**Многогодишно растение-лиана, достигащо височина 8 -15м, стъблото му има дебелина около 2 см. Листата са прости, целокрайни, плътни, на дълги дръжки, с интензивно зелен цвят. Плодовете са събрани в съплодие грозд, червени, имат сладка ципа, същевременно плодът му вътре е кисел, а семената му (1-2) са тръпчиво горчиви. Те след обработка стават солени.**

****

**Биохимичен състав**
Известен от древни времена, китайският лимонник има уникален химичен състав и това се отнася до почти всички части на растението-едногодишни клонки и кората им, листа и корени и преди всичко, разбира се – плодове и семена. Не случайно този вид е включен в списъка на десетте най-ценни растения в света. Китайските лекари и тибетските лами отнасяли лимонника към лекарствените  растения от първа категория.
Плодовете са богати с органични киселини-лимонена (10.94%), ябълчена (7.6%), винена (около 0.8%),  янтърна и др., което определя и киселичкия им вкус.
Значително съдържание на аскорбинова киселина (витамин C), достигащо в сушените плодове до 250-360 мг %, а  според някои автори и до 500-580 мг % .  Съдържат още неголеми количества захари, в свежи плодове до 1.5 %, а в изсушените-16%; биофлавоноиди, каротиноиди, сапонини, пектин (около 4%), танини и багрилни вещества (около 0.15%), съединения с P-витаминно действие, етерично масло. Натуралния сок от плодовете на лимонника съдаржа: сухо вещество-11.7-12.9%; киселини-5.2-9.8%; пектин-0.15%; захари 0.7-2%; танини и багрилни вещестесва -0.11-0.35% и около 0.03% токоферол (витамин Е). Листата, летораслите и корените също са много ценни. Например в листата  съдържанеито на витамин C  е пет пъти повече от това в плодовете. Сравнително високо е и масленото съдържание –в



листата -0.8%, в кората 0.6%, докато в плодовата кожица и плодовото месо е само 0.1-0.3%. Минералните вещества са представени от солите на калция, желязото, мангана, фосфора и на редица микроелементи в това число кобалт, никел и мед.
Почти всички части на растението съдържат етерично масло –кората (0.6-1.21%), стъблата (0.2-0.7%), но най- много семената. Чрез пресоването им се получава 33.8% обикновено тлъсто масло и от 1.6 до 1.9% етерично масло  с подчертано траен аромат на лимон. В състава на първото влизат глицериди на линоленовата, олеинова и други мастни киселини, допълнени от токофероли (витамин Е). В семената се съдържат известни количества белтъчни вещества. В корените и кората на младите леторасти е установено наличието на хинин.
При продължителни изследвания проведени в Англия, Русия, САЩ, Швеция и на други страни е установено, че в плодовете на шизандрата се съдържат съединения, които не са витамини , не са ензими или минерални соли. Нарекли ги адаптогени , а по- късно лигнани(лигналити), т.е.жизнено важна субстанция, която не само подобрява, а удължава живота на човека. Шизандринът е основна съставка на тази група съединения и се представя с относително стабилно съдържание около 1.1%,  като варира от 0.75 до 1.86% (в 1.25 г суха дрога се съдържа 20 мг лигнани).
Съдържанието на шизандрин и сходните му съединения обуславят основните фармакологични (лечебни) свойства на китайския лимонник.
**Лечебни свойства**
Обобщените изследвания показват, че лимонника има широк спектър на въздействие върху организма на човека, но преди всичко като природен адаптоген и  стимулатор на централната нервна система. Препаратите, получени главно от семената, премахват умората, сънливостта, лошото настроение, помагат при депресивни състояния; повишават работоспособността и не само физическата, а преди всичко активират дейността на мозъчните клетки; подобряват познавателните способности, като подпомагат усвояването на сложни знания; при възрастни хора поддържат паметта в активно състояние. Тонизиращото, освежаващо и стимулиращо действие на лимонника е особенно ясно изразено при напрегната умствена работа или такава, която изисква максимално съсредоточаване на вниманието и бързо вземане на важни решения. В тези случай много важно е, че неговото тонизиращо действие не е съпроводено с изтощаване на нервните клетки.
Установено е положителното  влияние на препаратите от шизандра върху работата на сърцето и сърдечно –съдовата система, върху обмяната на веществата и състава на кръвта в тази посока се действа за удължаване на живота , главно чрез задържане процесите не стареене.Засилват тонуса на сърцето и сърдечните съкращения, като увеличават амплитудата им. Препаратите от лимонника имат защитен ефект върху тъканите на сърцето, увредени от продължително приемане на лекарства. Препоръчват се също и като стимулиращо средство при сърдечни заболявания от функционален характер и отслабено дишане. Добре се повлияват и болните от астма. При хипотонии артериалното налягане се повишава. Имат стимулиращо въздействие върху имунната система, като осигуряват и устойчивост към пораженията, които нанасят болестите, заедно с ускоряване на възстановителните процеси. При пневмонии успокояват нощното изпотяване и намаляват отделянето на секрети от белите дробове, а след  хепатит стимулират възстановяването на чернодробните клетки. Изграждат в организма поносимост към стрес-физиологичен и психологичен, както и към действието на слаби отрови. Потискат процесите на затлъстяване. Китайският лимонник противодейства на уврежданията настъпили в следствие на



консумация на повече алкохол, захар, кафе.  Предпазва от усложнения при захарен диабет и може да спомогне при лечение на леки форми. Има и защитен ефект срещу токсични вещества-радиоактивно замърсяване и рентгенова радиация, химични отрови , запрашаване. Поддържа силите при тежко и продължително натоварване, като чрез индиректно въздействие върху целия организъм му помага да мобилизира силите си и да се справи  без увреждания.
Особен интерес предствлява способността на плодовете да усилват чувствителноста на периферното и централното зрение, ускоряват привикването на очите към тъмнина, подобряват нощното зрение. Помагат и на хора с късогледство. Препоръчват се за профилактика при зрителна умора следствие продължителна
работа пред екрани или при работа изискваща постоянно различаване на цветовете. Лимонникът повишава устойчивостта на организма на кислороден глад. Това го прави подходящ при условията на понижено атмосферно налягане и при всички случай на помещения , в които съдържанието на кислород е понижено. За лечебни цели се използват листа, леторасти, плодове и семена. Листата се събират в началото до средата на лятото, плодовете – при узряване , леторастите – след листопада, късно есен или рано напролет преди набъбване на пъпките. Най-често се използват сушените плодове.
**Използване**
В източните страни лимонникът се използва най вече от здрави хора за поддържане на работоспособността  за по-дълго време, за спадане на напрежението, за поддържане на телесното тегло в оптимални граници.  А също така предпазва човека от  енергията на завистта, злобата и агресията. Засилва енергията и привликателността на човека. Това е аромата на късмета и успеха.
Всеки може сам да установи оптималната доза за своя организъм. Това се прави чрез пробни дози, като се знае, че ефектът може да се очаква 30-40 минути след приема и че продължава 4-6 часа. Ако лимонникът се употребява разумно и през устата, той много рядко ще даде странични явления. Използва се и като сексуален стимулант за мъже и жени, подобрява издръжливостта.

**Китайският лимонник освен признато лечебно е и** **прекрастно декоративно растение.** По време на вегетацията блестящите кафяво-червени леторасти нависват като гирлянди, украсени в началото на лятото със зелените гланцирани листа и восъчно бели цветове. Техният аромат запалва всичко наоколо. Красиви са и през есента с пурпурночервените си плодове и своебразните есенни баграи на листата. **Шизандрата е уникален вид и няколко растения във вашата градина, около къщата и дори на терасата , но най-вече около беседката или мястото за отдих, ще разнообразят обстановката със своята рядкост,оригиналност и** **красота.** Наистина може да се гордеете, че я отглеждате и я имате близо до себе си.
**Технология на отглеждане**
Китайският лимонник е  сенкоиздържлив и студоустойчив  вид. Обича  богати с хумус добре дренирани  и влагоемни почви, но не преовлажнени. Има плитка коренова система, в първите години е бавно растящ, а след това дава обилно издънки. Засажда се през есента или рано на пролет, преди набъбване на пъпките. Разстоянията на засаждане са  60 -100 см  растение от растение. Изкопават се дупки с размери 60-60-60 см, с дренаж на дъното. При запълването на дупките и самото засаждане се спазват традиционните изисквания за овощни дървета, като се внасят следните количества



торове: две кофи прегорял оборски тор, смесен с листовка, пясък или перлит в съотношение 2:1:0,3 ; троен суперфосфат 200-250 гр. и калиев сулфат 120 -130 гр.,  добре размесени с почва. Преди да се постави растението на съответната дълбочина , се насипва над торовете изолиращ слой само от рохкава почва без торове. Дълбочината на засаждане е същата,  както в разсадника. Следват поливка и мулчиране с рохкава почва,  слама или листовка.
Лимонникът много добре реагира на обилно наторяване с азот, фосфор и калии. То се извършва ежегодно. През годините преди встъпване в плододаване торовете се внасят на два – три пъти , а след това на три- четири пъти. Първото подхраванае се извършва рано напролет, преди началото на вегетацията, след това в периода на оформяне на завръзите, наедряване на плодовете и интезивен растеж на леторастите и на края след беритба и през есента за удължаване живота на листата и като подготовка за добро и сигурно презимуване.
Ежегодно се подрязват слабите и сухи клонки, а почвата около него се разрохква и мулчира. Редовно се полива. Не се напада от болести и вредители и затова не се налагат пръскания с препарати.

Рецепта:
За стимулиране на сърдечно- съдовата система и потентността :
• няколко пресни плодове или 0.5 g сухи се консумират по два пъти дневно преди обяд. Спиртната настойка се пие по 20-30 капки два пъти дневно преди обяд.