**Малина звичайна та її застосування**

**Малина звичайна** (*Rubus idaeus L.*) – багаторічний гілчастий кущ заввишки 0,5-2 м. Корінь дерев'янистий, покручений (звивистий), сланкий, з надземними відгалуженнями. Стебла колючі, листки довгасто-яйцевидні, зверху зелені, зісподу білоповстисті. Квітки середні, зеленувато-білі, знаходяться в пазухових китицях і на кінцевому щитовидно-волотистому суцвітті. Плід – складна кістянка, куляста, малиново-червона, зрідка жовта; дрібні кістянки вкриті волосками. Достиглі плоди легко знімаються з конічного квітколожа.

Цвіте у травні-червні, достигає у липні-серпні. Росте дика малина у лісах, між чагарниками. Трапляється в горах Карпат. Садову малину вирощують повсюди. Для виготовлення ліків використовують достиглі плоди (ягоди) без квітколожа.

Збирають стиглі ягоди в липні-серпні, обережно відокремлюючи ягоди від квітколожа і складаючи у кошик.

Ягоди, очищені від зіпсованих плодів, сушать негайно після збирання, розклавши їх тонким шаром на полотняних рамах, ситах, фанерних листах на вільному повітрі, горищі, на печі, а також в овочевих сушарках при температурі 50-60° С. Рекомендується перед сушінням ягоди прив'ялити на сонці. Добре висушені плоди не повинні забарвлювати рук, злипатися в грудки; почорнілі ягоди викидають. Малина пахуча, кисло-солодка.

Зберігати малину треба у сухому місці, стежачи, щоб вона не збивалась у грудочки, щоб не завелися черви.

Малина містить органічні кислоти (яблучну, винну, лимонну), цукор, барвники, слиз, вітамін С. Малина – найкращий засіб проти простуди (відвар, варення, сироп). Витяжка з малинового кореня має антигонадотропну дію.

Застосовують у випадку простуди – перебуваючи перший день у ліжку п'ють по 2-3 склянки на ніч малинового чаю. З 4 столових ложок ягід сухої малини завареної в 2 склянках окропу (настоюють 20 хв., проціджують) роблять потогінний засіб; п'ють 2-3 склянки чаю на ніч з малиновим варенням (2 чайні ложки на 1 склянку окропу). Малиновий сироп додають до ліків для дітей.