

КОМУ ОЛАДЬИ, КОМУ - ГОЛОВНАЯ БОЛЬ

Сныть ведет себя весьма бесцеремонно, подбираясь под самое жилище человека и вытесняя своими широкими листьями и длинными корнями соседние растения. Конечно, садоводов это огорчает. Тем не менее и от нее есть польза.

В народной медицине сныть применяется при ревматизме, болезнях почек и мочевого пузыря, используется как ранозаживляющее и обезболивающее средство. Корневища обладают противогрибковым действием. Молодые листья содержат около 8 процентов белка, более 10 процентов сырого протеина, 3 процента жира. Есть там и азотистые соединения, в которых такие важные вещества, как холин, витамин С, флавоноиды, кверцетин и кемпферол, укрепляющие стенки сосудов, а также эфирное масло. Словом, целая аптека.

Листья используют в пищу, когда они еще желтовато-зеленые и как бы прозрачные. Перед употреблением в сыром виде их бланшируют в кипящей воде 1-2 минуты. Знающие люди заворачивают сныть, пекут из нее оладьи.

Сныть относится к светолюбивым растениям, поэтому в тенистых местах, как правило, не цветет, но хорошо разрастается за счет корневища. Минимальная продолжительность ее жизни составляет около 50 лет. Когда масса растений зацветает, создается впечатление, будто опустилось на землю белое облако, причем с сильным запахом, из-за чего у некоторых садоводов начинаются даже головные боли.

При благоприятных условиях сныть может зимовать и с зелеными листьями, а в местах с теплыми бесснежными зимами растет круглый год. Цветет в конце июня - начале июля, плодоносит в августе, а семена прорастают в мае.

Наталья ЗАМЯТИНА,
агроном Ботанического сада
лекарственных растений
Московской медицинской
академии им. И. Сеченова

КАЛЕНДАРЬ ДАЧНИКА

■ Начинаем заготавливать органические компосты на специальных площадках своих огородов. Можно использовать не только торф, навоз, но и растительные отходы здоровых растений, сухую листву, дворовый мусор, опилки, золу и другие отходы.

■ По народному календарю 25 июня - день Петра Афонского. В старину говорили: «С Петра Афонского солнце на зиму, а лето на жару поворачивает». В этот день последний раз высаживают капусту и огурцы.

■ Начинаем собирать первые ягоды земляники. Под цветоносы подкладываем чистую солому. Чтобы уберечь ягоды от загнивания, ставим специальные подставки

из пластмассы. Ворон отгонит пугало. Во избежание потерь земляники от серой гнили стараемся не затенять и не заглушать грядки. Сильно повреждают ягоды земляники и слизни. В жару они прячутся в траве, под досками, влажными тряпками, где их нужно вылавливать и тут же уничтожать.

■ Для борьбы с вредителями начинаем опрыскивать вечерами междурядья известью (пушонкой), золой или суперфосфатом.

■ В это же время, а иногда и раньше земляники, созревает жимолость съедобная. Чтобы она не стала добычей птиц, набрасываем на кусты легкие укрытые материалы типа лутрасила и акрила и фиксируем их веревками.

«БОЖЬИ РУЧКИ» ПЕРЕСАДКИ НЕ БОЯТСЯ

«После нынешней суровой зимы многие садоводы считали, что потеряют на своих участках первоцветы. Какова же была их радость, когда на только что прогретой земле появились яркие огоньки живой примулы. Почему все-таки цветы не вымерзли, вопреки компетентным прогнозам?»

Тамара ИГНАТЕНКО.

Соцветие и цветки примулы закладываются в почках уже осенью предыдущего года. Рост и развитие происходит под снегом. Поэтому сразу же после его таяния полностью сформированные побеги начинают быстро расти и скоро зацветают.

В нашей стране чаще всего встречается первоцвет весенний. Еще его называют баранчиком, ключиком, «божьей ручкой». Действительно, бутоны первоцвета, выступающие из длинной светлой чашечки, похожи на крохотный кулачок с пятью пальчиками-лепестками.

Первоцветы размножают в августе делением 5-6-летних кустов и рассаживают на расстоянии 20x20 см друг от друга. Весной и летом

все виды примул размножаются листовыми розетками, которые легко укореняются через три недели и к осени зацветают. Черенковать многие примулы можно до осени.



При семенном способе размножения посев производится весной в открытый грунт или же осенью в ящики, после чего семена весной раскидываются. Уход за сеянцами обычный. Проросшие растения высаживают на постоянные места.

Первоцветы отлично растут на глубоко дренированных почвах. При легком затенении цветут дольше и не выгорают. Легко переносят пересадку в цветущем состоянии.

Длинностебельные виды пригодны для маленьких весенних букетов. Первоцветы гибридный и мелкозубчатый, посаженные с осени в горшки, в марте - апреле зацветают в комнатах и оранжереях.

Наталья ЗАМЯТИНА,
агроном
Ботанического сада
лекарственных растений
Московской медицинской
академии им.
И. Сеченова

САМ СЕБЕ МАСТЕР
САД-ОГОРОД
Раздел ведет Татьяна Чиркова

НЕ ПРИЧУДА, А РУКОТВОРНОЕ ЧУДО



Шляпка сегодня - отнюдь не причуда пожилых интеллигентных дам, а модный и стильный аксессуар. В этом можно убедиться на выставке, которая проходит в Фонде народных художественных промыслов. Там представлены головные уборы разных форм и размеров - из бисера, жемчуга, ткани, вуалевой сетки, соломки...

Спешу вас обрадовать: чтобы сделать шляпу, необязательно быть модисткой. Многие головные уборы можно сделать самостоятельно. Елена Рыбакова, автор ряда замечательных шляп, рассказала, как можно сделать элегантную шляпку из обычной мешковины.

Главное - найти болванку, благодаря которой шляпе придается определенная форма. Профессиональная болванка - деревянная, но в домашних условиях ее заменят... миска с крышкой для хранения продуктов и деревянная разделочная доска. Миску переворачиваем и ставим на доску - это и будет наша болванка.

Необходимый по форме и размеру кусок мешковины кипятим в отбеливателе несколько раз, пока материя не обретет нужный цвет. Затем опускаем в раствор желатина. Теперь мешковину надо перенести на форму. Чтобы мокрая и липкая ткань не прилипла к форме, на болванку можно натянуть капрон. Теперь шляпе надо придать форму и аккуратно прибить к доске шляпными гвоздиками или большими булавками. Крепится изделие по линии присады (вокруг миски) и по линии полей шляпы. Оставляем изделие сохнуть на сутки. Готовую шляпу можно украсить лентами, перьями или цветами.

Художники-дизайнеры Валентина Бородай и Полина Кузнецова рассказали, как сделать для шляпы искусственный цветок лилии. Понадобится медная проволока, материя (например, бархат), гофрированная бумага, желатин, манка и клей ПВА.

Сначала делаем лепестки цветов из картона. Затем разводим 3 чайные ложки желатина в теплой воде. Через 45 минут, когда желатин впитает всю воду, ставим раствор на паровую баню. В горячий раствор опускаем приготовленную ткань, после чего вешаем ее на просушку. Когда ткань высохнет, можно приступать к работе. Картонные выкройки лепестков прикладываем на ткань и вырезаем необходимое количество листочков по косой (8-15 шт.). Металлическую проволоку нарезаем длиной 10-15 см - в зависимости от того, какого размера хотим получить цветок.

«Выращиваем» стебель: берем проволоку, намазываем ее по всей длине клеем ПВА и обкручиваем тонкой полоской гофрированной бумаги. Теперь очередь за тычинками. Для этого т-образно скручиваем проволоку, окунаем ее верхушку в клей, затем опускаем в предварительно обжаренную манку. Делаем нужное нам количество тычинок (4-7 шт.) и прикручиваем их к стебельку. Каждый вырезанный листочек приклеиваем к проволоке и придаем нужную форму. Необходимое количество лепестков собираем вокруг ствола с пестиками, закрепляем проволокой. Еще раз окунаем стебель в клей и обкручиваем гофрированной бумагой. Цветок готов! В середину его можно также добавить перышки или проволочки с бисером и стеклярусом.

Таким цветком можно украсить шляпку, пиджак или заколоть его в волосы.

Дарья ОГАНОВИЧ

Баклажан выращивается в подмосковных садах как однолетнее растение, но на самом деле является многолетником. Синеньким ласково называют его в народе. Этот выходец из далекой Индии отличается оригинальным вкусом и полезными свойствами, стимулирующими сердечно-сосудистую систему человека. Однако мало кто знает, что в плодах растения содержится соланин - ядовитое вещество, количество которого увеличивается по мере созревания плодов. Поэтому незрелые баклажаны, начавшие менять свой цвет с синего на коричневый или желтый, в пищу употреблять противопоказано.

Баклажаны высаживают, когда минует опасность заморозков, поскольку они очень чувствительны даже к небольшому похолоданию. Длительное понижение температуры до 6-8 граду-

УРОЖАЙ - КАЖДУЮ НЕДЕЛЮ

сов приводит к резкому снижению урожая. Поэтому грядки с растениями дополнительно утепляют пленкой. Холодный дождь тоже угнетающе действует на развитие этой культуры.

Сразу после высадки рассаду поливают, а почву мульчируют торфом или перепревшим для лучшего сохранения в ней тепла и влаги и создания благоприятного воздушного режима.

Поскольку рассада баклажана долго приживается в новых условиях, почву сразу не рыхлят, а первую подкормку дают не раньше, чем через 20 дней, растворяя в 10 л воды по 10 г азотных, фосфорных и калийных удобрений. В дальнейшем гряды удобряют еще 2-3 раза, постепенно увеличивая норму в полтора-два раза.

Высокая влажность в теплице вызывает у баклажанов болезни и мешает нормальному опылению. Поэтому растения поливают под корень обильно, но редко. Дождевальным способом поливать баклажаны нельзя. Чтобы получить плоды крупного размера, над вторым листом после последней завязи прищипывают центральный и боковой побеги, а без завязей удаляют вовсе. После такой операции желательна жидкая подкормка.

Убирают плоды в фазе технической спелости, когда они достигают соответствующего сорта размера, имеют сочную упругую мякоть и недоразвитые белые нежесткие семена, легко разрезаемые ножом.

Урожай собирают каждые 5-7 дней, по мере созревания плодов.

Многие специалисты считают, что укачивание - это болезнь. И как всякое заболевание, оно может быть скрытым и выраженным. Скрытая форма чаще сказывается в конце путешествия слабостью, усталостью, снижением давления, сонливостью, подташниванием, головокружением, зевотой. В таком случае воспользуйтесь аэроном, валидолом или мятными таблетками под язык. Лимонный сок, чай, кофе, минеральная вода со льдом также помогут справиться с укачиванием. При выраженной форме все выше перечисленные симптомы усиливаются и дополняются холодным потом, спяноотечением, тошнотой, рвотой, сердцебиением, падением или подъемом артериального давления. Иногда - к счастью, в редких случаях - возможна потеря сознания.

Чтобы успешно бороться с укачиванием, прежде всего надо понять, какие ви-

Многие люди предпочитают в свой отпуск путешествовать. Однако некоторым прелесть такого отдыха здорово омрачает такое свойство организма, как укачивание в транспорте. Но беде можно помочь.

ОХ УЖ ЭТА КАЧКА

ды транспорта вызывают наиболее неприятные ощущения. Если вы все же отважились воспользоваться подобными средствами передвижения, то не надейтесь перед путешествием и во время его. Имейте при себе аэрон, валидол, мятные таблетки, нашатырный спирт, любые цитрусовые, фисташки и сбор из 5 частей душицы, мяты, 3 частей шалфея и горького гравилата. Из четырех столовых ложек сбора на литре кипятка сделайте заранее настой, охладите, добавьте сок одного лимона и пейте по мере надобности

во время поездки. Можно воспользоваться и «виногретом» из пяти лимонов, стакана красной смородины, половины стакана малины, шести мандаринов, посыпанных сахаром по вкусу.

Очень эффективны при укачивании эфирные масла аниса, лаванды, мяты, лимона, можжевельника, укропа, шалфея. Их можно вдыхать с носового платка или окуривать каюту, комнату, салон машины, купе.

Гомеопатический препарат вертихолл поможет справиться с выраженным го-

ловокружением и рвотой. Правило приема: три таблетки под язык с интервалом 15 минут.

Хорошо снимает признаки морской болезни массаж точек, расположенных чуть выше запястья посередине кисти со стороны ладони. Массируют по ходу часовой стрелки в течение шести минут попеременно на двух руках умеренным давлением указательного пальца.

В автобусе, машине садитесь на передние места. Каюта на теплоходе должна быть в центре, лучше на шлюпочной палубе, хорошо проветриваемой. Не читайте, не фиксируйте глаза на близких объектах, а чаще смотрите вдаль. Держитесь подальше от курящих людей, пищевых блоков и от любителей спиртного, запахи могут спровоцировать тошноту.

Валерий
ПЕРЕДЕРИН,
врач