



Артишок посевной – многолетнее растение, относится к семейству сложноцветных. Стебель серо-зеленого цвета, разветвленный, прямостоячий, достигает 1,5 метров в высоту. Листья большие перисто-рассеченные, снизу беловатые опушенные, сверху зеленовато-серые. Цветки синего цвета, собраны в крупные корзины. Цветет в июне – июле месяце. Плод – крупная семянка.

В лечебных целях употребляют листья и цветочные корзины артишока.

Химический состав растения

Листья артишока содержат лимонную, яблочную, молочную кислоты, витамины С, В и В12, кумарин, флавоноиды, углеводы, белок, сесквитерпеновые лактоны, соли калия, большое количество ферментов и ароматическое вещество цинарин, придающее горечь.

Фармакологические свойства артишока



Будучи в аптеке, старайтесь выбирать артишок с более высоким содержанием флавоноидов.

Применение артишока посевного

Артишок показан при заболеваниях печени, почек, повышения диуреза.

Противопоказан при наличии камней в желчном пузыре. Растение применяют также в комплексной терапии при лечении атеросклероза у пожилых людей, снижения уровня холестерина в крови человека.

Артишок имеет приятный вкус и используется для приготовления салатов в диетическом питании.

Не рекомендуется употреблять артишок кормящим мамам, т. к. он уменьшает выделение молока.

Рецепты с артишоком посевным

Настой из листьев артишока при заболеваниях печени и почек: 2 чайные ложки высушенных листьев заливают стаканом кипятка, настаивают в течение 10 минут, процеживают. Принимают по полстакана настоя за 15 минут до еды 3 раза на день.

Настойка из листьев артишока при заболевании печени и почек, употребляют также настойку листьев артишока на спирту: 50 грамм высушенных листьев заливают 100 мл этилового спирта 70% концентрации. Настаивают в течение 15 суток, процеживают. Пьют по 1 -2 ст. ложки, разводя в полстакане воды по 3 раза в день.