

СЪДЪРЖАНИЕ

I		
В ЗОРАТА НА ЦИВИЛИЗАЦИЯТА		01
II		
ПОЗНАНИЕТО ЗА СПАСИТЕЛНИТЕ БИЛКИ		07
III		
БОРБАТА С БОЛКАТА		23
IV		
ОТРОВНОТО БИЛЕ И СЪННАТА БОЛЕСТ		27
V		
ЧУДОДЕЙНАТА СИЛА НА БЛАТНОТО КОКИЧЕ		35
VI		
КРАЛИЦАТА НА БИЛКИТЕ		39
VII		
ЛАВДАНЪТ - МИТИЧНАТА СМОЛА НА ДРЕВНОСТТА		47
VIII		
СКАЛНАТА РОЗА В ПОЛЕЗРЕНИЕТО НА НАУКАТА		57
IX		
ЗАЩИТНА СТЕНА СРЕЩУ ВИРУСИТЕ		83

X	
БОРБАТА С COVID-19 -	
КАК СВЕТЪТ ОТВЪРНА НА НОВАТА ПАНДЕМИЯ?	95
XI	
ГРИПЪТ - ПОЗНАТИЯТ И НЕПОЗНАТ ЗИМЕН ВРАГ	119
XII	
РОЛЯТА НА <i>СЛЪНЧЕВИЯ ВИТАМИН</i>	145
XIII	
МИСТЕРИОЗНАТА ЛАЙМСКА БОЛЕСТ	159
XIV	
ПАЗИТЕЛКАТА НА СЪРЦЕТО	177
XV	
ЗДРАВ СТОМАХ - ЗДРАВО ТЯЛО	203
XVI	
ИЗВЪН ОБРЪЧА НА РАКА	231
XVII	
КРАСОТАТА, ИДВАЩА ОТВЪТРЕ	261
XVIII	
КАК ДА СИ ПРИГОТВИМ ЧАЙ?	269
XIX	
БЪДЕЩЕТО НА ХЕРБАЛНАТА МЕДИЦИНА	277





I

В ЗОРАТА НА ЦИВИЛИЗАЦИЯТА

Веднъж, по време на своя лекция¹, американската антроположка *Маргарет Мийд*, посветила голяма част от живота си на изучаването на примитивните култури, била попитана от свой студент: *Кой е най-ранният белег на цивилизация?* Присъстващите очаквали отговори, като откриването на желязото, керамиката, инструментите, воденичният камък, оръжията или земеделието, но отговорът ѝ бил изненадващ. Най-ранният белег на цивилизация според нея бил намерената от археолозите човешка бедрена кост (*фемур*) с добре зараснала фрактура, датираща отпреди 15 000 години. При древните племена излекуването на такова счупване, без достиженията на съвременната медицина, би отнело шест седмици. Време, през което пострадалият е останал в покой и грижата за него е поел друг член на племето –

¹ Тази случка е спомената в книгата на Dr. Paul Brand и Philip Yancey *Fearfully and Wonderfully Made*. Zondervan, 1980.

превързвал е счупеното, ловувал е вместо него, събирал е плодове, обгрижвал го е и го е защитавал до неговото възстановяване. И така, *Маргарет Мийд* смята, че именно помощта на изпадналия в беда дава истинското начало на цивилизацията, и най-вече умението да лекуваме счупените кости, като израз на способността за състрадание, кооперативност и социална организираност на общността. Грижата за ранения до неговото възстановяване бележи нивото на развитие на човешките общности. В животинското царство никое животно не би оцеляло със счупен крак достатъчно дълго, за да успее да се възстанови – то не би могло да избяга от опасностите, да ловува и да търси вода – а това го обрича на сигурна гибел, защото ранените животни според природния закон стават плячка на хищниците.

Но зарасналата човешка кост разказва друга история. Един човек е помогнал на друг, вместо да го изостави, поемайки риска да постави в опасност своя собствен живот. Това е повратен момент в изграждането на цивилизацията ни, но същевременно е и зората на новозараждащото се лечителство и ясно говори за висотата и сложността на социалната спойка между хората в древните общества и усещането им за дълг. *Дъгълт*, като гарант за солидарната помощ между отделните членове на общността, както и на вярата, че добруването на всеки един зависи от добруването на всички останали, че алтруизмът, както времето и усилията, посветени на другите, ще се върнат по същия начин при нужда.

Поели по пътя на взаимопомощта и загърбили закона на джунглата, в ума на тогавашните хора е проблиснало прозрението, че за да си помогнат, могат да използват и външни средства за облекчаване на болката и лекуване на тялото. Така те насочили усилията си да ги открият и приложат. Вероятно донякъде случай-

ността, а донякъде и нуждата да намерят спасение от болестите са ги довели до откриването на лечебните свойства на растенията. В началото употребата им е била инстинктивна и основана най-вече на опита и грешката, за да се натрупа и с времето да се превърне в солидна и предавана от поколение на поколение лечителска традиция.

Разсъжденията и на грузи антрополози върху силата на племенния дълг потвърждават, че историята със здравялата счупена кост, разказана от *Маргарет Мийд*, далеч не звучи фантастично, а показва съзнателния избор, навирал цивилизационния път, по който човекът е поел.

Датският писател *Петер Фройхен* разказва как веднъж след неуспешен лов на моржове се прибрал вкъщи много гладен. Един от успешите местни ловци го изненадал, като му оставил няколкостотин паунда месо. Докато му благодарял, ловецът го прекъснал възмутено с думите: *Тук, в нашата страна, ние сме хора! И понеже сме хора, си помагаме. Не обичаме за това да ни се благодари. Това, което имат аз днес, утре може да имат и ти. Тук, на Север, казват, че с подаръци човек създава роби, а с катиници създава кучета.*² В общностите си ловците са избягвали да създават отношения на *дадено* и *взето*, на *получено* и *дължито*, и не защото не са умеели да пресмятат. Забележителното е, че те са приели да основат своята човечност на взаимната подкрепа, като са я превърнали във фундамент на живота и общността си, а както е видно, и на съвременната цивилизация.

Храната, която са яли хората, независимо дали е била събирана в дивата природа, или отглеждана в уседнали агрокултурни общности, развили се след събира-

² Graeber, David. *Debt: The First 5000 Years*. New York, Melville House Publishing, 2011.

чеството, от незапомнени времена е съдържала значително количество ядливи растения. Те били ползвани както за *храна*, така и като *поправки*, и с *лечебна цел*.

Растенията имат най-голямото видово разнообразие на Земята и са доминирали в земната история милиони години преди нашата поява. Първите от тях – предимно *търхове* и *лишеи* – се появяват преди 470 милиона години, а първите *гървета* – преди 370 милиона години. За сравнение, най-старите останки от нашия вид – *Homo sapiens*, открити в Мароко през 2017 г., датират отпреди 300 000 години.

Оказва се, че сме били преки свидетели на съвсем нищожна част от изминалата земна история³ – едва на 0,002% от нея.

От хилядолетия ние, хората, използваме лековитите билки – известни като *медицински растения* (от англ. medicinal plants) – за основно средство при лечение на почти всички заболявания. Затова и производът на хербалната медицина, която ги ползва, или *фитотерапията* (*хербализма*), е дребен колкото най-старото ни познание за целебната им сила.

Историческите свидетелства сочат, че растенията са били използвани от древните хора още от старокаменната ера, в периода на средния палеолит.⁴ Най-старото доказателство за това е открито през 1968 г. в праисторически разкопки на възраст около

³ Преди 65 милиона години катастрофален сблъсък с астероид изчиства от лицето на Земята не само динозаврите, но и почти всяко животно с тегло над 25 кг. Измирането на големите хищници дава шанс на бозайниците да се развият и да населят планетата.

⁴ Палеолитът, този най-ранен етап от развитието на човешкото общество, обхваща 95% от познатата ни праистория и завършва едва около 8000 г. пр.н.е.

65 000 – 80 000 години⁵ на територията на Северен Ирак, в пещерата Шанидар. То свидетелства за употребата на едни от най-разпространените и използвани билки, като бял равнец (*Achillea millefolium*), метличина (*Centaurea cyanus*), кръстец (*Senecio vulgaris*), горски хвощ (*Equisetum sylvaticum*), ефедра (*Ephedra fragilis*) и слез (*Malva sylvestris*), които традиционно продължават да се използват в този регион и до днес.

Белият равнец бил много популярна билка в гревния свят. Гръцките воители са го носили смлян на прах на бойното поле за лечение на кървящите им рани. Силният кръвоспиращ ефект му спечелва имена като *bloodwort*, *herba militaris*, *knight's milfoil* и е използван от войниците дори по времето на Американската гражданска война (1861 – 1865).

Но подобни гревни свидетелства за употребата на билките има и в Европа. По стените на пещерата Ласко във Франция учените откриват над 600 рисунки на животни и лечебни растения, изрисувани от обитавалите я гревни хора. Рисунките в нея са на възраст близо 17 000 години.

Предполага се, че праисторическите хора са наблюдавали животните, които консумирали определени растения, за да се *самолекуват* и така открили кои растения могат да помогнат и на тях.

Намрупаните познания те предавали от поколение на поколение чрез устната традиция и ритуалите, докато най-накрая достигнали епохите на гревните цивилизации на Вавилон, Египет, Древна Гърция и Китай, където били записани.

⁵ Solecki, R. Shanidar IV, a Neanderthal flower burial in northern Iraq. *Science*, 190, 880–881, 1975.





II

ПОЗНАНИЕТО ЗА СПАСИТЕЛНИТЕ БИЛКИ



В *книжните епохи*, които следват в човешката история, откриваме богати писмени източници, като един от най-древните, описващ приготвянето на билкови лекарства, е шумерската клинописна колекция от *Нипур* (*Nippur*), датирана отпреди 4400 години. Тя се състои от 15 вида рецепти, включващи над 250 вида билки, някои от които съдържат силни *алкалоиди*, като *так* (съдържащ *опиум*), *хиосциамус* (черен блян или попадийка) и *мандрагора*, съдържащи *атропин* и *скополамин*.⁶

След изпичането им клинописните плочки, върху които шумерите записвали познанията си, се превръщали в твърда керамика и така били запазени през хилядолетията. Затова и достигналите до нас медицински текстове от Месопотамия са повече, отколкото тези от Древна Гърция и Рим. Половината от запазените над 1000

⁶ Kelly, Kate. *The History of Medicine. Early Civilizations*. New York, Facts On File, 2009.

медицински клинописа са от библиотеката на *Ашурбанипал* и се съхраняват в Британския музей, а другата част са от личната библиотека на гревен лекар (т.нар. *асипу*) от *Асур*, открити при разкопките на неговия дом.

Друг гревен източник е *Папирусът на Еберс*, написан около 1536 г. пр.н.е. от гревноегипетски лекари – истински познавачи на лечебната сила на растенията. Той съдържа 828 хербални рецепти за лечение на различни болести, включващи употребата на над 700 различни билки. Описва дори обезболяващото действие на опиума. Днес се съхранява в библиотеката на Лайпцигския университет.

В епосите си *Илиада* и *Одисея*, създадени около 800 г. пр.н.е., *Омир* споменава над 63 растителни вида от тогавашния ареал на Минойската империя, Македония, Египет и Асирия. Някои от тези билки дори са получили имената си от митологичните образи в тези епоси. Такъв е примерът с белия оман (*Inula helenium*), наричан в нашата народна медицина *малка бяла стомохолътка* или *чернокос*, но познат и като *Elecampane*, в чест на хубавата Елена, чиято красота става повод за Троянската война. Билките от род *Artemisia*, за които се смята, че възстановяват силата на човека и поддържат здравето му, са взели името си от гръцкия корен *artemis*, означаващ *здрав*.

В Древна Гърция, по времето на *Хипократ* (459 – 370 г. пр.н.е.) – бащата на западната медицина, билколечението изживява истински разцвет. В своя трактат *Corpus Hippocraticum*⁷ той упоменава над 300 лечебни растения, подредени според тяхното физиологично действие.

⁷ *Corpus Hippocraticum* обединява над 70 книги, от които в действителност само за 6 се знае със сигурност, че са писани от Хипократ; останалите са остатък от голямата библиотека на медицинското училище на о. Кос в Гърция.

Теофраст (371 – 287 г. пр.н.е.) – друг голям древногръцки учен, наричан *бащата на ботаническата наука*, подглежда в своите трудове всичките 500 медицински растения, познати в Древна Елада по негово време. Посочва, че употребата на отровни билки е допустима чрез плавно увеличаване на дозата, започвайки от възможно най-ниската и увеличавайки я към по-високата, за да се избегне отравяне. Така *Теофраст* открива всеизвестното медицинско правило, че *дозата прави отровата* (от лат. *dosis sola facit venenum*), формулирано векове по-късно от *Парацелз* (ок. 1493 – 1541).

Митридат VI – цар на *Понт* (100 г. пр.н.е.), отделя много време за създаване на универсална противоотрова, съдържаща 54 различни съставки, тъй като през целия си живот се страхувал да не бъде отровен. На него е кръстена практиката *митридатизъм*, при която човек поглъща регулярно малки дози отровни вещества, за да развие поносимост към отровата и да избегне отравяне, когато я погълне в значително количество.⁸

Около 77 г. най-известният древен автор, писал за лечебните растения – древногръцкият лекар *Педаний Диоскурид* (40 – 90), наричан *бащата на фармакогнозията*, който като военен лекар и фармаколог⁹, придружава армията на Нерон в нейните походи, описва в своя 5-томен

⁸ Тази практика била широко използвана в древни времена. Индийският цар *Чандрагупта Маурия* подбирал красиви момичета, на които давали малки количества отрова, докато пораснат, като по този начин те ставали нечувствителни към нея. Тези девици, наричани *вишаканяс* (*виша* – отрова, *каня* – девица) били използвани като оръжие. Изпращали ги като дар на враговете, с които те правели любов, отравяли храните и напитките им и така ги убивали.

⁹ *Πεδανίος Διοσκούριδος*. Служи като военен лекар при императорите Клавдий и Нерон. Най-прочутият фармаколог на древността.

енциклопедичен труд, известен в Европа с латинското си име *De Materia Medica* (*Περὶ ὕλης ἰατρικῆς*), 657 лечебни растения, които е изучил и използвал, както и 287 други, нерастителни дроги. Дава подробно описание на всяко от тях: къде може да се намери, как да се събира правилно и начина да се приготви лекарство от него, както и какви са лечебните му свойства. Тази своеобразна древна *фармакопея* (истинският предшественик на всички съвременни фармакопеи) се използва широко, изучава се и се преподава в цяла Европа. Влиянието на тази книга засенчва дори Хипократовите трудове, като през епохата на Средновековието се разпространява на три езика сред изучаващите медицина: на гръцки, латински и арабски. Много са оцелелите до наши дни копия: арабският превод с коментари от *Ибн Ал-Байтар*, както и богато илюстрираният манускрипт, известен като *Vienna Dioscurides*, създаден в Константинопол през 512 г., но също и много гръцки копия, съхранявани в манастирите на Атон. По-детайлното изучаване на труда на *Диоскурид* показва, че в него той е събрал познания за медицинската практика на гърците, римляните и останалите древни народи от Античността. Това става ясно най-вече от имената на част от растенията, които са посочени с оригиналните им тракийски, римски, гръцки и древноегипетски наименования. Петдесет и четири от билките, описани от него, и досега са в списъка на основните лекарствени растения, съставен от *Световната здравна организация (СЗО)*.¹⁰

¹⁰ *Световната здравна организация* издава обемен 4-томен труд (*WHO monographs on selected medicinal plants*) с избрани медицински растения, върху чиито подбор работят около 200 експерти, няколко реномирани университета и над 81 здравни институции. Тези монографии съдържат описание на най-популярните използвани билки и тяхното приложение.

Плиний Стари (23 – 79 г. пр.н.е.) – съвременник на *Диоскурид*, пътува из Германия и Испания и описва в своята книга *Historia naturalis* над 1000 лечебни растения, като трюбовете и на двамата са превеждани многократно и са използвани като основен източник за употребата на билките и есенция на цялото лечителско познание в Европа чак до епохата на *Ренесанса*, в продължение на близо 1500 години.

Около два века по-късно *Клавдий Гален* (131 – 200) – най-известният лекар по времето на Римската империя, съставя първия сборник с билки с подобно действие, които могат да бъдат и взаимозаменяеми – *De succedaniis*. Въвежда доста нови лечебни растения, неописани от *Диоскурид*, например листата от червена боровинка (*Uvae ursi folium*), използвани като уроантисептик и лек диуретик дори и днес.

В същото време, ако обърнем поглед към Изтока, ще видим, че там също се е развивала една дори още по-затъбочена и многопластова лечебна традиция – на трите основни школи: **аюрведа** (древната индийска медицина, заедно със Сидха медицината), **традиционната китайска медицина** и **арабската медицина**, развивала се в периода VIII – XIII в. – *Златната епоха на арабската медицина*, когато са направени множество открития и са написани повечето книги по медицина и фармакология.

Аюрведа и *традиционната китайска медицина* остават и до днес най-древните живи медицински традиции с непрекъсната история през вековете. Признати са за легитимни традиционни медицински от *Световната здравна организация*, която е разработила критерии за нужния обучителен ценз на практикуващите ги, както и изисквания за откриване на легална практика.

В Индия аюрведичните лекари използват цялата палитра от регионални билки още отпреди 4000 г. пр.н.е.,

като първото им систематично писмено описание е направено в *Атхарва Веда*, датираща от 1500 г. пр.н.е. А първият текст, съдържащ списък с лечебните растения, е *Бхавапракаш Нигханту*, съставен през XIV в. пр.н.е.

Сушрута Самхита (सुश्रुतसंहिता), писана през VI в. пр.н.е., дава описание на 700 лечебни растения и приготвянето на лекарства от тях заедно с използването на минерални и животински съставки.

Доста подробна информация за стотици билки, прилагани в Индия, се съдържа и в *Чарака Самхита* (चरकसंहिता), писана през IV в. пр.н.е. от лекаря *Чарака* – един от основоположниците на аюрведичната медицина и най-ранният застъпник на доктрината *превенцията е по-добра от лечението*. В основата ѝ лежи идеята, че предотвратяването на заболяванията е по-добрият път към здравето от лекуването на вече възникналата болест. Споменатите две книги са основният източник на медицинските познания, които *аюрведа* ползва и до днес.

В Китай, в сборника *Бен-тс'ао Чинг* (神農本草經), който датира от 2500 г. пр.н.е. и за чийто автор се смята митичният китайския император *Шен-Нунг* (神農), се описват 365 дроги (изсушени части на лечебни растения), голяма част от които се използват и до ден днешен – корен от ревен, камфор, чаени листа, жълта тинтява, женшен, татул, канелена кора и ефедра. Всички билки са разделени в три групи, най-вече според тяхната *токсичност* (毒, 毒). Първата група, наречена *висока* (вуду, 上品), е съставена от нетоксични билки, които се използват за облекчаване на болкови симптоми, детоксикация, увеличаване на енергията *чи* и забавяне на стареенето. Тези в *средната* група (йоуду, 中品) се прилагат с повече внимание, тъй като са силни и могат да се предозират. Съдържа основно тоници и регенеративни билки, които не се

приемат продължително. И най-сетне, останалите, в *ниската група* (下品), са токсични – те изискват специално дозиране и прием, затова се прилагат при лечение на по-тежки и специфични заболявания.

През епохите този основополагащ труд е претърпял над 50 значими допълнения, достигайки до последната му, 53-томна редакция *Бен-тс'ао Канг-му* (本草綱目), издадена през 1596 г. в Нанкин, на страниците на която е описана употребата на 1892 билки, комбинирани в 11 096 билкови рецепти. Съставен е благодарение на неуморния труд на *Ли Шизен*, който систематизира познания от над 800 медицински труда, налични по негово време.¹¹

Император *Шен-Нунг* се счита и за баща на китайската хербална медицина, въвел също техниката на *акупунктурата*, която оригинално произхожда от Индия (като учение за *тарта точките* и енергийните канали – *нади*), но е пренесена в Китай от будистки монах, посветен в тайните на *аюрведа*.¹²

¹¹ Благодарение на усилията на съвременните китайски учени за събирането и опазването на достигналите до нашата епоха *бенсао* трудове, представляващи китайската *materia medica*, днес е достъпна за изучаване масивна колекция от тях, поместена в 410 тома, или 246 000 страници, включващи традиционни текстове, които датират от 220 г. пр.н.е до 1911 г.

¹² В своята книга *The Lost Secrets of Ayurvedic Acupuncture* д-р Франк Рос описва акупунктурната практика в аюрведа за която се използват златни и сребърни игли, наричани *сучи* (suchi). Те се въвеждат по същия начин, както в китайската медицина, с определена ротация, на нужната дълбочина и в конкретна акупунктурна точка, често идентична с посочената от китайските източници. Често иглата се ползва и за *токса*, като на върха ѝ се поставя топче от изсушени билки, които се запалват. Те отделят не само лечебен аромат, но и образуваната топлина се провежда в дълбочина до енергийния канал (*агни-карта*) чрез металната игла.

Индийският труд *Шива Самхита* споменава, че в човешкото тяло има 350 000 *нади* (енергийни канали), по които тече жизнената енергия *прана*, от които 14 са най-важните. Дванайсет от тях са свързани с определени органи, а другите два се считат за общи – управляващ канал (*аматия нади*) и рожден канал (*джанта нади*).

Легендата разказва също, че *Шен-Нунг* е откривателят и на чаения храст (*Camellia sinensis*). Един ден, когато бил на поход със свитата си, носени от вятъра и топлия въздух, горящи клонки от чаен храст попаднали в неговия казан за преваряване на вода за пиене, превръщайки я в чай. Така императорът случайно открил тонизиращия и подмладяващ ефект на напитката от неизвестното дотогава растение, за да остане чаят в епохите, а и до днес, най-популярната напитка в света. *Шен-Нунг* открива и друго важно негово свойство – чаят действа като противоотрова за 70 отровни билки.

Арабските лекари от средните векове също имат съществен принос за неимоверното обогатяване на медицинското познание. Те са въвели и редица нови билки в западната фитотерапия, основно заимствани от Индия, с която арабите по това време са имали интензивен обмен на стоки. Това оказва решаващо влияние на персийския лекар *Абу Бакр ал-Рази* (850 – 923), който се ражда в град Рей, разположен по средата на *Пътя на коприната* и станал средище на обмен на знания, дошли от Източна Азия и Европа. *Ал-Рази* е автор на над 200 книги по медицина, като в една от най-значимите си – *Antidotarium*, описва своята доктрина за приготвяне на лекарства. Чрез екстрахиране от медицински растения той получавал концентрат, който влагал в хапчета. Описва подробно заболяванията едра и дребна шарка и заради авторството си на първия учебник по детски болести е известен като *баща на педиатрията*.

Друг известен лекар – *Ибн Сина* (980 – 1037), по-популярен с латинизираното си име *Авицена*¹³ и познат като *Принца на лекарите*, също оставя много книги, най-важната от които е съставената през 1025 г. *Канон на медицината* (*Al-Qanun Fi at-Tibb*), в която описва действието на 760 билки, и е първият, използвал *водна дестилация*. Чрез нея добивал *розово масло*, което влагал в лекарства за лечение на различни заболявания. Не само *Канонът*, но и останалите му медицински трудове, от които са запазени около 40, се превръщат в основни учебници по медицина за следващите няколко века и се преподават в медицинските университети в *Льовен* (*Белгия*) и *Монпелие* (*Франция*) чак до средата на XVII в.

Авицена, подобно на арабските лекари и ботаници, живели след него, проправя насоката към съвременния *път на лекарството*. В един от своите текстове той обяснява: *Лекарството трябва да е чисто и да не съдържа нищо, което би намалило неговата ефективност. Изследователят трябва да тества лекарството първо върху животните, а след това върху хората. И поне при две различни заболявания, тъй като понякога то може да лекува една болест ефективно, а друга – не. Освен това качеството и дозата на лекарството трябва да съответстват на тежестта на заболяването.*

¹³ От арабското *Абу Али Ал-Хусейн Ибн Абдалаад Ибн Сина*, който е с персийски произход, роден през 980 г. в гр. Букхара и един от най-изтъкнатите учени и философи на X и XI в. Има бурна младост, с много скиталчества, престой в затвора и бягства. Живее в епоха на бурно развитие на науката и духовния живот, но също така силно политизирана и нестабилна – в зalezа на Багдадския халифат, когато тюрките покоряват Персия и арабския свят. Изучава сам медицина и според автобиографията му я определя като *не толкова трудна наука*, а на 20-годишна възраст вече е известен лекар.

Най-значим в изучаването на растенията обаче е приносът на арабския лекар и ботаник *Ибн ал-Байтар*, живял през XIII в. в Андалусия и починал в Дамаск. Плодът на неговите изследвания и пътувания той събира в масивен труд, който по-късно е преведен на латински и озаглавен *Corpus simplicia medicamentorum et ciborum continens*. В него, по азбучен ред, той описва над 1400 растения, като 300 от тях били новооткрити. *Ал-Байтар* наследява интереса си към билките и голяма част от познанията за тях от своя учител *Ал-Набати* – друг голям арабски ботаник, при когото чиракувал дълго време. Помагал му в събирането на билки из цяла Испания и така усвоил неговия раннонаучен подход в прилагането им. *Ал-Набати* провеждал подробни *клинични проучвания*, описвайки ефектите на различни билки, отделял *непроверените* от тях, за чийто ефект не успявал да намери потвърждение при своите тестове и наблюдения, и използвал останалите. В по-късните години от живота си *Ал-Байтар* се премества от Испания в Анадола и продължава да изучава местните лечебни растения. През 1224 г. е назначен от султана за главен знахар, което му дава много нови възможности да продължи да пътува, наблюдава и описва билките, растящи в Сирия и Ирак.

В Средновековна Европа изкуството на познаване, култивиране и използване на билките е пренесено изцяло в манастирите, но наборът им бил ограничен до едва 16 вида. *Кара Велики* (742 – 814) – кралят на франките, който основал известния медицински колеж в *Сааерно*, издал заповед, с която определил кои лечебни билки могат да се отглеждат на държавна земя. Около 100 са били включените в този списък растения, като същите все още са сред най-отглежданите и познати в Европа. Особен афинитет *Кара Велики* имал към салвията (*Salvia officinalis* – градински чай), която считал за *спасителна билка*. И до

днес тя е от задължителните, отглеждани във всеки католически манастир. Няколко века по-рано *св. Бенедикт* и неговият събрат *Касиодор* създали монашеска академия, където се преподавало и билкарство.

Пътешествията на *Марко Поло* (1254 – 1324) до тропическа Азия, Китай и Персия, откриването на Америка (1492) от *Христофор Колумб*, както и пътуванията на *Вашку Да Гама* (1498) до Индия донесат голямо разнообразие от лечебни билки в Европа и обогатяват ботаническите градини с нови растителни видове. През XVII в. кората от хининово дърво (*Cortex Chinae*) е внесена в Европа и бързо става популярна под формата на прах в Англия, Франция и Германия.

През 1869 г. френският фармацевт *Као-Агоаф Нативей* създава от билката червен напръстник (*Digitalis purpurea*) кардиотоничния препарат *Digitaline Nativelle* за лечение на сърдечна недостатъчност, хипертония и отоци. За работата си французинът ползва натрупаното преди него познание за ефекта на билката, основно от книгата на английския лекар *Уилям Уитеринг* (1741 – 1799), който е истинският откривател на лечебния ѝ ефект, описал подробно и токсичността ѝ.

Именно на него дължим задълбоченото изучаване на червения напръстник. През 1775 г. *д-р Уитеринг* лекува безуспешно свой пациент с тежки отоци вследствие на сърдечна недостатъчност. Вижда, че прилагането на всяко познато лечение не води до никакво подобрение. Отчаяните роднини на болния започват да му дават билкова запарка по стара семейна рецепта, съдържаща над 20 билки, и за удивление на всички, състоянието му започва да се подобрява. *Уитеринг* проявява жив интерес към билковата смес и започва да изучава ефекта на съдържащите се в нея билки една по една и така прави своето емпирично откритие, че най-вероятно той се дължи на

червения напръстник. Това поставя началото на неговото почти 10-годишно интензивно изследване, през което прилага билката под различни форми на пациентите си. През 1785 г. публикува своята книга *An Account of the Foxglove and some of its Medical Uses*¹⁴, в която систематизира клиничните си проучвания и подробно описва 156 от тези случаи. По-късно от червения напръстник са извлечени сърдечните гликозиди *дигоксин* и *дигитоксин*, които и до днес, 240 години след откритието на *д-р Уитеринг*, се използват за лечение на сърдечни заболявания.

От съвременна гледна точка се оказва, че ранният XIX в. е повратна точка в официалното признаване на медицинските растения след успешното изолиране на *алкалоидите* от *мака*¹⁵ (1803), *стрихнина* (1817), *хинина* (1820) и редица гликозиди. Това бележи началото на съвременната научна фармакология. Усъвършенстването на методите за екстракция води до откриване на хиляди нови активни субстанции, като *танини*, *полифеноли*, *етерични масла*, *витамини*, *алкалоиди*, *гликозиди*, *полизахари*

¹⁴ Още докато книгата на *Уилям Уитеринг* е под печат, неговият близък колега *Еразмус Дарвин*, търсейки второ мнение за свой пациент, се възползва от споделената от *Уитеринг* информация за употребата на червения напръстник и избързва да напише и представи в *College of Physicians in London* свой кратък труд за успешната употреба на тази билка в лечението на сърдечната недостатъчност. Този случай е емблематичен с това, че се счита за най-ранният пример на академично плагиатство в зората на съвременната медицина. След това отношенията между двамата стават много обтегнати.

¹⁵ От сънотворния мак (*Papaver somniferum*) се получава опиум – най-богатата на алкалоиди дрога, съдържаща над 40 алкалоида. Действието му се дължи основно на съдържащия се в него *морфин* и *папаверин*. *Гей Люсак* нарича изолирания от немския фармацевт *Фридрих Сертиорнер* алкалоид *морфин* – на името на бога на съня Морфей.

риди и фитохормони, извлечени от различните части на растенията: **надземни** (листа, цветове, семена, стръкове, дръжки и кори) и **подземни** (корени, коренища и грудки).

Обособява се самостоятелен клон на медицинската наука, наречена *фармакогнозия* (или *лекарствознание*, от гр. *φάρμακον* – лекарство, и *γνῶσις* – знание), която обхваща изучаването на лекарствата, съдържащи природни съставки от растителен, микробен и животински произход, използвани в лечебната практика. Тази дисциплина описва техните морфологични, химични и биологични свойства заедно с историческите познания за тях, отглеждането им, правилните техники за събиране, сушене, обработка и съхранение. Освен това фармакогнозията изучава специализирани методи за екстракция, изолиране, обогатяване, биоанализ, качествен контрол, обработка и подготовка на суровините, произхождащи от природата.

За първи път терминът *фармакогнозия* е въведен от виенския фармацевт *Йохан Адам Смит* (1759 – 1809) в посмъртно публикувания му труд *Lehrbuch der Materia Medica*, издаден през 1811 г. Впоследствие, няколко години по-късно, през 1815 г., полският фармацевт *Енотеус Сегаер* също го използва в своята книга *Analecta Pharmacognostica*.

Първоначално фармакогнозията се е занимавала с изследването и използването на суровите билки – както диви, така и култивирани. През XX в. основният ѝ аспект се фокусира върху ботаническото познание, наблягайки на описанието и идентифицирането на *биологично активните вещества*, съдържащи се в растенията. Тези съединения – независимо дали са органични, или неорганични, в минимални количества могат да окажат значителни ефекти – *лечебни* или *токсични* – върху различни живи организми, включително хора, животни, растения, микроорганизми, паразити и вируси.

В употреба са различни названия на тази медицинска наука. Във френскоговорящите страни често се използва терминът *materia medica*, докато в немскоговорящите – термини като *фармацевтична биология* или *Pharmazeutische Biologie*, също *фитохимия* и *фитофармакология*. На немски език е актуален и терминът *Drogenkunde*, който се превежда като *наука за лекарствата или суровите билки*, който е синоним на *фармакогнозия*.

Интересен факт е близката връзка между лечебните растения и съвременните лекарства, заложена дори в етимологията на думите, които използваме, за да ги означаваме. На английски *лекарство* често се означава с думата *drug*, но тя произхожда от старофренското *drogue* и старохоландското *droge* – и двете със значение *да изсуша*, тъй като първоначално сме изсушавали всички медицински растения (а оттам и названието им *drogi*), преди да ги вложим в лекарства, както и за да ги съхраним по-дълго. Със същото значение е и думата *trocken* на немски език.

В началото на XX в. учените правят друго важно откритие – оказва се, че процесът на правилно сушене на билките е от решаващо значение за запазването на активните лечебни съставки в тях. Нужно е те да се предпазят от разрушителното действие на ензимите в свежите растения и това дава съществен тласък в развитието на нови методи за стабилизиране на свежите билки, особено онези, съдържащи лесноразградими вещества. Полагат се много усилия и в определянето на перфектните условия за култивиране и обработка на медицинските растения.

Съвременните техники за изолиране и идентифициране на биоактивните молекули доведоха до бум в изследването на лечебните растения. Към момента са изучени над 5000 такива молекули, но при наличието на

над 360 000 растителни вида на Земята¹⁶ засега едва за 40% от тях е установен и документиран терапевтичен ефект, а само в 15% са открити фитоактивни съставки.

Бъдещето ще покаже колко от останалите растителни видове ще се окажат ценни за здравето ни, особено ако крият ключ към борбата с нелечимите и труднолечимите болести – *автимуни, онкологични и дегенеративни заболявания*.

Хипократ – бащата на западната медицина, казва, че *медицината е изкуството да се подражава на лечебната сила на природата*. А тя се крие най-вече в различните части на растенията – в цветовете, листата, стъблата, семената, кората, корените, но също така в минералните и растителни смоли, в етеричните масла, но и в минералите, в лечебните минерални води, дори в слънчевата светлина, чистия въздух и контакта ни с природата.

Знанието за това как да ги използваме и комбинираме, за да получим лечебен ефект, е предавано от уста на уста през епохите първо, чрез устната традиция, а впоследствие достига до нас чрез старите медицински писания.

Затова съвременната медицина има своите дълбоки корени в това древно и спасително познание, а свидетелствата за използването на билките като лекарства и днес са безчет. В следващите страници съм ви представил няколко интересни примера, които ще ви убедят в това.

¹⁶ Съществуват около 360 000 вида висши растения, известни на науката, от които около 350 386 вида (или 94%) са цъфтящи. Всяка година се откриват или описват около 2000 нови растителни вида, много от които вече са на ръба на изчезване. Въз основа на най-добрата налична оценка учените се опасават, че 21% от всички растителни видове вероятно са застрашени от изчезване в близко бъдеще.





III

БОРБАТА С БОЛКАТА

Обезболяващият ефект на листата, и най-вече на кората от *бяла върба* (*Salix alba*) е известен от поне 3500 години.¹⁷ Дължи се на съдържащите се в тях салицилати, които имат болкоуспокояващ, противовъзпалителен, антиревматичен и успокояващ ефект.

Още *Хипократ*, *Гален* и *Плиний Стари* пишат за способността на върбовата кора да облекчава болка и треска. Използвана дълго в Европа и Китай и спомената в текстове от Древен Египет, Шумер и Асирия заради лечебните ѝ свойства, *кората от върба* е едно от най-старите лечебни средства. Още келтските и германските племена са добивали *салиции*, като варили върбова кора. Известна е и сред култури, които не са имали досег с Европа по това време. *Хотентотите* в Южна Африка и индианците в предколумбова Америка използвали отвари от върба, за да лекуват треска, главоболие и артрит.

¹⁷ Montinari, M. R., et al. The first 3500 years of aspirin history from its roots – A concise summary. *Vascular Pharmacology*, 113, 1-8, 2019.

Историята на гревната ѝ употреба достига до нас през 1862 г., когато американският търговец, живеещ в Кайро, *Едуин Смит* (1822 – 1906) купува от иманяри гузина стари египетски свитъци с неизвестен произход. Направената по-късно датировка показва, че са писани около 1500 г. пр.н.е. и са най-ценната колекция от запазени гревноегипетски медицински текстове, намирани някога. Единият от тях – *Edwin Smith Surgical Papyrus*, съдържа подробно описание на 48 хирургични манипулации, а в друг – известен днес като *Папирусът на Еберс* – е първото писмено споменаване на употребата на т.нар. *tjeret*, или *бяла върба*, за облекчаване на всякаква болка.

През XVIII в. в Англия рано напролет събирали прясна върбова кора, която нарязвали, смачквали и на кисвали в алкохол, за да приготвят тинктура, с която успешно лекували *маларийна треска*.

Съвременната история на *салицилатите*, съдържащи се в бялата върба, започва през 1758 г., когато *Реверенд Стоун* (1702 – 1768), който изучава лечебните ѝ свойства в търсене на ефективен, но по-евтин заместител на скъпата кора от хининово дърво, описва тяхното свойство да понижават високата температура при пациенти с маларийна треска. През 1763 г. той представя своето изследване пред *Royal Society of London* и то е признато за първото научно описание, което доказва ефективността на върбовата кора при лечението на треска и малария.

Историята продължава век по-късно, във фармацевтичната ера, когато през 1897 г. немският химик *Феликс Хофман*¹⁸ – служител на компанията *Bayer*, в търсене на

¹⁸ Ацетилсалициловата киселина всъщност е синтезирана за пръв път още през 1853 г. – близо 50 години по-рано, от френския химик *Шарл Фредерик Герхарт*.

по-ефективно и поносимо лекарство за ревматичните болки на баща си, синтезира *ацетилсалициловата киселина*, като леко променя природната молекула, съдържаща се във върбата. Получава по-силен медикамент, който компанията *Bayer* патентова през 1899 г., а впоследствие произвежда. Под търговското название *Aspirin*¹⁹ той се продава успешно повече от 120 години. Лекарството обаче е било на косъм да бъде отхвърлено, защото директорът на фармацевтичния отдел на компанията *Хайнрих Дресер* бил скептичен по отношение на неговия лечебен ефект и възможни нежелани реакции. Последващите изследвания потвърждават ползата от аспирина и в крайна сметка той започва да се прилага като лекарство – първоначално под формата на прах, който се е разтварял във вода, а след 1904 г. и като таблетки.

Освен за облекчаване на болката и високата температура свойството му да *разрежда* кръвта го прави полезен и за намаляване на риска от сърдечен инфаркт (с 21%) и от мозъчен инсулт (с 31%). Причината е, че лекарството възпрепятства образуването на тромби и запушването на кръвоносните съдове. Помага и за лечение на хора, прекарали сърдечен инфаркт, при които намалява риска от последващ с над 50%, а смъртността – с 23%.

Едва ли има някой, който да не е чувал името на това лекарство, чиято интригуваща история започва от древните египетски лекари, които са го използвали за облекчаване на ставните болки, та до днес, когато и най-здравите казват: *Не съм вземал дори аспирин през живота си*. *Aspirin* е сред най-използваните медикаменти – всяка година по света се изпиват над 100 милиарда хапчета от него.

¹⁹ *Aspirin* е търговското название на ацетилсалициловата киселина, регистрирано от компанията *Bayer*.





IV

ОТРОВНОТО БИЛЕ И СЪННАТА БОЛЕСТ

През 1918 г. светът е обхванат от тежка групна пандемия от особено заразен и смъртоносен щам, известен като *испански грип*²⁰. Болестта се разпространява бързо и за 3 години, докато трае пандемията, взема над 50 милиона жертви, а над 30% от световното население я преболедува. Част от засегнатите обаче развиват като тежко усложнение мистериозно неврологично заболяване, известно като *летаргичен енцефалит*²¹, или *сънна болест*, непознато и неизучено дотогава в медицината състояние. В началото то започва като леко неразполо-

²⁰ Първите случаи на болестта са в САЩ и други страни в Европа, но поради наложената цензура там и прикритото ниво на пораженията единствено в Испания се говори открито и съответно вълната изглежда най-голяма там, откъдето идва и названието *испански грип*.

²¹ 100 години след откриването на заболяването и изследването му причината за появата му остава неясна. В документален филм на BBC от 2004 г. *encephalitis lethargica* е обявен за най-голямата мистерия в медицината за XX в., каквато е и досега.

жение, но бързо се стига до драматично влошаване, като пострадалите имат двойно виждане, ужасна отпадналост, сънливост и летаргия, вцепняване, силни мускулни болки и проблеми с мисленето; появяват се тежка психоза, депресия и халюцинации; немалко от пациентите потъват в кома и стават напълно неконтактни. Засегнатите остават в това *застинало* състояние неограничено дълго, често в продължение на месеци и години, като шанс да се възстановят имат само малцина. Но здравето на възстановилите се остава увредено – с остатъчни проблеми със зрението, трудно преглъщане, личностни и психични промени.

До 1928 г. броят на случаите драстично намалява, но санаториумите остават пълни за десетилетия напред с живи, но затворени в бездейните си тела хора в спящо и летаргично състояние.²²

За болестта и нейните тежки последствия няма лек, докато на сцената не се появява непознатият дотогава български народен лечител *Иван Раев* (1876 – 1938), родом от Сопот, комуто е отредено да революционализира медицината и да даде тласък в лечението на редица неврологични заболявания. Той е следовник на семейна знахарска традиция. Баща му – *Райо Атанасов*, по професия тъкач, също се е занимавал с билкарство, дори е експериментирал без страх в областта на ветеринарната медицина, постигайки успех в лечението на т.нар.

²² През 1969 г., 40 години след изчезването на мистериозното заболяване, някои от оцелелите пациенти са лекувани с новото лекарство *Levodopa*, което първоначално подобрява състоянието им – те стават от инвалидните столове, възвръщат съзнанието и адекватността си, но много бързо след това регресират до първоначалното си състояние. Филмът *Awakenings* от 1990 г., основан на мемоарите на *д-р Оливър Сакс*, описва дългогодишната му практика с тези пациенти.

бивоаска болест – сънна болест при животните, подобна на тази при хората.

Останал рано сирак, *Иван Раев* обикаля страната като гурбетчия и през 1900 г. стига чак до Цариград, където попада при стар бездетен ходжа, който за няколко години му предава натрупания си в лечителството опит, като му подарява и книга с описания на лечебните свойства на много билки и различни рецепти. Благодарение на богатите си познания в билколечението *Иван Раев* предлага оригинален лек за **последниците**²³ **от сънната болест** – винен извлек (в бяло вино) от билката лудо биле (*Atropa belladonna*), който остава известен в историята на медицината като *българското лечение* (*Sirra Bulgara*).

През 1919 г. *Иван Раев* се жени за дъщерята на билкаря *Петър Антипов* от с. Шипка, където се установява, продава билки и отваря и се прочува като *лечителя от Шипка*. Но голямата му лечителска слава и кариера начеват няколко години по-късно, през 1922 г., когато за пръв път успява да излекува от *сънна болест* жена от едно чирпанско село. Освен *лудо биле*, той добавя в своето лекарство още съставки – най-вече корени от перуника (*Radix Iridis*) и бластен айр (*Acorus calamus*), както и активен въглен за предпазване на стомаха.

По същото време в италианския град Павия има отделение за лечение на болни с латаргичен енцефалит. Самата кралица *Елена Савойска* страда от остатъчно увреждане след прекарана сънна болест и всички приложени ѝ лечения се оказват безрезултатни. Новината за чудотейното лечение на българина *Иван Раев* стига бързо до Рим благодарение на отзвукa от успешното излекуване на ита-

²³ При някои, преживели енцефалита, впоследствие остава като увреждане т.нар. *постенцефалитен паркинсонизъм*.

лиански полковник от дипломатическата легация в София, страдащ от *летаргичен енцефалит*, който впоследствие агресира писмо до кралицата, за да сподели случилото му се.

През 1927 г. българският цар *Борис III* е поканен на обяд в имението *Сан Росоре*, в близост до Пиза, от италианската кралица *Елена Савойска* и крал *Виктор Емануил*, за да се запознае с 20-годишната им дъщеря – *Джована*, която през 1930 г. става българската царица *Йоанна Българска*. В разговора става дума за тежките последици от испанския грип в Италия и се споменава българинът, който успешно ги лекува. Кралицата пази и писмото от излекувания италиански полковник в България и решава да предприеме смела крачка – след обяда кани при себе си *проф. Джузепе Панегроси (Giuseppe Panegrossi)*, невропатолог и лекар с богата практика в лечението на енцефалитно болните. Тя му предлага под негово ръководство и наблюдение да се опита *българското лечение* в Италия. Билката е изпробвана от *Панегроси* в няколко болници с много добър резултат, след което започва да се прилага масово в цяла Италия. Стига се дотам, че кралицата кани лично *Иван Раев* в Италия. През 1934 г. италианска дипломатическа кола спира пред пощата в с. Шунка, возейки *проф. Панегроси*, който уговаря *Раев* да замине за Рим, където да прилага лечението си в неговата клиника. След недълги колебания и приготовления и не без настояване от страна на *царица Йоанна* той се качва в царския вагон, придружен от преводач и няколко чувала сухи корени от *лудо биле*. Едва пристигнал в Рим, е приет с почести в кралския двор и провежда лечение на кралицата с винен екстракт от *лудо биле*, в резултат на което тя била напълно излекувана. За тази своя помощ и в чест на успешното лечение е награден със златен орден *Кавалер на короната* и значителна сума пари, а от *Италианската медицинска академия* му присъждат титлата *доктор*. Болницата, в която е практикувал,

била преименувана на негово име, което носи и до днес. Остава в Рим в продължение на една година и успява да излекува над 1400 души.

Това е само началото на дългия триумф на *българското лечение*. Новината за него стига и до Германия – първата европейска страна след Италия, където проблемът със засегнатите, голяма част от които хронично болни, без надежда и често бедни, изправя немските лекари пред тежки конфликти със съвестта.

По това време възходът на нацизма в Германия катализира програми за *расова хигиена*, които набират скорост към края на 30-те години. През 1939 г. започва тайна програма, известна под името *Aktion T4*, за физическо унищожение на хиляди хора с увреждания, страдащи най-вече от психически и неврологични заболявания, в опит да се укрепи социалната тъкан на нацията. За всеки пациент е попълван специален въпросник, за да се прецени неговото физическо и умствено състояние, работоспособност и принадлежността му към *по-нисша* раса. Сред болестите изрично присъствала и общата категория *Енцефалит*, която включвала всички увредени от преболедуването на испанския грип. Именно в такава среда работи немският невролог *д-р Хайнц (Хенри) фон Вицлебен* от санаториума *Крайша*, близо до Дрезден, и е може би първият лекар, който проявява интерес към терапевтичното приложение на *българското лечение*. Воден от своята убеденост, че винаги трябва да се опитва лечение в случаите, в които има някаква надежда за подобрене, той започва лечение на своите пациенти с българското *лудо биле*. Въпреки че първоначално си осигурява корени от България, те много бързо свършват и той е принуден да използва произвежданите по това време в Италия хапчета *Панатрона*. Срецайки трудности в снабдяването с тях и отбелязвайки напредъ-

ка на пациентите си, той се обръща за съдействие към немската фармацевтична компания *Bad Homburg*, която разработва лекарство на базата на българска и немска беладона. Така се появява препаратът *Homburg 680*, който запазва синергичните свойства на билката и се разпространява през следващите години като натурален продукт. Малко преди разгара на войната *фон Вицлебен* публикува в серия от научни публикации своите резултати от лечението на болните, които са наистина впечатляващи.²⁴

Националсоциалистическият режим в Германия дава благоприятна оценка на работата на *фон Вицлебен* не само заради големия медицински успех на лечението, но и заради култа към здравето, чистия въздух, хармонията с природата, вдъхновена от древното германско езичество. Лекарите на режима гледат със симпатия на природните лечители и терапии, особено когато се намирали пътища за тяхното *научно* утвърждаване, базирано върху медицинските достоинства на лечебните растения. Били отпускани и фондове за лечение, тъй като над 70% от болните нямали възможност да платят за него. Изненадващо е, че дори *Хитаер* дава съгласието си за финансирането им, тъй като самият той страдал от начална форма на паркинсонова болест и също се е лекувал с канките *Homburg 680* по предписание на доверения му лекар *д-р Теодор Морел*.

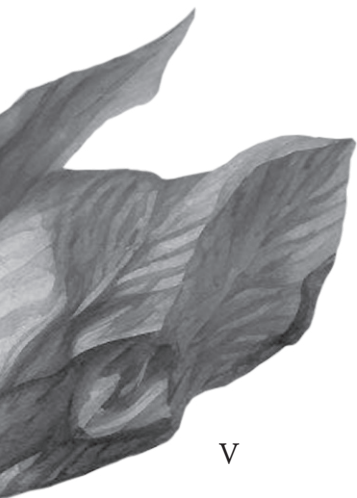
Историята на фуриозния успех на *Иван Раев* в Италия в средата на 30-те години има своето продължение и у нас, където новините за него се тиражират от столичните вестници и това събужда интереса на софийските

²⁴ Von Witzleben, H. D. Die Behandlung der chronischen Encephalitis epidemica (Parkinsonismus) mit der "bulgarischen Kur". *Klin. Wchnschr.*, 17, 329, 1938.

фармацевти *Панчо Накашев* и *Константин Цанков*, които решават да се срещнат с билкаря и да разберат рецептата му. Узнал съставките ѝ, *Накашев* започва да експериментира в своята лаборатория, като се опитва да получи стандартизиран извлек, който да патентова като лекарство. Изпраща готови мостри от медикамента на редица световни учени, за да го тестват, както и на американската фармацевтична компания *Lederle Laboratories*, за да го патентова и произвежда. Не е учудващо, че отзивите са повече от чудесни и през 1939 г. *Накашев* предприема пътуване до САЩ, за да сключи договор за регистрация и производство на фитопрепарата. Съдбата му помага допълнително, след като предходната година, на 15 септември 1938 г., *Иван Раев* съвсем неочаквано умира от инфаркт, докато е в Пловдив, където отива, за да запише сина си в тамошния френски колеж. След като го е настанил, на път за железопътната гара му става зле във файтона и умира. Така *Накашев* остава единственият *собственик* на рецептата у нас.

Избухването и разгарът на Втората световна война в следващите години обаче объркват много от плановете му – семейството му е изселено от София, а аптеката му е затворена. Смяната на властта го принуждава да търси начин да емигрира. Това най-сетне се случва през есента на 1946 г., непосредствено след края на войната, когато с активното ходатайство на производителя *Lederle* (понастоящем придобита и част от *Pfizer*), откъдето настояват, че фармацевтът трябва да пътува за САЩ, той с цялото си семейство заминава за Генуа, а оттам – с кораб за Америка. Така, години след това, като емигрант, *Накашев* произвежда и предлага медикамента *Bellabulgara* за лечение на болестта на Алцхаймер и Паркинсон. До смъртта си през 1962 г. той никога повече не се завръща в България.





V

ЧУДОДЕЙНАТА СИЛА НА БЛАТНОТО КОКИЧЕ

През 50-те години на миналия век в света избухва пандемия от полиомиелит (детски паралич) – ужасна инвализидираща вирусна инфекция, пред която тогавашната медицина е безпомощна. Болестта оставя много деца инвалиди за цял живот, а много други не успяват да се преборят и угасват.

Точно тогава шансът среща българския медик *д-р Димитър Пасков* с неочаквано откритие. Като познавач на билките, той знае, че билковото разнообразие у нас отстъпва само на това в Хималаите, а наблюдателността²⁵ му, по невероятнo стечение на обстоятел-

²⁵ Още като студент в медицинския факултет *Димитър Пасков* развива силен интерес към билките и народната медицина. Познаването им ще изиграе съббовна роля в неговия професионален път. Практикува като лекар в пловдивския регион, а после като военен лекар по време на Втората световна война. Става доцент по фармакология в Медицинска академия, а после и професор.

ствата, му помага да забележи, че момиче, което се лекува от детски паралич в болницата, изпива по погрешка чаша вода, оставена до леглото ѝ, в която били натопени блатни кокичета (*Galanthus nivalis*), донесени от родителите ѝ. След тази случка детето започва видимо да се подобрява и *д-р Пасков* заключава, че вероятната причина е съдържащата се в кокичето целебна съставка. Пътят до изолирането и идентифицирането ѝ обаче не се оказва никак къс. Следват 6 дълги години упорита лабораторна работа, в която той изследва блатното кокиче²⁶, което се среща в блатистите и влажни места в България – една от малкото страни в света с негова естествена популация. След много вложени усилия през 1956 г. той най-сетне успява да извлече съдържащия се в грудките на блатното кокиче алкалоид *галантамин*²⁷. На негова основа българинът изобретява лекарството *Nivalin*, чието производство започва през 1959 г. и успешно лекува пораженията от детския паралич. Откритието му веднага привлича интереса на чуждите лекари и лекарството придобива световно приложение, помагайки на милиони страдащи деца. В чужбина първи проявяват интерес към откритието му учени от Университета в Болоня, като през 1962 г. е издаден трудът на *д-р Пасков* – *Фармакология и клинично приложение на*

²⁶ Най-големите находища на блатно кокиче у нас са по Черноморието – в блатата около с. Лозенец, до Созопол и близкото с. Присад, около несебърското с. Кошарица и край с. Горица. Тези находища обаче са значително оредели. До 70-те години на миналия век в България са добивани до 15 т суровина годишно. Днес *галантамин* се извлича и от други растения като луковици на нарцис.

²⁷ И преди *Димитър Пасков* съветски учени са изследвали *галантамина*, но той успява да открие неговото практическо приложение.

нивалина. Малко след това излиза и монографията му, в която подробно описва целия път до откритието си и тя веднага е преведена на италиански и руски език.

Нивалинът е в основата на много лекарства за борба с детския паралич, както и други опорно-двигателни нарушения и се радва на завидно дълголетие, оставайки в употреба повече от 60 години. Използва се и сега при лечението на болестта на Алцхаймер, при неврити, радикулити, миопатии, прогресивна мускулна дистрофия и детска церебрална парализа и е най-известният оригинален български лекарствен препарат. На негова основа *проф. Пасков* създава над 20 нови препарата. През 1961 г. в Италия като заслуга за своите разработки получава престижната международна награда за постижения в науката *Енйо*, известна като *фармацевтичния Оскар*. Едва ли има по-заслужил човек от любителя на билките, който да получи награда за наука, кръстена на празника на билките *Енъвден*. Въпреки огромното признание по света у нас отношението към *проф. Пасков* от страна на управляващите не е добро. Според *законите* на комунистическата идеология тогава, откритието му остава *собственост* на държавата, която реализира огромни печалби от производството и износа на *Nivalin*. Откривателят на препарата не получава полагащите му се права върху лекарството, както и печалба от реализацията му. Това сякаш не е достатъчно – срещу него са изфабрикувани и неоснователни обвинения в плагиатство като опит да се омаловажи приносът му към значимото откритие. Тези интриги водят до предсрочното му освобождаване от академичните постове, които е заемал по това време, и влошаване на здравето му. До смъртта си през 1986 г. той работи в *Базата за внедряване и развитие* на българската фармацевтична компания *Софарма*.

Проф. Пасков е автор на повече от 120 научни труда в областта на фармакологията. Обявен е за личност на XX в. на град Пещера, където е отраснал. На погребението му признателни хора покриват гроба му с море от кокичета – малките цветя, чиято неподозирана лечебна сила той открива за света.

Списъкът с примери за лечебните свойства на билките е неизчерпаем, особено след като знаем, че близо **70% от наличните днес лекарства** произхождат пряко или косвено от лечебни растения. Още повече че значителна част от тях все още предстоят да бъдат подробно изучени, за да се открият лечебните им свойства.





VI

КРАЛИЦАТА НА БИЛКИТЕ

Немалко билки са си оспорвали титлата *кралица на билките* или *билака на всички билки* и всяка една от тях е можело да я носи, но именно *Скалната роза*, въпреки непретенциозния си външен вид, най-много я заслужава – заради неповторимите си лечебни свойства, необикновената си устойчивост и адаптивност към екстремните климатични условия. Да не забравяме и дълбоката ѝ свързаност с историческото формиране на цивилизациите, процъфтявали около Средиземно море и в Близкия Изток, в което тя играе незаменима и дори водеща роля.

Легендата разказва, че *Скалната роза* била дадена на хората като дар от боговете, за чиито качества, те, древногръцките богове и богини, не успявали да се споразумеят и водили битка – боговете настоявали тя да лекува раните, получени в битките, докато богините държали тя да съхранява женската красота. Понеже никой от тях не отстъпвал, накрая били принудени да стигнат до компромис и така билката получила и двете качества.

Още по времето на *Минойската цивилизация*²⁸, зародила се през бронзовата епоха (2600 – 1100 г. пр.н.е.) на о. Крит, древните гърци събирали **смолата (лавдан)** и **листата** на *Скалната роза*, с които облекчавали почти всички заболявания – включително обикновени настинки, храносмилателни проблеми (стомашни язви), проблеми с дишането, тревожност, стрес, инфекции, сърдечни проблеми, треска, бързо заздравяване на рани и кожни болести. В Гърция била използвана като основна съставка на билковата отвара, с която измивали родилката веднага след раждане, за да предотвратят инфекции и следродилни усложнения. Събираната от растението *лавданова стола* ползвали не само като ефективно отхрачващо средство при възпаление на белите дробове, но и като съставка за овкусяване на млякото. В южната част на Мароко запарката от листата се ползвала като природно средство за лечение на *диабет*, в Италия с водния ѝ екстракт се лекували *спазми на червата* и *диария*, а по време на големите чумни епидемии в средните векове – дори *чума*.

На науката *Скалната роза* е позната с ботаническото си название *Cistus incanus*²⁹ (*чете се Цистус инканус*), гадено ѝ от бащата на ботаническата таксономия *Карл Линей* (1707 – 1778), който го използва за пръв път в тру-

²⁸ Една от най-старите цивилизации в Европа, която историците *Джорант* нарича *първата връзка на европейската верига*, кръстена на името на митичния *цар Минос*, властвал над Крит.

²⁹ *Cistus incanus* е хибрид между два вида цистус. Растението има и други ботанически названия, които често водят до объркване дали става дума за едно и също растение, или за различни видове. Синоним е *Cistus villosus*. *Cistus incanus* има подвидове, които виреят на различни места, като *Cistus incanus subsp. creticus* (произхождащ от о. Крит) и *Cistus incanus subsp. corsicus* (от о. Корсика). В ботаническото семейство *Cistaceae* има 25 вида и 27 хибридни разновидности.

да си *Species Plantarum*, публикуван през 1753 г. Принадлежи към семейство *Лавданови* (лат. *Cistaceae*) – покритосеменни растения, включващо 8 рода³⁰ и около 180 вида, главно храсти. Наричана още *Розова скална роза* (от англ. *Pink Rock Rose*) или *Критска роза* (а у нас известна като *патукаийка*), растението е широко разпространено из цялото Средиземноморие, което е нейното родно място, най-вече из редица гръцки острови (Крит, Кипър), по крайбрежието на Италия, о. Корсика, о. Сардиния, Албания и Турция, където вирее в диво състояние. Също – в Либия, Мароко и Сирия. Вирее от Канарските острови и Мадейра до Кавказ и Израел, включвайки Иберийския и Апенинския полуостров, Балканите, Крим и Мала Азия. Привнесен вид в Калифорния (САЩ) и Нова Зеландия. Широкоразпространена е и по сухите, каменливи, пуси, неплодородни и слънчеви места у нас – до около 700 метра надморска височина. *Патукаийката* расте на големи плантации предимно в предпланините на *Странджа*³¹, по Черноморското крайбрежие, южните склонове на Огражден, Струмската долина, Беласица, Славянка, Средните Родопи (Ардино и Златоград) и Източните Родопи. Макар у нас тя да не се използва традиционно в народната медицина, все пак е позната като декоративно и медоносно растение. Пчеларите от тези региони добиват *манов мед* и цветен прахец от *патукаийка*, които са с много ценни лечебни качества.

Скалната роза заедно с други видове като източния лопох (*Trachystemon orientalis*) са древни растения, наречени *реликти*. Те оцеляват след последния ледников период, започнал в началото на епохата на *кватернера*,

³⁰ Семейство *Лавданови* (*Cistaceae*) включва 8 рода – *Cistus*, *Fumana*, *Halimicistus*, *Halimium*, *Helianthemum*, *Hudsonia*, *Lechea*, *Tuberaria*.

³¹ Dimcheva, V., Karsheva, M. *Cistus incanus* from Strandja Mountain as a Source of Bioactive Antioxidants. *Plants*, 7 (1), 8, 2018.

преди около 2,6 милиона години, и сковал в лед по-голямата част от Европа, което довело до изчезването на значителна част от растителните видове. Всички високи планини били покрити от дебела ледена покривка, но на територията на България постоянни ледници се образували само по високите части на планините Рила и Пирин. Единствено благодарение на запазилия се топъл и влажен климат в доловете на Странджа, както и близо до бреговете на Средиземно море, се опазили живи *най-устойчивите растителни видове* – сред тях и *Скалната роза*. След края на застудяването окончателно се оформя съвременният облик на природната среда, растителния и животинския свят в Европа.

Странджанската флора се доближава много до тази на Кавказ и Мала Азия, като причината за това е, че преди около 7500 г. между Странджа и Мала Азия е съществувала широка сухоземна връзка, помогнала за свободното разпространение на типичната за Южното Черноморие растителност.

Скалната роза расте като вечнозелен нисък гърбовиден полухраст (с височина до 1,5 м) с разклонени и тънки жилави клонки, покрити с голям брой малки месести и мъхести елипсовидни листа с издължена форма, зелени отгоре и сиви отдолу, и малки цветни пъпки, обвити в дебели защитни обвивки, приотбяващи двуполови цветове, които разцъфват и увяхват за един ден, стимулирани от слънчевата топлина.

Долните листа са закръглени, а горните – продълговати и ланцетни³². Цъфти през *май* – *юли* с впечатляващи, обаятелни в тъмно до светлорозово цикламени

³² Според класификацията по формата на листата им *ланцетни* са онези листа, чиято дължина превишава широчината им от 3 до 5 пъти. По форма могат да се уподобят на острие на стрела.

цветове, силно намачкани като салфетка, от които се образува плод – многосеменна кутийка, подобна на тази на мака, пълна със силни, изобилни на брой твърди черни семена. Заради атрактивните си и много ароматни цветове си спечелва името *Красивата лецителка*.

Идеално пригодена да бирее върху безплодни каменисти места по крайбрежието, нагрявана безпощадно от слънцето през целия ден, без нужда от вода и брулена от силен вятър, тя е развила полезно съжителство със специфични гъбички по корените си. Именно те ѝ помагат да абсорбира по-лесно вода и минерали от почвата, за да оцелява в бедните на хранителни вещества почви дори без да пуска дълбоки и масивни корени. По корените ѝ обаче се образуват специфични удебеления – подобни на грудки – наричани *тубери*, разположени в близост до повърхността или непосредствено под нея, които са своеобразни *резервоари* за вода и хранителни вещества. Те са устойчиви на пожари и помагат на растението да преживее дълги суши, както и много бързо да прорасне след опустошителен пожар, когато цялата му надземна част е изпепелена.

Звучи като приказно описание на нежно, но безсмъртно цвете, което остава живо, устоявайки на всички стихии. И това не е мит, нито преувеличение, а истинската история на *Скалната роза*, заради която често я наричат *растението Феникс (Phoenix plant)*. То е първото, което *възкръсва* от пепелта, след като пожар опустоши растителността в даден регион, подобно на митичната птица *Феникс*, която се ражда отново и отново от пепелта си.

Но с това не се изчерпват чудесата на това невероятно природно творение – *Скалната роза* е *активен пирофит* – така се наричат растенията, които сами предизвикват и използват силата на природните

пожари за своето размножаване, възстановяване на почвените хранителни вещества, както и отстраняване на старите израстъци и заместването им с нови млади растения.

Ето как се случва това – в края на лятото, когато жегите са непоносими и температурите стигат своя пик, *Скалната роза* отделя обилно количество ароматна смола (*лавдан*). Тя покрива стъблото, листата и семенните кутийки и цялото растение става лепкаво, а около него се носи наситен борово-смолист сладък аромат.

Листата, стъблата и чашката на цветовете са покрити с миниатюрни секретирещи власинки (*трихоми*), които, погледнати под микроскоп, имат бутилковидна форма. Те са същинските *фабрики* за производство на ароматната *лавданова смола*, стимул за чието интензивно отделяне е горещото време през най-топлата част от деня.

Така знойт изпарява част от летливите смолисти вещества, създавайки ароматен облак около храста, подобно на бензинови пари. От високата температура на нагрятия от слънцето въздух те се самовъзпламеняват и храстът изгаря в собствения си огън. Този естествен начин растението да се самообнови и да се справи с конкурентните видове около себе си е развиван милиони години. От пепелта на изгорелите растения *Скалната роза* успява да си набави така нужните ѝ минерални вещества за нов растеж.

Огънят, започнал от него, опожарява както самия храст, така и околните растения, превръщайки ги в пепел, богата на минерални вещества. Тя има мисията да подхрани новите семена на *Скалната роза*, за да покълне ново растение. Семената ѝ имат специфична особеност – нуждаят се от топлината на огъня за *активирането* си; така те получават стимул за растеж. Използвайки тази

умна стратегия за оцеляване, растението успява преди всички останали да се *възползва* от богатата минерална пепел, образувана след пожарите, и израства върху този богатен хранителен ресурс, в среда, лишена от растения-конкуренти.

Заради многобройните стресови климатични условия, на които са подложени растенията по Средиземноморието, като екстремна суша, интензивно слънчево греење, високи температури и бедни почви, те произвеждат големи количества специфични *полифеноли* (като *рутин*, *кверцетин*, *тирицетин*, *калфериол*) – веществата, които им помагат да устояват на лошите условия. Именно те носят изключителните ползи за здравето ни.

Скааната роза е растението с най-високо съдържание на *полифеноли*³³ в цяла Европа. Доказано е, че тя е три пъти по-мощен антиоксидант от *зеления чай* и *сока от бъз*. Защищава сърцето четири пъти по-добре от съдържащия се в червеното вино *ресвератрол* и е 20 пъти по-силен антиоксидант от прясно изцедения лимонен сок. Има също способността да елиминира тежките метали от организма, натрупани вследствие на вдишания цигарен дим (най-вече токсичния *кадмий*), старите амалгамени пломби и замърсената околна среда.

³³ Съдържанието на антиоксиданти в *Скааната роза* е 24,0 mmol/l, в червеното вино – 8,4 mmol/l, а в *зеления чай* – 5,2 mmol/l.

