

Профессор М. К. Кевра, доцент В. М. Сиденко, Ж. С. Кевра

АЙВА ПРОДОЛГОВАТАЯ – CYDONIA OBLONGA MILL.

Белорусский государственный медицинский университет,
32-я городская клиническая поликлиника г. Минска

Родиной айвы является Средняя Азия, где до сих пор встречаются ее дикие формы. Ее культурные формы известны более 4000 лет. Особенно много айвы разводили в районе финикийского города Сидона (ныне – Сайда в Ливане), откуда и происходит ее латинское название (*Cydonia*). В I тыс. до н. э. айва попала в Грецию, а затем в Рим, где она была посвящена Афродите (Венере) и считалась символом любви и плодородия. Полагают, что знаменитое «яблоко раздора», врученное сыном троянского царя Парисом богине (из-за чего и разразилась десятилетняя война), было на самом деле не яблоком, а плодом айвы. Айва упоминается в трудах отца ботаники Теофраста (IV–III вв. до н. э.) и Плиния Старшего (I в. н. э.). Последний описал шесть сортов растения, охарактеризовал ее пищевые и лекарственные свойства.

Айву культивируют в Средней Азии, на Кавказе и на юге европейской части России. В этих районах растение произрастает и в диком виде.

В Беларуси айву выращивают в питомниках, на приусадебных участках или используют привозные плоды.

Размножается айва семенами (получаются сильные дички), черенками, отводками и прививкой.

Айва продолговатая – многоствольный кустарник или дерево высотой 1,5–8 м с тонкой темно-серой, иногда каштаново-коричневой корой (семейство Розоцветные – *Rosaceae*). Листья очередные, короткочерешковые, цельнокрайние, яйцевидные, сверху темно-зеленые, снизу сероватые от войлочного опушения. Цветет в мае – июне. Цветки одиночные, крупные, пятилепестковые, беловато-розовые. Плоды овально-шаровидные или грушевидные, лимонно-желтые, ароматные, с твердой сладковатой, малосочной, сильно терпкой мякотью. Жесткость плодов обусловлена содержанием в них так называемых каменистых клеток, толстые стенки которых состоят из одревеневшей целлюлозы. Плоды покрыты прочной опушенной кожицей. Масса плода – 20–200 г (иногда достигает 3 кг). Семена темно-коричневые, легко ослизняющиеся. Плодоносит ежегодно. Плоды созревают в сентябре – ноябре.

В качестве лекарственного сырья используют плоды и семена айвы, которые заготавливают по мере созревания, а также листья, которые собирают в июне – июле.

Плоды айвы содержат 8,9–15,8% углеводов (фруктоза, глюкоза, крахмал), 0,9% белков, 0,6% жиров, 0,92–1,49% органических кислот (яблочная, лимонная, хлорогеновая, фумаровая, винная), 0,34–0,89% пектиновых и 0,81–1,63% дубильных веществ, 3,2–4,2% пищевых волокон, ароматические вещества, 0,85% минеральных веществ, среди которых важное место занимают соли калия (144 мг%), фосфора (24 мг%), магния (1,5 мг%), кальция (14 мг%) и железа (3 мг%). В плодах айвы содержатся каротин (0,4–0,5 мг%), витамины В₁ (0,02–0,03 мг%), В₂ (0,03–0,05 мг%), В₃ (0,4–0,6 мг%), В₄ (2,6–2,8 мг%), В₆ (0,10–0,12 мг%), РР (0,09–0,11 мг%), С (23,2–27,6 мг%), Е (0,88–0,91 мг%), фолиевая кислота (0,85–0,91 мкг%). В кожице плодов найдены энанто-этиловый и пелларгоново-этиловый эфиры, придающие им специфический запах.

Питательные свойства плодов айвы невысоки, их калорийность составляет 42–45 ккал на 100 г мякоти.

Семена содержат до 20% слизи, легко растворимой в воде, 0,51–0,53% токсического гликозида амигдалина, крахмал, дубильные вещества, 8,3–8,7% пектина, 1,1% смолистых веществ, фермент эмульсин, 8,15–15,9% жирного масла (глицериды миристиновой и изоолеиновой кислот), 96,2 мг% аскорбиновой кислоты.

В листьях айвы найдено 5,26% дубильных веществ, 0,28% гликозида амигдалина, 0,034% алкалоидов.

Плоды айвы обладают вяжущим, противорвотным, противовоспалительным, противомикробным и мочегонным эффектом. Семена, содержащие значительные количества слизистых веществ, оказывают обволакивающее, смягчительное, противовоспалительное и противомикробное действие.

Айва с древнейших времен использовалась в качестве лекарственного средства в медицине. В трудах видного таджикского ученого Средневековья Абу Али ибн Сины (Авиценна), написанных более 1000 лет назад, имеются сведения о том, что плоды айвы использовались как вяжущее средство при поносах и желудочно-кишечных кровотечениях, а также «для улучшения цвета лица и общего укрепления организма».

Применяют айву наружно в качестве обволакивающего средства при ожогах, воспалительных

процессах кожи и слизистых оболочек, внутрь – как слабительное при запорах, как обволакивающее – при спастических колитах и метеоризме, как отхаркивающее и смягчительное – при заболеваниях дыхательных путей. Отвар свежих или сухих плодов айвы издавна применяется для остановки маточных кровотечений.

Сок айвы обладает противомикробной активностью. В экспериментальных исследованиях было установлено, что он угнетает рост бактерии *Helicobacter pylori*, провоцирующей развитие заболеваний гастродуоденальной зоны (гастриты, язвы желудка и двенадцатиперстной кишки).

В клинических исследованиях установлено, что кашлица из вареных плодов айвы уменьшает обильное слюноотечение, отрыжку, тошноту и рвоту у пациентов с гастроэзофагеальным рефлюксом.

Отвар и сок плодов употребляют при цинге, воспалении желчного пузыря, при поносах и кишечных кровотечениях. При кровоточащем геморрое и трещинах заднего прохода рекомендуют делать клизмы из сока и отвара плодов айвы. Тертые вареные плоды используют при заболеваниях печени, почек, кровохарканьи, малокровии, а также как противорвотное средство, особенно при токсикозах у беременных женщин. Слизь из семян айвы используют при лечении стоматитов, гингивитов, парадонтитов и глосситов. Слизь готовят путем встряхивания семян с водой из расчета 1 : 20. Семена должны быть целыми (не поврежденными) во избежание растворения токсического амигдалина, содержащегося в эндосперме.

В восточной медицине с давних пор рекомендуется употреблять плоды айвы в сыром и вареном виде в качестве афродизиака. Плоды айвы в свежем виде молодожены вкушали на свадебных пирах в надежде на зачатие здорового ребенка. В средневековой Европе преподнесение в дар плодов айвы считалось признанием в любви. В последние годы получены экспериментальные подтверждения способности плодов айвы стимулировать сексуальную активность. Установлено, что ежедневное кормление лабораторных животных кашцей из плодов айвы повышает половую активность самцов и увеличивает число забеременевших самок.

В народной медицине чай из сушеных плодов айвы применяют в качестве потогонного средства при простудных заболеваниях и мочегонного – при отеках. Отвар семян употребляют внутрь как противопоносное и смягчительное средство при гастроэнтеритах, спастических колитах, метеоризме, острых трахеитах и бронхитах, наружно – при ожогах, для глазных примочек, полосканий при стоматитах и ангинах. Широкое применение плоды нашли в косметологии как питательное и отбеливающее средство. Маски из мякоти плодов применяют с целью удаления пигментных пятен

и веснушек, избавления от угревой сыпи, также для укрепления корней волос.

В связи с наличием в плодах айвы значительного количества клетчатки, пектиновых веществ и калия, способных выводить из желудочно-кишечного тракта соли тяжелых металлов, в том числе радиоактивные изотопы, их рекомендуют употреблять в пищу людям, проживающим на территориях, загрязненных в результате аварии на Чернобыльской АЭС.

Свежие плоды айвы применяют в сыром виде относительно редко, поскольку они очень жесткие и обладают выраженным кислым и терпким вкусом. В пищу айву употребляют чаще всего в печеном или вареном виде. Перед применением плоды моют водой с использованием щетки, освобождают кожицу от опушения и нарезают на дольки острым ножом. Семена, содержащие токсичный амигдалин, удаляют. Добавление нескольких долек свежей айвы в зеленый чай существенно меняет его вкус и создает необыкновенный аромат, в котором проявляются нотки незрелой груши, кислых яблок и осенних цветов.

Из плодов айвы готовят пюре, варенье, джемы, компоты, желе, пастилу, цукаты, мармелад, начинку для конфет, мороженое, прохладительные напитки. Свое название мармелад получил от португальского *marmelo*, что означает *айва*. Помимо применения плодов для приготовления сладких блюд их также широко используют как приправу к мясу, рыбе и сыру.

Плоды айвы можно сушить и вялить. Для этих целей подходят плоды с удаленными семенными камерами и кожицей. Их нарезают дольками, пересыпают сахаром и выдерживают определенный срок при комнатной температуре. Затем плоды проваривают в сахарном сиропе и подсушивают в духовке. Нежелательно употреблять плоды айвы в пищу пациентам, страдающим острым энтероколитом, а также запорами.

В холодильнике можно длительно сохранять плоды айвы, завернутые в мягкую бумагу с целью уменьшения излишней влаги (в целлофановых пакетах они быстро портятся).

Плоды айвы – ценное сырье для пищевой промышленности, поскольку они поздно созревают и могут долго храниться зимой.

В быту плоды айвы кладут в шкафы с бельем и одеждой, чтобы придать приятный запах.

Слизь семян айвы применяют в текстильной промышленности для наведения лоска тканей и приготовления клея, заменяющего аравийскую камедь.

Древесина айвы – заболонная, светло-желтая или розовато-желтая, с плохо заметными годичными кольцами, твердая, хорошо полируется и используется для изготовления всякого рода поделок.

Айву высаживают для озеленения населенных пунктов, берегов водохранилищ, создания защитных полос. Айва – прекрасный медонос.