

## Перспективи використання плодів дерези звичайної (ягід годжи) у медицині

Ковальов В.М., \*Ковальов В.В.

*Кафедра медицини катастроф та військової медицини*

*Харківський національний медичний університет, м. Харків, Україна*

*\* Кафедра технології ліків*

*Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна*

[volodyakw@gmail.com](mailto:volodyakw@gmail.com)

Препарати рослинного походження мають значні переваги у порівнянні з синтетичними завдяки широкому спектру фармакологічних властивостей, синергічній дії біологічно активних речовин, мінімуму побічних ефектів, достатній сировинній базі. Нашу увагу привернула лікарська рослина Дереза звичайна, або Дереза бербєрів (лат. *Lycium barbarum*) - вид дерев'янистих рослин роду Дереза (*Lycium*) сімейства Пасльонові (*Solanaceae*).

Дереза звичайна - кущі до 3,5 м заввишки. Культивується всюди, у тому числі в Україні. Гілки покриті тонкими колючками; листя прості цілюнокрайні, еліптичні. Квітки лілового (фіолетово-рожевого) кольору, дзвоникоподібні. Рослина плодоносить, в різних регіонах, з травня по вересень або з липня по жовтень. За цей час збирається 13 урожаїв, з яких найцінніші в серпні. Плід - маленька коралово-червона ягода відома, як ягода годжи. Червоні ягоди годжи (дерези китайської) використовуються китайською традиційною медициною вже декілька тисяч років. Про них знає абсолютно кожен китаєць. Ягоди коралово-червоні, солодкі, за смаком нагадують барбарис, родзинки і сушену вишню. Їх можна їсти сирими або додавати в різноманітні блюда. Щоденне вживання однієї столової ложки сухих ягід значно поліпшує стан організму.

Ягоди годжи містять унікальний набір природних компонентів, що сприяють зміцненню здоров'я і продовженню життя, величезну кількість необхідних організму мікро- та макроелементів. Склад ягід: близько 68% вуглеводів, 10% харчових волокон, 10% жирів (холестерин і насичені жири відсутні), 12% білків; 100.0 ягід містять 29-148 мг вітаміну С, 7.0 мг вітаміну А, 1.3 мг вітаміну В2; кальцій до 60 мг, залізо – 5,4 мг (заліза - в 15 разів більше, ніж в шпинаті), цинк – 1,48 мг, калій 434 мг, а також вітаміни В6, РР, Е, холін, йод, магній, мідь, марганець, фосфор, селен, германій та ін. Ці біологічно активні речовини підвищують активність імунних реакцій. Вітамін С - природний антиоксидант, що сприяє позбавленню організму від токсинів та відновленню еластичності судин.

В складі є 18 амінокислот в тому числі: валін, лейцин, метіонін, фенілаланін, ізолейцин, лізін, триптофан, тиреонін (це більше, ніж в матковому пилку бджіл), 8

полісахаридів і 6 моносахаридів, 4 незамінні полісахариди LBP - 1, LBP - 2, LBP - 3, LBP - 4, які не є присутніми ні в одному продукті харчування. Ягоди годжи багаті ненасиченими жирними кислотами Омега- 3 і Омега- 6, які важливі для клітинного метаболізму і забезпечують активний енергетичний обмін. Ці речовини цінні джерела енергії, беруть участь в побудові клітинних мембран, потрібні для активної діяльності мозку.

У хімічному складі плодів годжи є лінолева кислота, необхідна для нормалізації холестерину, незамінна у виробленні статевих гормонів. Мінерал германій, що міститься в годжи у великих кількостях, відіграє важливу роль в профілактиці і лікуванні онкологічних захворювань, окислюючись в організмі він вступає в різні сполуки, що борються з раковими клітинами. Окрім германію, протипухлинну дію має ще один мінерал, що входить до складу ягоди, - селен. Серед онкологічних хворих, що включили у свій раціон плоди годжи, одужань спостерігалось на 250% більше, ніж серед тих, хто ці ягоди не вживав. Ягоди годжи омолоджують організм, подовжують життя, знижують ризик ракових захворювань, допомагають знизити вагу, нормалізують тиск, знижують рівень холестерину, нормалізують зір, підтримують роботу печінки і нирок, нормалізують вміст цукру в крові, покращують сон, зміцнюють серце, підвищують опірність до хвороби, покращують склад крові і лікують порушення роботи кісткового мозку, відновлюють гормональну рівновагу, допомагають при безплідді, зміцнюють м'язи і кістки, покращують пам'ять, знімають стрес та ін.

Таким чином, проаналізувавши літературні джерела про застосування ягод годжи, можна сказати, що вони є перспективним джерелом для розробки нових лікарських препаратів, завдяки різноманітному спектру біологічно-активних речовин.

### **Список літератури:**

1. Губанов, И. А и др. 1133. *Lucium barbarum L.* – Дерева обыкновенная// Иллюстрированный определитель растений Средней России. В 3т. – М.: Т-во науч.изд. КМК, Ин-т технолог.иссл., 2004. – Т.3.
2. Варданян Луиза Размиковна, Айрапетян Сюзанна Арсеновна, Варданян Размик Левонович, Арутюнян Ромик Суренович, Овсепян Грайр Юрикович Антиоксидантная активность листьев и ягод годжи (дерева обыкновенная) // Химия растительного сырья. 2016. №3. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/antioksidantnaya-aktivnost-listiev-i-yagod-godzhi-dereza-obuyknovennaya> (дата обращения: 11.10.2017).
3. Сериккызы М. С., Джумабекова Г. Ш. Изучение влияние ягод годжи на качество мясных продуктов // Ответственный редактор. – 2015. – С. 54.