

Гречиха башкирская



Гречиха (*Fagopyrum rubricaulis*) широко культивируется в странах СНГ, причем основные районы находятся в средней полосе России. Гречиха – однолетнее травянистое растение высотой 50-70 см, с прямостоячим стеблем. Листья очередные, с раструбами, нижние длинночерешковые, верхние – почти сидячие треугольные или яйцевидные с сердцевидным или стреловидным основанием. Цветки душистые, собраны в кисти, образующие щитковидную метелку. Плод – трехгранный орех, односемянный, длиной 5-7 мм, коричневый.

Наземная часть содержит в качестве основного компонента рутин (3-5%), а также сопутствующего ему другие флавоноиды – кверцетин, изокверцетин и др. К сопутствующим веществам относятся фенолпропаноиды (хлорогеновая и кофейная кислоты), галловая, протокатеховая кислоты. Плоды содержат довольно много хорошо усваиваемых белков (6-12%), углеводов (крахмала – до 80%), жиров, органических кислот (лимонная, яблочная, щавелевая). Богата гречиха витаминами В1, В2, РР, фолиевой кислотой, каротином. Среди минеральных веществ наиболее характерны соли железа, фосфора, кальция, меди, йода.

Родословная гречихи красностебельной – отборы из гибридной популяции с участием красноцветкового мутанта сорта Рубра и красностебельными черноплодными биотипами. Бутоны, цветки и стебель красные, в отличие от гречихи посевной. Сорт гречиха красностебельная в условиях высокого агрофона формирует

обильную листостебельную массу, которая содержит повышенное количество флавоноидов, что широко используется в фармакологической промышленности. По данным биохимических исследований по содержанию рутина в наземной массе в гречихе корасностебельной в 1,5-2 раза выше, чем в обычной посевной, и близко к показателям традиционного сырьевого источника этого ценного вещества – Софоры японской. Содержание рутина в гречихе красностебельной составило в цветках – до 5,39%, в листьях – до 11,2%, в стеблях – до 1,26%.

Наземная часть, содержащая рутин (рутозид), относится к витаминам группы Р, что используется для профилактики и лечения гипо- и авитаминоза Р, как профилактическое лечебное средство при заболеваниях, сопровождающихся нарушениями проницаемости сосудов (атеросклероз), особенно если это заболевание осложнено повышенным артериальным давлением, а также для профилактики и лечения поражений капилляров, связанных с применением антикоагулянтов, салицилатов и других препаратов. Фолиевая кислота, содержащаяся в гречихе красностебельной, стимулирует кроветворение.

Этот сорт гречихи выведен специально именно как лекарственное растение, богатое незаменимым для здоровья сосудов рутином. В листьях содержание ценного биофлавоноида достигает 11,2%, что в 2-3 раза выше, чем в обычной посевной гречихе. Поэтому именно красностебельная гречиха эффективна при повышенной проницаемости сосудов, атеросклерозе, гипертонии, для улучшения мозгового кровообращения и профилактики инсульта. Активизируя микроциркуляцию, она, соответственно, улучшает и память. Кроме рутина, это растение снабжает организм необходимыми для нервной деятельности витаминами В1, В2, В3, В9.

Спектр полезных свойств этого сорта гречихи широк: стенки кровеносных сосудов, понижает давление, снижает уровень холестерина, является профилактикой атеросклероза сосудов головного мозга. Улучшает обмен веществ и способствует правильному питанию мозга. Улучшает память и концентрацию внимания. Помогает при физическом и умственном переутомлении и депрессии.