

# Сравнительный анализ растительных адаптогенов

Лекарственное растительное сырье	Сырье	Химический состав	Основные свойства	Лекарственные формы
Женьшень	Корни	Тритерпеновые сапонины Панаксозиды А,В,С,Д,Е,Ф	Повышает физическую и умственную работоспособность, улучшает память	Настойки, таблетки
Родиола розовая	Корневища с корнями	Фенольные соединения: - салидрозид, - изопимпинелин Дубильные вещества	Улучшает физическую и умственную выносливость, снижает усталость	Настойки, жидкий экстракт, капсулы
Лимонник китайский	Семена и плоды	Лигнаны; Флавоноиды	Стимулирует когнитивные функции, повышает устойчивость к физическим нагрузкам	Настойка
Левзея сафлоровидная	Корневища с корнями	Фитоэкдизоны Смолистые вещества	Повышает физическую и умственную работоспособность, улучшает настроение и снижает усталость	Жидкий экстракт
Элеутерококк колючий	Корневища и корни	Стерины Тритерпеноиды Лигнаны Элеутерозид В	Стимулирует иммунную систему, повышает заряд энергии	Жидкий и сухой экстракт, таблетки, сборы
Софора японская	Бутоны	Флавоноиды Рутин Кверцетин Органические кислоты	Укрепляет стенки сосудов, снижает проницаемость капилляров и защищает сердечно-сосудистую систему	Настойка
Аралия высокая	Корни	Тритерпеновые сапонины Аралозиды А,В,С	Оказывает сильное тонизирующее воздействие на ЦНС, улучшая память и укрепляя иммунитет	Настойка, сборы
Чай китайский	Листья	Кофеин Теofilлин Дубильные вещества	Ускоряет метаболизм, снижает вес и повышает заряд энергии	Настой, сборы

## Литература

1. Корни женьшеня настоящего (*Panax ginseng*) // Государственная фармакопея Российской Федерации XIII издания. Том 2. Раздел 2.5.13. URL: <https://pharmacopoeia.regmed.ru/pharmacopoeia/izdanie-13/2/2-5/2-5-13/zhenshenya-nastoyashchego-korni-panacis-ginseng-radices/> (дата обращения: 01.11.2024).
2. Корневища и корни родиолы розовой (*Rhodiola roseae rhizomata et radices*) // Государственная фармакопея Российской Федерации XIII издания. Том 2. Раздел 2.5.36. URL: <https://pharmacopoeia.regmed.ru/pharmacopoeia/izdanie-13/2/2-5/2-5-36/rodioly-rozovoy-kornevishcha-i-korni-rhodiola-roseae-rhizomata-et-radices/> (дата обращения: 01.11.2024).
3. Семена лимонника китайского (*Schisandrae chinensis semina*)\*\* // Государственная фармакопея Российской Федерации XIV издания. Том 2. Раздел 2.5. URL: [https://pharmacopoeia.regmed.ru/pharmacopoeia/izdanie-14/2/2-5/limonnika-kitayskogo-semena-schisandrae-chinensidis-semina/?sphrase\\_id=629605](https://pharmacopoeia.regmed.ru/pharmacopoeia/izdanie-14/2/2-5/limonnika-kitayskogo-semena-schisandrae-chinensidis-semina/?sphrase_id=629605) (дата обращения: 01.11.2024).
4. Корневище с корнями рапontiкума сафлоровидного (*Rhapontici carthamoidis rhizomata cum radicibus*) // Государственная фармакопея Российской Федерации XIV издания. Том 2. Раздел 2.5. URL: <https://pharmacopoeia.regmed.ru/pharmacopoeia/izdanie-14/2/2-5/rapontikuma-saflorovidnogo-kornevishche-s-kornyami-rhapontici-carthamoidis-rhizomata-cum-radicibus/> (дата обращения: 01.11.2024).
5. Корневища и корни элеутерококка колючего (*Eleutherococci senticosi rhizomata et radices*) // Государственная фармакопея Российской Федерации XIII издания. Том 2. Раздел 2.5.53. URL: <https://pharmacopoeia.regmed.ru/pharmacopoeia/izdanie-13/2/2-5/2-5-53/eleuterokokka-kolyuchego-kornevishcha-i-korni-eleutherococci-senticosi-rhizomata-et-radices/> (дата обращения: 01.11.2024).
6. Софоры японской плоды (*Sophorae japonicae fructus*) // Государственная фармакопея Российской Федерации XIII издания. Том 2. Раздел 2.5. ФС 42-452-72.
7. Жестовская Е.С. Компонентный состав корней двух видов Орлопанах (*Araliaceae*) / Жестовская Е.С., Василевский С.В., Аксенов А.В., Таранченко В.Ф., А.Н. Ставрианиди, О.А. Шпигун // Химия растительного сырья. 2019. №4. – С. 233-242.
8. Артемьева В.В. Фитохимический анализ чая китайского (*Thea sinensis L.*) / В.В. Артемьева, И.И. Бочкарева, И.Н. Дьякова // Новые технологии. – 2015. – №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fitohimicheskiy-analiz-chaya-kitayskogo-thea-sinensis-l> (дата обращения: 03.11.2024).