



Վ Ա Տ Վ Ա Խ Ո Տ /Valeriána/



Վատվախոտ (լատ.՝ *Valeriána*), կատվախոտազգիների ընտանիքի բազմամյա յուրահատուկ հոտով խոտաբույսերի ցեղ: Բույսի արմատները բազմաթիվ են, երկար և կարճ երկրորդական արմատներով: Ցողունը կանգուն է, կողավոր, սնամեջ, վերին մասում՝ ճյուղավորվող, բարձրությունը՝ 0,5-2մ: Տերևները կենտ փետրաձև են, ստորինները՝ կոթունավոր, վերինները՝ նստադիր, ամբողջական են կամ փետրաձև հատվածավորված:

Բաժակը բացակայում է: Պսակը հնգաթերթ, բաց վարդագույն է կամ սպիտակ: Առեջները երեքն են: Ծաղկաբույրը վահանանման կամ հուրանանման է, ծաղիկները՝ մանր, բուրավետ, սպիտակից մինչև մուգ վարդագույն: Ծաղկում է մայիսի վերջերից մինչև սեպտեմբերի սկիզբը: Պտուղը երկարավուն-ձվաձև, բաց գորշագույն, փուփուլավոր սերմիկ է (ունի հաճելի հոտ, որից կատուները գրգռվում են, այստեղից էլ՝ կատվախոտ անվանումը): Առավել տարածված է դեղորայքային կատվախոտը (*Valeriana officinalis*): Արմատի թուրմն ու մզվածքն ունեն սիրտանոթային համակարգի աշխատանքը կարգավորող, նյարդերը հանգստացնող, մարսողությունը լավացնող ներգործություն:

Հայտնի է ավելի քան 200, ՀՀ-ում՝ 6 տեսակ՝

Կատվախոտ դեղատու (*V. officinalis*)



կատվախոտ սխտորուկատերև (*V. alliariifolia*),



Կատվախոտ ավլախոտատերև (*V. sisymbriifolia*)



և այլն:

Valeriana amurensis P.SMIRN. EX KOM.

Valeriana dubia BUNGE

Valeriana fedtschenkoi COINCY

Valeriana officinalis L.

Valeriana rossica P.SMIRN.

Valeriana simplicifolia KABATH

Valeriana sisymbriifolia VAHL

Valeriana tiliifolia TROITZK.

Valeriana tuberosa L.

Valeriana wolgensis KAZAK.

Տարածված է ՀՀ գրեթե բոլոր մարզերում: Աճում է մինչև ալպյան մարգագետիններ (ստորին լեռն, գոտուց), ամենաբազմազան տիպի հողերում և ջերմային պայմաններում, սակայն գերադասում է խոնավ հողերը: Կոճղարմատում և արմատներում հայտնաբերված է 0,5-2% բնորոշ վալերիանայի հոտով եթերայուղ, որը պարունակում է վալերիանա - բորնեոլայի եթեր, իզովալերիանաթթու, բորնեոլ, միտրենոլ, կամֆեն, պինեն, տերպինեոլ, լիմոնեն, սեսկվիտերպեններ, սպիրտ, մրջնաթթու, քացախաթթու, կարագաթթու, խնձորաթթու, ստեարինաթթու, պալմիտինաթթու, այնուհետև՝ ալկալոիդներ (վալերին և խատինին), գլիկոզիդ վալերիդ, դաբաղանյութեր, շաքար, քիմիական տարրերից՝ կալիում, կալցիում և մագնեզիում, օսլա, խեժ և այլն: Պատրաստուկներն օգտագործվում են անքնության, նյարդ, գրգռվածության, սրտի ներոզի, հեղձուկի, ստամոքսաղիքային համակարգի կծկանքի ժամանակ: Օգտագործվում է նաև որպես համեմունք, ավելացնում են աղցաններին, թուրմերին, լիկյորներին և այլն: Խոտաբույսերից պատրաստվող որոշ թեյերի բաղադրամասերից է:



Կան կատվախոտի տեսակներ, որոնց ծաղիկները բաց վարդագույն են: Բուժական նպատակներով օգտագործելու համար օգոստոս-սեպտեմբեր ամիսներին հավաքում են 2 և ավելի տարեկան բույսերի արատները: Հումքը պետք է թափահարել, որպեսզի ազատվի հողից, լվանալ հոտող ջրի տակ, դիզել փոքր՝ մինչև 15սմ բարձրության թմբիկներ, իսկ 3 օրից փռել բարակ շերտով՝ փակ օդափոխվող

ծածկի տակ: Որքան դանդաղ է կատարվում չորացումը, այնքան լավ են պահպանվում բույսի օգտակար նյութերը: Բույսի եթերային յուղը հանգստացնում է ջղակծկումները, խթանում և երկարաձգում է քնաբեր դեղամիջոցների ազդեցությունը, բարձրացնում է ուղեղի կեղևում կատարվող գործընթացի արագությունը, լավացնում է պսակաձև երակում արյան շրջանառությունը, ուժեղացնում է աղեստամոքսային համակարգի աշխատանքը և լեղու արտադրությունը: Կիրառվում է որպես հանգստացնող միջոց՝ նյարդային համակարգի քրոնիկ հիվանդությունների, ընկնավորության, միգրենի, սրտի ներոզի, հիպերտոնիայի առաջին փուլի, տախիկարդիայի, ստամոքսի ներոզի, կերակրափողի սպազմի, բազեդովյան հիվանդության դեպքում: Երբեմն կարող է օգտագործվել մարդկանց հիպնոսի ենթարկելու համար: Կատվախոտն ընդգրկված է կորվալուլի, վալոկորդինի, կարդիովալենի, զելենինի կաթիլների, կամֆորա-վալերիանի կաթիլների բաղադրության մեջ:



Բուժական նշանակությունը

Բուժման նպատակով օգտագործում են բույսի կոճղարմատը և արմատները: Հավաքում են վաղ գարնանը կամ ավելի լավ է՝ աշնանը, երբ վերջացած է լինում բույսի վեգետացիան: Հավաքում են միայն երկամյա բույսի արմատը՝ հաջորդ տարվա աճի համար թողնելով նրա կողքից դուրս եկած մասողաշ արմատածիրը: Հումքը մաքրում են հողից, լվանում սառը ջրով, չորացնում լավ քամհարվող, սովերոտ տեղում կամ՝ հատուկ չորանոցում: Այն փաթաթում են թղթով ու պահում փակ ամանի մեջ՝ մինչև 3 տարի, մյուս դեղաբույսերից հեռու, որպեսզի չկլանեն միմյանց հոտը:



ԴԵՂԱՏՈՄՍԵՐ

Անքնություն, նյարդային անհանգստություն, սիրտ-անոթային համակարգի ներքո

Կատվախոտի արմատը մանրացնել, 5գ հումքը լցնել 200մլ եռացրած ջրի մեջ, 2ժ պահել ջրային բաղնիքի (թույլ կրակ) վրա: 15ր թրմել, քամել: Լրացնել նախնական ծավալը եռացրած ջրով: Խմել 100մլ՝ առավոտյան և քնելուց առաջ՝ գոլ վիճակում, մեղրի հետ:



Սրտացավ, միգրեն, հիստերիա, ընկնավորություն



Կատվախոտի 1թ/գ մանրացրած արմատը 8ժ թրմել սառը (նախօրոք եփած) 200մլ ջրում, քամել, խմել 1 ճ/գ՝ օրը 3-5 անգամ, ուտելուց 1ժ առաջ կամ հետո:

Ներքո

Կատվախոտի չոր արմատը փոշիացնել, խմել կեսական գրամ, օրը 3 անգամ, ուտելուց 20ր առաջ:



Դաշտանադադարի շրջան



5գ մանրացրած արմատը 2ժ թրմել 200մլ եռացրած ջրում, քամել: Խմել 100մլ՝ առավոտյան և քնելուց առաջ: Լայն կիրառում ունի կատախոտի արմատից պատրաստված ոգեթուրմը:

Երեխաներին նշանակում են ոգեթուրմ` 2-3 կաթիլ դոզայով կամ` հոգնայի ձևով` փորի սաստիկ ցավերի, փսխումների և ցնցումների ժամանակ, իսկ ընկնավորության դեպքում երեխային լողացնում են դեղաբույսի եփուկի մեջ:

Ուկրաինական ժողովրդական բժշկության մեջ կատվախոտն օգտագործվել է որպես նյարդերը հանգստացնող, մարսողությունը լավացնող, ճիճվամուղ, փքահան, քունը կարգավորող, լուծը և սրտխփոցները վերացնող միջոց: Առանձին դեպքերում այն օգտագործվում է հոգեկան ընկճվածության, ընկնավորության, իսկ կոմպրեսի ձևով` ակնախոտի հետ, նաև աչքի բորբոքումների ժամանակ:

Ռուսական ժողովրդական բժշկության մեջ կատվախոտը լայնորեն կիրառվում է հիսթերիայի, միգրենի, սրտի շրջանի ցավերի, սրտի արատների, խորեայի, ընկնավորության, նեյրոզեն գերհոգնածության, կլիմակտերիկ արյունալեցումների ժամանակ, ինչպես նաև` ծանր հիվանդություններ տանելուց հետո, որպես ախորժակը դրդող և ընդհանուր կազդուրիչ միջոց:

Հակացուցումներ

Էնտերոկոլիտ, արյան բարձր մակարդեղիություն, թրոմբոֆլեբիտ, իշեմիկ ինսուլտ կամ սրտամկանի ինֆարկտ: Խորհուրդ չի տրվում պատրաստուկներն անընդմեջ օգտագործել 2 ամսից ավելի:



Կիրառման եղանակը

Ջրաթուրմ պատրաստելու համար 6-20գ հումքը 30ր թրմել 180-200մլ եռման ջրում, հովացնել, քամել և խմել 1ճ/գ` օրական 3-4 անգամ, կամ` 6-10գ հումքը 6-8 ժ թողնել 200մլ սառը ջրում, ապա խմել 1ճ/գ` օրական 3 անգամ:

Եփուկ պատրաստելու համար 10գ հումքը եռացնել 300մլ ջրում 15ր, հովացնել, քամել և խմել 1ճ/գ` օրական 3 անգամ, կամ` 5գ արմատը 250մլ ջրում եռացնել և թողնել 2ժ, ապա խմել 100մլ, առավոտյան և երեկոյան, ցանկալի է մեղրով, կամ` 2թ/գ մանրացրած արմատը 1 բաժակ ջրում եռացնել 5ր, հովացնել, քամել ապա խմել 1ճ/գ` օրական 3-4 անգամ: Ավելի մեծ դոզաներով եփուկները (օրինակ. 20գ հումքը` 200մլ ջրին) օժտված են ավելի արտահայտված հանգստացնող հատկությամբ: Ոգեթուրմ պատրաստելու համար հումքը 1÷5 հարաբերությամբ խառնել 70% սպիրտի հետ, թրմել 2-3օր, ապա քամել և ըմպել 20-30 կաթիլ` 3-4 անգամ: Թանձր մզվածքը և ցինկ-կատվախոտային միացությունը բաց են թողնում դեղատներում դեղահաբի և փոշու ձևով, որոնք ընդունվում են 20-60մգ` օրական 3 անգամ: Արմատափոշին ընդունում են 1-2 գ` օրական 2-4 անգամ:



Այս հրատարակությունը (խմբագրությունը) ներկայացնում է «Հայաստանի գյուղական համայնքներում ագրոկենսաբազմազանության պահպանության և օգտագործման միջոցով կենսաապայմանների բարելավում» ծրագրի արդյունքների մի մասը: Գլոբալ էկոլոգիական Հիմնադրամի (ԳԷՀ) կողմից աջակցվող սույն ծրագիրը համակարգվում է Բիովերսիթի Ինթերնաշնալի (IPGRI) կողմից ՄԱԿ-ի շրջակա միջավայրի ծրագրի իրականացման աջակցությամբ (UNEP):