The article discusses the biological characteristics and medicinal value of chamomile (*Matricaria recutita*). Chamomile is not very demanding on soil fertility, and it can be successfully grown on sandy loam and loamy soils.*

Key words: *genus, species, stem, flower, leaves, basket.*

Ромашка аптечная или лекарственная (*Matricaria recutita*) – это представительница травянистых растений семейства Астровых, или Сложноцветных, относится к роду Ромашки. Данный род объединяет около двадцати видов невысоких пахучих трав, цветущих в первый год жизни.

Корень ромашки аптечной тонкий, ветвистый и стержневой, стебель прямостоячий, полый, ветвистый, высотой до 60 см. Листья очередные. Корзинки до 2 см в диаметре с белыми цветками. Цветоложе коническое, полое. Внутренние цветки желтые, трубчатые, обоеполые. Цветет с конца мая по сентябрь.

Плод — продолговатая, буроватозеленая, согнутая на верхушке с 5-ю ребрами семянка без хохолка. Масса 1000 семян 0,026-0,053 г.

Ромашка аптечная — имеет широкий ареал распространения. Родиной ромашки аптечной является Южная и Восточная Европа. Она широко распространена в Болгарии, Югославии, Греции, Италии и Испании. Цветочные корзинки содержат до 0,8 % эфирного масла темно-синего цвета, в состав которого входит хамазулен. При хранении эфирного масла хамазулен окисляется кислородом воздуха, и масло вначале становится зеленым, а затем бурым.

Ромашка аптечная не очень требовательно к плодородию почвы, и ее успешно выращивать на супесчаных и суглинистых почвах.

Ромашка аптечная — светлюбивое растение. Длина вегетационного периода 70 - 80 дней. Для нормального роста и развития ей необходим «длинный» день с высокой интенсивностью освещения.

Прорастание семян начинается при температуре 2...4 °С, оптимальная температура 20 °С. Для полного набухания семян необходимо до 450 % воды по отношению к их массе. Поэтому получение дружных всходов возможно только при хорошем обеспечении семян влагой в первые дни после посева.

Широкий спектр действия препаратов ромашки на организм обусловлен ее сложным и разнообразным химическим составом. Препараты ромашки

оказывают противовоспалительное, антисептическое и небольшое обезболивающее действие. Ученые считают, что эти свойства ромашке придает азулен. Спазмолитическое и седативное действие ромашки обусловлено апигенином.

Под действием препаратов ромашки наблюдается усиление желчеобразования, уменьшение спазмов желудочно-кишечного тракта, процессов брожения. Под действием ромашки уменьшается отек. Растение оказывает выраженное противоязвенное действие, стимулирует процессы регенерации и заживления тканей.

Эфирное масло ромашки несколько усиливает и углубляет дыхание, учащает ритм сердечных сокращений, расширяет сосуды головного мозга. Масло ромашки в низких дозах оказывает бактериостатическое и бактерицидное действие на грамположительные бактерии и заметное фунгицидное действие на *Candida albicans*. Обнаружена активность масла и его отдельных компонентов в отношении дерматофитов. Многие источники указывают на эффективность ромашки при микозах. Самый сильный антибактериальный эффект был у (-)-а-бизаболола.

Ромашка аптечная оказывает противовоспалительный и антисептический эффекты при наружном применении, при приеме внутрь – успокоительный, потогонный, спазмолитический, что полезно при различных простудных заболеваниях и проблемах пищеварения.

Ромашка аптечная (*Matricaria recutita*) оказывает нижеследующие действие:

- - выраженная успокоительный, седативный эффект, за счет чего помогает справляться со стрессами и депрессиями;
- - защищает миокард от внешних влияний и обладает кардиопротекторным эффектом,
- - нормализует кровообращение, стимулирует деятельности головного мозга;
- - регулирует пищеварительную систему;

- - защищает слизистые оболочки, стимулирует регенерацию, обладает антисептическим эффектом;
- - помогает в улучшении сна, стимулирует повышение работоспособности;
- - помогает в укреплении стенок артерий, препятствует развитию атеросклероза;
- - обладает антиаллергическим действием.

А также в составе ромашки присутствуют натуральные спазмолитические и обезболивающие компоненты, они помогают расслаблять гладкие мышцы, устраняя дискомфортные ощущения в органах и тканях [3].

Многие специалисты утверждают, что ромашка аптечная также имеет противопоказания: нельзя ею сильно злоупотреблять

Поэтому ромашку запрещено применять при наличии:

- ✓ - индивидуальной непереносимости определенных ее компонентов и аллергии на растение;
- ✓ - хронических поражений почек, тяжелых заболеваний органов;
- ✓ - обострения язвенной болезни как кишки, так и желудка;
- ✓ - диареи неизвестного происхождения;
- ✓ - серьезных психических расстройств [2].

В косметике и дерматологии масло используют в кремах, лосьонах для ухода за сухой, чувствительной кожей, масло осветляет, отбеливает, питает, разглаживает кожу и придает ей естественный цвет.

Использованные источники:

1. Кароматов И.Дж., Бадритдинова М.Н., Язмурадов Ф.А. ромашка аптечная известное лекарственное растение// Электронный научный журнал «Биология и интегративная медицина» №7 – июль-август (24) 2018
2. Ромашка аптечная// <https://www.kp.ru/putevoditel/zdorove/romashka-aptechnaya/>
3. Ромашка аптечная// <https://ru.wikipedia.org>