

18+

*Александр Кандия*

*Редкие растения  
Крита. Книга 2*

*Описание  
и лекарственные  
свойства*

Александр Кандия

**Редкие растения Крита.  
Книга 2. Описание  
и лекарственные свойства**

«Издательские решения»

## **Кандия А.**

Редкие растения Крита. Книга 2. Описание и лекарственные свойства / А. Кандия — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-682700-4

Вторая книга о редких растениях Крита продолжает описание представителей флоры этого далекого острова, лежащего посреди Средиземного моря. На протяжении тысячелетий здесь формировалась особая флора, изолированная от материковой части Европы. Сегодня большая часть этих растений находится под угрозой исчезновения. На протяжении тысячелетий, люди на своем опыте узнавали о токсичных или лекарственных свойствах этих растений. Читатель узнает также и о лекарственных свойствах этих растений.

ISBN 978-5-00-682700-4

© Кандия А.  
© Издательские решения

## Содержание

|   |    |
|---|----|
| Введение  | 6  |
| 110. Критопсис делилеана. <i>Crithopsis delileana</i>                                   | 8  |
| 111. Шафран Картрайта. <i>Crocus cartwrightianus</i>                                    | 10 |
| 112. Шафран критский горный. <i>Crocus oreocreticus</i>                                 | 14 |
| 113. Шафран Зибера. <i>Crocus sieberi sieberi</i>                                       | 16 |
| 114. Крестовница крупноколосная. <i>Crucianella macrostachya</i>                        | 18 |
| 115. Повилика. <i>Cuscuta atrans.</i>   | 20 |
| 116. Цикламен греческий, критский. <i>Cyclamen graecum candicum</i>                     | 22 |
| 117. Цикламен персидский. <i>Cyclamen persicum</i>                                      | 25 |
| 118. Цикламен критский. <i>Cyclamen repandum creticum.</i> ( <i>Cyclamen creticum</i> ) | 28 |
| 119. Цимодоцея узловатая. <i>Cymodocea nodosa</i>                                       | 31 |
| 120. Чернокорень сфакийский. <i>Cynoglossum sphacioticum</i>                            | 33 |
| 121. Волчягодник жасминоподобный. <i>Daphne jasminea</i>                                | 35 |
| Конец ознакомительного фрагмента.   | 36 |

# **Редкие растения Крита. Книга 2 Описание и лекарственные свойства**

**Александр Кандия**

© Александр Кандия, 2025

ISBN 978-5-0068-2700-4 (т. 2)

ISBN 978-5-0065-4754-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Введение

Дорогой читатель!

Ты держишь в своих руках вторую книгу, посвященную редким растениям острова Крит. Это значит, что ты, так же как и я, любишь природу и восхищаешься ей.

Мир флоры, до сих пор, остается малоизученным и таинственным миром на нашей планете. Каждый год ученые открывают новые виды растений.

Мы каждый день сталкиваемся с представителями этого мира, когда шагаем через парк или идем в лес, когда поднимаемся в горы или спускаемся на морское дно.

Растения появились на Земле еще задолго до людей и задолго до динозавров. Многие виды исчезли, многие изменились, как например, папоротник, и приспособились к современным условиям жизни, а многие, такие как хвощ, гинкго, секвойя – не изменились совсем.

На протяжении всего своего существования, человечество использовало разные виды растений в качестве пищи, приправ, лекарств и, к сожалению, ядов.

Многие поколения людей методом проб и ошибок находили лекарственные или ядовитые свойства того или иного растения.

С давних времен во всех странах уважением пользовались ведуньи и лекари, способные вылечить разные недуги с помощью трав или настоев.

К сожалению, сегодня фитотерапия не имеет такого распространения, как это было еще 200 или 300 лет назад, когда люди не знали о химических таблетках и лечились в природной аптеке!

Сегодня исследователи путешествуют в глубины океана, космонавты летают в космос, ученые исследуют геномы человека или животных, пытаются узнать неизведанное.

Но! Незаведанное рядом с нами! Вернее, у нас под ногами. Это мир растений – мир флоры!

Мы часто проходим по саду или полю, наступив на какое-то растение. Для многих флора делится на цветы, траву, кусты, деревья. Но каждая такая «травинка» – это уникальный организм, который улучшает процесс аэрации почвы (насыщение почвы воздухом), поглощает углекислый газ и выделяет кислород в атмосферу, является кормом для разных животных, птиц и насекомых и самое главное – является природным, здоровым лекарством без большого количества побочных явлений.

– А почему эта книга описывает именно редкие растения Крита? – Может спросить меня читатель.

Вот уже более четверти века я живу на этом прекрасном и загадочном острове, затерянном в Средиземном море.

На этом острове прекрасно все – природа, история, культура, море, еда, песни, люди.

Здесь произрастает большое количество растений. Некоторые из них были завезены людьми, такие как финиковая пальма, араукария, эвкалипт, кактус опунция. Но есть и такие, которые произрастали на этом острове с незапамятных времен.

Многие из них сейчас находятся под угрозой исчезновения из-за не совсем разумной деятельности человека, выпаса коз и овец, изменение климата.

Вполне возможно, пройдет еще сотня лет, и некоторые прекрасные и эндемичные (которые произрастают только в этом месте) растения исчезнут навсегда с лица острова.

Результатом скрупулезного и многолетнего исследования флоры острова Крит, собирания информации по крупицам из разных источников и стала эта книга «**Редкие растения Крита**».

Чтобы узнать о лекарственных свойствах растений, мне приходилось находить старых знахарей в горных удаленных деревнях острова и долго беседовать с ними. Некоторые из них

охотно делились той информацией, которой владели, чувствуя видать, что современный мир потерял интерес к их вековым знаниям, которые они получили от своих предков.

Но все из них утверждали, что нет в мире болезни, которую нельзя было бы вылечить фитотерапией. Лишь надо знать, как и чем лечить, и в каких количествах. А здесь уже они мне свои секреты не раскрывали!

Данная книга не является медицинским справочником или руководством по лечению той или иной болезни.

**Приведенные сведения о свойствах растений носят ознакомительный характер и не являются медицинской рекомендацией. Перед применением требуется консультация специалиста.**

Цель данной книги познакомить читателя с малоизвестным миром флоры, который существует на острове Крит много тысяч лет, а также показать, что каждое растение может приносить пользу человеку!

Если в описании какого-то растения нет упоминания о его лекарственных свойствах, то это не значит, что оно бесполезно, а это значит, что его свойства еще не раскрыты. Придет время, и люди узнают его секреты!

Этот труд я посвящаю своей маме, Маргарите Васильевне, и папе, Анатолию Петровичу, которые с детства заинтересовали меня миром флоры и фауны и научили любить и уважать природу, независимо от того – где ты живешь!



## 110. Критопсис делилеана. *Crithopsis delileana*



*Растение находится под защитой закона.*

Однолетнее растение, произрастающее на засушенных территориях, заброшенных полях, песчаных почвах. Высота стебля до 15—20 сантиметров. Период цветения с марта по май. Цветки мелкие, зеленые. Листья длинные, около 4—6 сантиметров длиной.





## 111. Шафран Картрайта. *Crocus cartwrightianus*



*Редкий вид эндемичного растения.*

Специфическое латинское название *cartwrightianus* отсылает нас к имени английского посла в Константинополе Джона Картрайта, который собирал это растение на острове Тинос.

Шафран – многолетнее луковичное травянистое растение, достигающее в высоту 5 см. Имеет 6 белых или фиолетовых цветков с ярко выраженными темными ребрами, которые не закрываются на ночь. У него 3 пыльника, желтые и длинные в крапинку, ярко-оранжевого или красного цвета, которые выходят наружу и свисают над околоцветником. Луковица цветка окружена нитевидной или сетчатой оболочкой. Листья тонкие, ланцетные, зеленые, по 6—12 на каждой луковице, распускаются одновременно с осенне-зимними цветами. Цветет в октябре-декабре.

**Крокус Картрайта** – эндемичный вид шафрана для южной Греции, где растет на каменистых известняковых скалах, холмах, зарослях кустарников и редких низинных сосновых лесах, на высоте до 1000 метров над уровнем моря. Распространен на западном Крите (Ханья).

**Крокус Картрайта** является предполагаемым диким предком культивируемого триплоидного **крокуса** сативус (**шафран**), **шафрана** Козани. Вероятно, впервые он появился на Крите. Происхождение из Западной или Центральной Азии, хотя часто и подозревалось, было отвергнуто ботаническими исследованиями.

Есть свидетельства того, что это растение культивировалось на древнем Крите, по крайней мере, со среднеминойской эпохи, о чем свидетельствует фреска под названием «Собиратели крокусов», датируемая 16 веком до н.э. найденная на мысе Фира, изображающая двух женщин, собирающих крокусы.

Буддийские монахи использовали **крокус** для окрашивания тканей. В древней Греции цветками **крокуса** осыпали постели, принимали **шафрановые** ванны, использовали его, как мощный афродизиак, парфюмерный ингредиент и ароматизировали вино. Гиппократ упоминал в своих трудах **шафран**, как средство от многих заболеваний. Восточные женщины издревле использовали его в своих рецептах красоты. **Крокус** добавляют для окрашивания и в качестве ароматического компонента в колбасы, сыры, чай, спиртные напитки.

**Шафран** обладает уникальными свойствами и оказывает благотворное воздействие на работу всех органов и систем нашего организма. В небольших количествах он избавляет от меланхолии и депрессии, способствует выработке гормона радости – серотонина.



**Шафран** – отличный спазмолитик, противосудорожное, мочегонное и противовоспалительное средство. Помогает быстро устранить похмельный синдром, улучшает память, нормализует пищеварение, усиливает потенцию у мужчин. В древности пряную настойку давали женщинам во время менструации и перед родами, чтобы облегчить боль. Шафраном лечили сухой бронхит, корь и коклюш. Его целебным настоем промывали гнойные раны, обрабатывали фурункулы.



В современной медицине эту специю используют для приготовления глазных капель и некоторых настоек общеукрепляющего действия. Активно изучаются ее антимуtagenные свойства, и способность противостоять развитию раковых опухолей.

В виде настойки пряность принимают внутрь или применяют наружно (ванны и примочки). Для лечения дыхательных путей рекомендуется вдыхать ее аромат. С мигренью и бессонницей боролись, раскладывая тычинки или цветки крокуса возле подушки или разжевывая одну нить перед сном.

**Шафран** улучшает структуру кожи, омолаживает, тонизирует, увлажняет и питает ее, поэтому производители косметики добавляют эфирное масло крокусов в кремы, тоники, лосьоны, маски для волос и тела, шампуни и сыворотки. Парфюмеры нередко делают акцент на нотах **шафрана** при создании новых ароматов.



## 112. Шафран критский горный. *Crocus oreocreticus*



*Эндемичное растение, находящееся под угрозой уничтожения и под защитой.*

Луковичное растение с коротким стеблем. Имеет от 7 до 15 узких листьев с белой прожилкой в центре. Цветы фиолетовые или пурпурные с темными прожилками. Внешняя сторона лепестков с желтоватым или серебристым оттенком. Произрастает на открытых участках в горах на высотах до 2000 м. На Крите встречается в центральной и восточной части острова, в основном в горах Псилоритис и Дикти. Период цветения октябрь – ноябрь.



## 113. Шафран Зибера. *Crocus sieberi sieberi*



*Эндемичное растение, находящееся под угрозой исчезновения.*

**Крокус Зибера** это многолетнее травянистое луковичное растение.

Высота 7,6—10 см. Листья тёмно-зелёные.

Цветок колокольчато-воронковидный. Цветение с января по май. Произрастает на Крите на каменистых склонах и пастбищах на высотах от 1300 до 2400 метров над уровнем моря. Полиморфный подвид. Имеет несколько форм отличающихся деталями окраски цветков. Цветки белые с продольным фиолетовым пятном на внешних лепестках и жёлтым горлом.

**Крокус Зибера** выращивают в садах как декоративное растение из-за его цветков. Его также употребляют в пищу; в Греции клубнелуковицы употребляют в пищу сырыми – по вкусу они напоминают фундук. В Турции листья употребляют в пищу как зелень.

Произрастает в горах Лефка Ори, Ида, Дикти, Омалосе и Лассити.



## 114. Крестовница крупноколосная. *Crucianella macrostachya*



*Редкое растение, находящееся под защитой закона.*

**Крестовница** – однолетнее растение высотой до 60 сантиметров. Имеет 6—8 листьев на стебле длиной 10—25 миллиметров. Нижние листья эллиптические, верхние прямые. Цветки 4—10 миллиметров вытянутой формы, желтые или зеленоватые.

Обитает на открытых участках, границах полей, у дорог в основном в приморской зоне от Малии до Агиос Николаоса на высотах до 600 м.



Цветет с апреля по июнь.



## 115. Повилика. *Cuscuta atrans*.



*Эндемичное растение, находящееся под защитой закона.*

**Повилика** не имеет корней и листьев. Стебель нитевидный, желтоватый, зелено-жёлтый или красноватый. **Повилика** обвивается вокруг растения-хозяина, внедряет в его ткань «присоски» (гаустории) и питается его соками. **Повилика** способна улавливать запах растений и таким образом находит жертву. Цветки – мелкие (2—7 мм), бывают белого, розового, зелёного цвета. Собраны в шаровидные соцветия. На Крите встречается повсеместно.

**Повилика** паразитарное растение. Как лечебное средство повилика широко использовались в древней медицине. В древние времена считали, что, если ее съесть, то она выводит флегму и черную желчь. При приеме с фиалкой выводит и желчь. **Повилика** полезна при заболеваниях мозга, нервов, головной боли, при увеличении флегмы, эпилепсии, меланхолии. Лечит все виды сумасшествия, кошмарные сновидения, психическое возбуждение, параличи, искривление лица, проблемы со слухом, суставные боли, злокачественные опухоли и все заболевания, связанные с черной желчью. **Повилика** полезна для стариков. В народной медицине многих стран **повилика** применяется как противораковое, противовирусное, спазмолитическое, противогипертоническое, антибактериальное, антиоксидантное, мочегонное средство и для стимуляции роста волос. Научные исследования выявили антипролиферативные, антиоксидантные, противовоспалительные, гепатопротективные, антибактериальные, транквилизирующие, противовирусные свойства экстрактов растения.



## 116. Цикламен греческий, критский. *Cyclamen graecum candicum*



*Эндемичное растение.*

Эндемичное растение Западного и Центрального Крита.

Произрастает на скальных склонах, возле скальных кустарников, необрабатываемых полей и границах возделываемых полей.

Листья сердцевидные и зубчатые. Цветы цветут осенью и имеют 5 лепестков, белого или розового цвета с более темным пятном наверху, часто пахнут. Основания лепестков свернуты наружу в раковины, как *Cyclamen hederifolium*.

**Цикламен греческий** (*Cyclamen graecum*) обладает лекарственными свойствами, которые в основном проявляются в его способности облегчать симптомы простуды, гайморита и других заболеваний носовых пазух. Препараты на основе **цикламена** также используются в народной медицине для лечения расстройств пищеварения, нервных расстройств и гинекологических проблем. Важно помнить, что **цикламен** содержит ядовитые вещества, поэтому его применение должно быть строго контролируемым и проводиться под наблюдением врача или фитотерапевта.

Сок клубней **цикламена** обладает выраженным противовоспалительным и противомикробным действием, что делает его эффективным при лечении воспалений в носовых пазухах, таких как гайморит и фронтит.

**Цикламен** используется для облегчения симптомов простуды, таких как насморк и заложенность носа, благодаря способности очищать носовые пазухи от слизи и гноя.

Капли на основе **цикламена**, закапываемые в нос, помогают очистить пазухи от гноя и инфекции, что способствует уменьшению воспаления и облегчению состояния при гайморите.

В народной медицине препараты **цикламена** применяются при расстройствах пищеварения, нарушениях менструального цикла у женщин, а также при нервных расстройствах.

**Цикламен** способствует улучшению кровообращения, укреплению сосудов и повышению их эластичности.

*Цикламен содержит ядовитые вещества, поэтому его применение требует осторожности и соблюдения дозировок.*





## 117. Цикламен персидский. *Cyclamen persicum*



*Растение с ограниченным ареалом, находящееся под угрозой исчезновения.*

Цикламен персидский или альпийская фиалка, дряква или свиной хлеб- многолетнее, травянистое, клубнекорневое растение, высотой около 30 см. Клубни плоской округлой формы, до 15 см в диаметре, имеют несколько точек роста.

Научное название растения происходит от формы клубней – по-гречески «куклос» – «круг».

Листья прикорневые, кожистые, сердцевидные, светло- или тёмно-зелёные с серебристым рисунком, до 14 см в диаметре, расположены на длинных красновато-коричневых черешках.

Цветки обоеполые, радиальные, пятилепестковые, нижний лепесток отогнут назад; растут на длинных, 15—20 см, цветоносах, по форме напоминает бабочку. Лепестки заострённые, изогнутые назад, иногда бахромчатые, длиной около 5 см. Цветовая гамма от белого и розового до темно-красного, бордового и фиолетового. Цветки распускаются с зимы до весны и имеют

приятный аромат. Произрастает на востоке Крита, на высоте от 0 до 1200 метров, в основном на открытых участках, часто в расщелинах голых скал, а также под кустами или старыми оливковыми рощами.

Плод – коробочка с мелкими семенами.

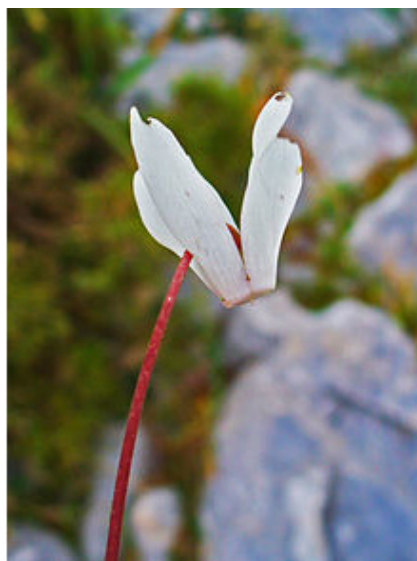


Цикламены предпочитают хорошо дренированные почвы, обогащённые органическими веществами (верховой торф).

В народной медицине со времён Гиппократ и по наши дни цикламенами лечат многие болезни. Древнейшие врачи использовали цикламен при ревматизме, гайморите, при укусах ядовитых змей. Используется в гомеопатии (при заболеваниях центральной нервной системы, женских половых органов, носа, глаз).



## 118. Цикламен критский. *Cyclamen repandum creticum*. (*Cyclamen creticum*)



*Эндемичное растение.*

**Цикламен критский** – небольшое многолетнее растение высотой около 15 см. Листья – сердцевидные, часто с грубыми зазубринами, темно-зеленого цвета с красно-фиолетовой спинкой.

Цветки полностью белые с сильным ароматом. Цветы цветут с апреля по май. Встречается по всему Криту, на скалистых местах, ручьях и берегах рек, в оврагах или под кустами, на высотах от уровня моря до 1300 метров.

**Цикламен Критский** обладает как лекарственными, так и символическими свойствами. В народной медицине его клубни используются для лечения заболеваний верхних дыхательных путей, таких как гайморит, благодаря своим противовоспалительным и противомикробным свойствам. Также **цикламен** считается символом ухода, счастья и женского начала, его часто дарят на новоселье или в знак примирения.

Клубни содержат сапонины и другие вещества, оказывающие противовоспалительное действие.

Препараты из **цикламена** обладают антимикробными свойствами, что делает их полезными при инфекционных заболеваниях, в частности, в лечении ЛОР-заболеваний.

Используется для облегчения боли, связанной с менструальным циклом и мастодинией (болезненностью молочных желез).

В некоторых культурах цикламен считается символом ухода, его дарят при переезде, смене работы или выходе на пенсию.

Считается, что **цикламен** приносит в дом женское счастье и помогает наладить отношения в семье.

Ассоциируется с богатством и удачей, часто дарится на новоселье или свадьбу.

В древности **цикламен** считался оберегом и защитой от сглаза и негативной энергии.

Сок **цикламена** используется для промывания носовых пазух при гайморите, синусите и насморке.

Препараты на основе **цикламена** применяются для лечения нарушений менструального цикла, болей в груди и предменструального синдрома.

**Цикламен** радует глаз своими яркими цветами и красивыми листьями, украшая дом. Считается, что **цикламен** способен поглощать негативную энергию и улучшать атмосферу в доме, особенно в семьях с разногласиями.

*Клубни цикламена содержат ядовитые вещества, поэтому при использовании в лечебных целях необходимо соблюдать осторожность и применять только в рекомендованных дозах.*

*Цикламен может вызывать раздражение желудка при употреблении в больших количествах.*



Некоторые сорта цикламена могут быть более чувствительны к условиям содержания, чем другие.



## 119. Цимодоцея узловатая. *Cymodocea nodosa*



*Редкое растение с ограниченным ареалом распространения.*

**Цимодеея** является морским растением.

Листья образуют пучки из 2—4 листьев и имеют цвет от светло-зеленого до серо-зеленого. Ширина листьев невелика, а длина может достигать 40 см. Корень имеет диаметр 1 мм.

Этот вид может распространяться в прибрежных водах на сравнительно небольшой глубине около 30—40 см, но также может расти на больших глубинах до 50 м. Встречается в море вдоль практически всей береговой полосы Крита.



## 120. Чернокорень сфакийский. *Synoglossum sphacioticum*



*Эндемичное растение, находящееся под угрозой исчезновения.*

Это двухлетнее карликовое растение, выносливое, с беловатыми густыми волосками и крепким древесным подземным стеблем, с вертикальным стеблем высотой до 80 см. Его листья мягкие, пушистые, широкие, ланцетные, серого цвета, которые испускают сильный мышьяный запах при растирании. Цветки мелкие, коричневато-красные и образуют зеленоватое соцветие. Соцветие до 15 сине-голубых цветков. Они содержат богатый нектар и привлекают пчел. Цветет с апреля по июль. Эндемичное растение на Крите, которое произрастает в районе Левка Ори. Место обитания: каменистые места, скальные расщелины на высотах 1700—2400 м.

**Чернокорень** использовался с древних времен как целебное растение. Считается одновременно наркотическим и ядовитым растением. Однако люди знали, что, когда трава высушена, она уже не опасна, и использовали ее как противокашлевое, смягчающее средство при диарее и коликах.

На Крите его еще называли **Каловенетиди**. Он был известен в районе Сфакия в префектуре Ретимно и в Алагни Монофаки. Критяне использовали листья этого растения из-за их целебных свойств. Их использовали в качестве припарок на поверхностные раны, чтобы избежать заражения. В случаях сильного насморка (изъязвление слизистой оболочки носа с отеком

крыльев), они сжигали листья растения на углях и вдыхали дым. Отвар из листьев использовали против болей при менструациях.

Корень и семена травы содержат эфирное масло, танин и алкалоиды циноглоссин и консолидин, которые снимают боль, но влияют на центральную нервную систему.

Корень также содержит жировой пигмент, смолистое вещество, инулин, камедное вещество, пимелиновую кислоту, гипоксалат калия, ацидат кальция и древесные волокна.

Его листья содержат аллантоин, который является важным фактором, ускоряющим процесс заживления в нашем организме. Вкус травы вяжущий и вызывает тошноту.

Семена растения созревают в августе-сентябре. Листья собирают весной первого года жизни растения. Корень заготавливают весной второго года. В терапевтических целях используются листья и корень (особенно сердцевина корня).

Свежее растение содержит циноглоссин, который токсичен для холоднокровных животных, но в то же время немного токсичен для млекопитающих и человека. Свежее растение, как упоминалось выше, ядовито, а сухое – нет.

В сухом виде листья и корни обладают противокашлевым и смягчающим действием. Они очень помогают при сухом и нервном кашле, при насморке, а также при диарее с коликами, снимают боли. Помогает при проблемах с геморроем. Растение считается очень эффективным при лечении бессонницы. Сегодня в гомеопатии используется корень этой травы.

Листья используют наружно в качестве припарок и в виде компрессов на ожоги.

Следует соблюдать осторожность при приеме **чернокорня**, поскольку его наркотические свойства проявляются после приема внутрь в большом количестве. Он также может обладать канцерогенными свойствами (хотя это растение использовалось в исследованиях для лечения рака).

Рекомендуется регулярный полив и подкормка.

Мази, спиртовую настойку, пластыри из коры и ягод растения наши предки применяли почти исключительно как наружное в качестве кожных раздражителей и нарывных средств.



Сегодня **чернокорень** известен тем, что помогает в лечении раковых опухолей. Из-за его токсичности следует применять только в медицинских целях.

## 121. Волчеягодник жасминоподобный. *Daphne jasminea*



*Находится под угрозой исчезновения.*

**Волчеягодник жасминоподобный**, также известный как волчье лыко или волчья ягода. Куст вечнозеленый и часто встречается на известняковых скалах.

Древесный вечнозеленый небольшой кустик достигает в высоту до 0,2 метра.

Листья кожистые, гладкие. Место обитания: расщелины скал, овраги и склоны.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.