



Малахов Геннадий

ОСНОВЫ ЗДОРОВЬЯ

Книга 5

«Настоящая медицина - это Природа, которая лечит, а вся прочая медицина ее служанка».

Гиппократ

О СВОЙСТВАХ ТРАВ, И ВЛИЯНИИ ИХ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

ОГЛАВЛЕНИЕ

Часть I. ОБЩЕЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ
О ТРАВЛЕЧЕНИИ.

ВВЕДЕНИЕ

ПРЕЖДЕ, ЧЕМ НАЧАТЬ ЛЕЧЕНИЕ
ТРАВАМИ.

ДЕЙСТВУЮЩИЕ НАЧАЛА В РАСТЕНИЯХ.
ЗАГОТОВКА РАСТИТЕЛЬНОГО СЫРЬЯ.

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О СПОСОБАХ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ,
ДОЗИРОВКИ И ИЗВЛЕЧЕНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ НАЧАЛ ИЗ РАСТИТЕЛЬНОГО СЫРЬЯ.

Часть II. ТРАВЫ, СВОЙСТВА И ПРИМЕНЕНИЕ.

ОТЗЫВЫ

«Получила Вашу новую книгу «Целительные силы трав и минералов». Сама я травница, но сколько в ней я познала нового. Я просто зачитываюсь Вашей книгой. Сколько в Вашей книге оригинальных сборов. Огромное Вам спасибо за умную книгу. Ей нет равных. Вы так хорошо пишете просто и понятно. Я думаю Вы еще будете писать книгу про травы. У меня есть желание, чтобы Вы написали книгу с цветными рисунками трав, она будет бесценна как и эта Ваша книга.

Вторую Вашу книгу я тоже получила «Оздоровительные советы на каждый день». Каждый день я начинаю с нее.

Хочу пожелать Вам огромного здоровья, больших творческих успехов, много таких умных и хороших книг. Они так нужны людям.

Выражаю Вам огромную благодарность. Пишите Вашему таланту нет границ».

.....

.....

Часть I. ОБЩЕЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ТРАВЛЕЧЕНИИ.

ВВЕДЕНИЕ

Данная книга идет в связке с 4 томом «Основ оздоровления» посвященных вопросам правильного питания. Эти две книги раскрывают тему оздоровления с помощью использования пищевых веществ и растений.

В ходе изложения материала вы будете встречаться с такими выражениями, как подходит или не подходит к «горячей», «сухой», «слизистой», «холодной» натуре (природе) человека то или иное вещество (Речь пойдет об особенностях индивидуальной конституции человека. Все, что касается этого вопроса изложено в I томе «Основ здоровья»). Каждый человеческий организм имеет свои особенности, так, у некоторых людей вырабатывается больше теплоты и они не мерзнут. О таких людях раньше говорили, что их натура «горячая». Другие наоборот - постоянно мерзнут - значит у них «холодная» натура. Одни люди полные, склонные к полноте. О таких людях говорили, что натура у них «слизистая». Есть худощавые люди, которые едят хорошо, употребляют много жидкостей, но по прежнему остаются худыми. О таких людях говорят, что они обладают «сухой» натурой. Поэтому, чтобы скомпенсировать такой «перекос», например, повышенную выработку тепла организмом, которая в жаркое время года может привести к болезни, люди сознательно стали применять в этот период вещества, вещи и т. п., которые способствуют охлаждению организма. В результате этих профилактических мероприятий (питания, одежды, процедур) человек с «неуравновешенной природой» не болел и жил нормально. Это же самое касается сухости, слизистости и холодности.

Таким образом, учение о конституции человека в глубокой древности играло большую роль в способах лечения, дозировке лекарств и процедур. Сначала определяли индивидуальную конституцию (природу, натуру) человека, а затем с ее учетом назначали лечение с помощью процедур, образа жизни, питания и лекарств. Именно такому подходу к здоровью человека учат нас индийская Аюрведа, тибетская Чжудши, величайшие целители — Авиценна, Пара-

цельс, Амирдовлат Амасиаци и многие другие.

Зная особенности своего организма, каждый человек индивидуально для себя сможет подобрать уравнивающие и усиливающие его «натуру» лекарственные вещества приготовленные из трав и использовать их для коррекции своего здоровья. Нижеприведенные, проверенные веками, знания о свойствах трав и приготовленных на их основе лекарственных средствах помогут вам в этом.

ПРЕЖДЕ, ЧЕМ НАЧАТЬ ЛЕЧЕНИЕ ТРАВАМИ.

Несколько советов читателям, которые будут пользоваться данной книгой для лечения и укрепления своего здоровья.

1. Прежде всего, начните лечение или оздоровление с чувством, что вы будете делать все возможное для его успешного завершения. Помните, что здоровье надо заслужить и завоевать.

2. Старайтесь быть добрым все время. Бодрость и оптимизм всегда будут вашим другом. Помните, что ваши мысли играют чрезвычайно важную роль как в возникновении, так и в излечении болезни. Есть эмоции обессиливающие организм, а есть - стимулирующие защитные силы. Всякая депрессия, страх, беспокойство и т. п. ослабляют ваш организм. Заменяя их противоположными эмоциями — надеждой, смелостью, решительностью и т. д., Вы в усиливаете свой организм, стимулируете процессы восстановления и лечения.

3. Очень важно самовнушение. Перед сном представляйте себя таким, каким бы вы хотели себя видеть, и засыпайте с этой картиной.

Проснувшись, повторяйте: «Теперь я продолжу мое лечение, которое мне так полезно и которое скоро исцелит меня полностью. Я верю в Целительные Силы Природы. Я раскрываю эти Целительные Силы в самом себе. Они делают меня все более и более здоровым, жизнеспособным, молодым».

Такие самовнушения надо повторять изо дня в день. Они принесут больше пользы, чем это подозревает большинство людей.

4. Пройдите все основные очистительные процедуры: толстого кишечника, печени, хорошенько попарьтесь в бане - смените токсические

жидкости в организме. Это позволит Целительным Силам растения сразу же приступить к работе, а не к удалению токсических продуктов и их нейтрализации.

5. Никогда не забывайте о необходимости свежего воздуха и упражнений на свежем воздухе. Не перенапрягайтесь, но помните, что прогулка пешком по парку, полю или лесу в несколько километров, всегда принесет вам только пользу. Общение с Живыми Силами Природы поможет Вам в исцелении и укреплении организма.

6. Всегда следите за тем, чтобы ваша спальня была хорошо проветрена. Нет ничего хорошего в том, чтобы спать в затхлой атмосфере. Носите как можно меньше нижнего белья. Нижнее белье должно быть из натуральных тканей. Дополнительно согреть тело надо за масляного массажа и движений.

7. Принимайте натуральную пищу два раза в день - утром и в полдень. Никогда не «закусывайте» между этими периодами и не кушайте на ночь. В такое время пища принесет вам больше вреда, чем пользы. Никогда не ешьте, когда вы переутомлены или перевозбуждены. Никогда не ешьте в спешке. Никогда не спешите после еды. И главное, никогда не переedayте. Вставайте из-за стола, как только утолен первый голод.

8. Самое главное... Болезна наши посланы нам за неумение взаимодействовать с Пространством - Богом. Исцелиться можно только в том случае, если Вы пересмотрите свою жизнь, поступки и мысли. Относитесь с добром к людям (в том числе и предкам своим), животным, насекомым, растениям, Земле. Не оскверняйте Пространство плохими мыслями.

9. Только при соблюдении этих советов Вы почувствует пользу в лечении и оздоровлении Силами даваемыми Вам растениями, минералами - Природой (Имя, Которой - Бог).

ДЕЙСТВУЮЩИЕ НАЧАЛА В РАСТЕНИЯХ.

Работая над любой темой, книгой я изучаю соответствующую литературу и ищу то, оригинальное, что сделает мою работу заметно отличной от уже имеющихся. Я называю это «интеллектуальными изюминками». В работе над данным «Травником» я пересмотрел до-

статочно руководств на эту тему. В основном все они представляли собой список трав, какое лекарство из этих трав можно делать и как применять. С одной стороны вполне достаточно. Но здесь заключается одно большое «но». Описано растение, дан рецепт и применяй его. Однако, меня заинтересовало, за счет чего растение оказывает лечебный эффект? Обычной медицинской трактовки, что лекарственное действие травы определяется входящими в растение компонентами мне было недостаточно. Поэтому, я обратился к древним и оккультным текстам. В результате их изучения я понял, как надо построить изложение данного «Травника», чтобы он выделился из огромной массы уже имеющихся руководств и имел успех.

Роль энергий запасенных растением в лечебной практике.

Поговорим о тех энергиях, которые скопились в растении и их влияние на организм человека. Оказывается, те или иные энергии и их комбинации мы можем ощущать по вкусу, цвету и действию.

Действие вкуса. Ниже следующая глава¹⁹ из древнего трактата по тибетской медицине «Голубой берилл» разъясняет лечебное действие растений. «Порождение лекарств пятью великими элементами». Любое лекарство, равно как и все сущее, порождено совокупностью пяти великих элементов, или пяти первоэлементов: земли (гравитационная энергия), воды (сочетание гравитации и электромагнетизма), огня (электромагнетизм, тепло, свет), воздуха (энергии движения), эфира (пространство). Таким образом, все сущее является лекарством. «Земля» формирует основу, «вода» придает влажность, «огонь» - теплоту, движение «воздуха» - рост, «эфир» — пространственность.

Вкус лекарств, сам по себе лечебный фактор, определяется преобладанием естества той или иной пары первоэлементов. Преобладание «земли» и «воды» — сладкий вкус; «огня» и «земли» - кислый; «воды» и «огня» — соленый; «воды» и «воздуха» - горький; «огня» и «воздуха» - жгучий; «земли» и «воздуха» - вяжущий.

В рвотных лекарствах обычно преобладает естество «огня» и «воздуха», в слабительных - естество «земли» и «воды».

Наиболее живительной силой обладает сладкий вкус, затем следуют: кислый, соленый, горький, жгучий, вяжущий. Сладкое укрепляет ткани тела, поэтому полезно для стариков, младенцев, людей изнуренных. Оно способствует заживлению ран, улучшает общий вид, стимулирует ясность органов чувств, содействует долголетию. Однако его чрезмерное употребление приводит к тучности, жировикам, болезням мочи. Кислое — возбуждает аппетит, содействует пищеварению. Его чрезмерное употребление вызывает слабость, головокружения, отеки, геморрой, лихорадочное состояние. Соленое — способствует удалению затвердевшего кала и скопления газов, прочищает закупорку кровеносных сосудов, повышает телесную теплоту, улучшает аппетит. Чрезмерное употребление ведет к выпадению волос, преждевременной седине и морщинам, болезням «желтой воды», крови и «желчи» (имеется в виду расстройство функций жизненного принципа Желчи). Горькое — полезно при потере аппетита, отравлениях, обморочных и лихорадочных состояниях, оно проясняет сознание, врачует грудные болезни и хрипоту. Его чрезмерное употребление истощает компоненты тела, вызывает болезни «Ветра» (расстройство жизненного принципа «Ветра») и «Слизи» (расстройство жизненного принципа «Слизи»). Жгучее — способствует заживлению ран, поднимает аппетит, полезно при болезнях горла и тяжелых кожных болезнях. Его чрезмерное употребление истощает силы семени, приводит к морщинам, обморокам, болям в спине и пояснице. Эти шесть основных вкусов могут дать в сложных лекарствах 57 вкусовых сочетаний.

Сила энергетического воздействия растений на человеческий организм. Из практики мы знаем, что человек может съесть одно вещество и не почувствовать никакого действия, съев же другое, он может мгновенно умереть. Вследствие этого целители древности различали четыре степени силы воздействия.

Если человек принял вещество и никаких следов его влияния в теле не обнаруживает (то есть оно не разогревает, не охлаждает, не сушит, не увлажняет и так далее), оно именуется уравновешенным.

Если вещество обладает небольшим дей-

ствия соответствует 1 степени.

Если вещество подействует либо своей теплотой, либо холодом, но не окажет вредного влияния на организм, то говорят, что сила его воздействия достигает II степени.

Если же оно окажет ядовитое действие, вплоть до того, что убьет, то это будет III степень.

А если же приводит к смертельному исходу, то силу этого вещества определяют IV степенью.

Качество энергетического воздействия растений на человеческий организм. Это действие оказывается комбинацией различных энергий входящих в состав лекарственного вещества. К примеру, если в каком-либо веществе много гравитационной энергии, то оно способствует «стягиванию», «склеиванию»; если преобладает электромагнитная энергия, тепловая, энергия поверхностного натяжения — которые увеличивают энергию частиц и заставляют их быстрее перемещаться относительно друг друга (например, броуновское движение), это способствует «разрежению», «растворению», «рассасыванию».

Разные источники указывают разное количество свойств. Я, опираясь на труд Амирдовлата Амасиаци «НЕНУЖНОЕ ДЛЯ НЕУЧЕЙ», отобрал 50 свойств.

Разреженное, нежное.	Плотное, сгущенное.
Текучее, водянистое.	Разреживающее, смягчающее.
Растворяющее.	Отрывающее.
Открывающее.	Расслабляющее.
Очищающее, процеживающее.	Омывающее.
Вытягивающее.	Переваривающее пищу.
Сваривающее, способствующее созреванию.	Ветрогонное.
Делающее скользким.	Вызывающее покраснение.
Вызывающее зуд.	Сжигающее.
Разъедающее.	Жгучее, вызывающее ожог кожи.
Вызывающее плесневение.	Склеивающее.
Сглаживающее.	Увлажняющее, придающее скользкость.
Вяжущее, закрепляющее.	Сужающее.
Закрывающее, закупоривающее.	Уплотняющее.
Укрепляющее.	Смертоносное.
Наращивающее мясо в ране.	Очищающее рану.
Способствующее росту мяса в ране.	Очищающее, придающее блеск коже.
Слабительное.	Рвотное.

Мочегонное.	Делающее обильной кровь.
Потогонное.	Высушивающее.
Изгоняющее плод.	Выводящее, дробящее камни.
Вызывающее затвердение и уменьшение молока.	Молокогонное.
Закрепляющее, сгущающее.	Кровоостанавливающее.
Вызывающее задержку мочи.	Вызывающее образование семени.
Уменьшающее и прекращающее образование семени.	Заживляющее рану.

1. Разреженное, нежное — вещество, которое способствует мягкому разогреву человеческого организма, умеренному увеличению в нем циркуляторных процессов (кровообращения). Сила действия этого вещества доходит до всех частей человеческого тела. Таковы вино и ему подобные вещества.

2. Плотное, сгущенное — вещество, которое способствует некоторому охлаждению организма, в связи с чем циркуляторные процессы снижаются и это приводит к уплотнению и сгущению в организме.

3. Текучее, водянистое — вещество, частицы которого естественно всасываются и распределяются по всему организму. Таковы вода и ей подобные вещества.

4. Разреживающее, смягчающее — вещество, которое за счет увеличения поверхностного натяжения легко проникает в ткани и делает их рыхлыми. Подобным действием обладают лекарственные вещества дающие пигменты, которые понижают поверхностное натяжение, обладающие горьким вкусом и летучими свойствами. Отвар ромашка обладает подобными свойствами.

5. Растворяющее — вещество, которое обладает горьким вкусом, летучими свойствами, активирует ферменты.

6. Отрывающее — вещество, которое отрывает частицы чужеродной материи, за счет сильного горького вкуса. Например, чистотел, упаренная урина - отрывающие полипы.

7. Открывающее — вещество, которое обладает горькими, летучими свойствами увеличивающими циркуляторные процессы. Это способствует смещению с места материи (слизи), закупорившую капилляры. Подобным действием обладают семенам петрушки.

8. Расслабляющее — вещество, которое раз-

мягчает плотные образования и ослабляет в них силы сцепления за счет теплоты, влажности, электромагнетизма. Например, горячая вода.

9. Очищающее, процеживающее — вещество, которое выводит липкую влагу из скрытых пор подобно меду. Это должно быть вещество адсорбент, который поглощает и удерживает в себе вредные, токсические вещества.

10. Омывающее — вещество, которое смягчает, сваривает и промывает липкую влагу, например, пиво. Другими словами, это вещество должно обладает комбинационным воздействием: «смягчить» за счет горьковатого вкуса и уменьшения сил сцепления; активировать ферментативный процесс, который «сваривает» - доводит болезненную ткань до такого состояния, когда она легко отторгнется; обладать адсорбентными качествами для удержания в себе отторгнутого.

11. Вытягивающее — вещество, которое приводит в движение материю и выводит ее наружу вследствие своих свойств. Это могут быть вещества, которые за счет вкусов могут активизировать энергетику организма направляя ее вверх, вниз. Например, так действуют рвотные и слабительные. В другом случае это такие вещества, которые действуют за счет сил осмоса, усиления целенаправленной диффузии и т.п.

12. Переваривающее пищу — вещество, которое способствует активации пищеварительных ферментов. Для этого необходимо разогреть и увеличить циркуляторные процессы внутри пищеварительного тракта. Указанные процессы усиливает жгучий перец.

13. Сваривающее, способствующее созреванию — вещество, которое придает зрелость сокам (возьмем только химус - пищевую кашу в желудочно-кишечном тракте); если они густые, то разжижает их, если жидкие, то сгущает. Все влаги претерпевают превращение четырьмя путями: либо переходят в состояние зрелости, либо перевариваются, либо подвергаются плесневению и разрушаются, либо подвергаются перевариванию в состоянии плесневения.

14. Ветрогонное—вещество, которое усиливает циркуляторные процессы в организме. Горький вкус, охлаждающее действие.

15. Делающее скользким — вещество, которое уменьшает гравитационную энергию стяги-

вания и высыхания. Стягивание и высыхание - два процесса происходящие и усиливающиеся с возрастом в организме человека. Именно они вызывают старение и слабость. Применение масла наружно и внутрь ослабляет действие стягивания и высыхания, а значит усиливает и улучшает состояние тела.

16. Вызывающее покраснение — вещество, которое согревает органы и усиливает кровенаполнение, вытягивает кровь наружу, вызывает покраснение кожи, например горчица.

17. Вызывающее зуд—лекарство, которое с силой вытягивает вязкую влагу на поверхность кожи, вызывает постоянный зуд и заставляет чесаться. Вещества обладающие большой осмотической силой.

18. Сжигающее — вещество, которое своей теплотой разрушает влагу и сжигает ее.

19. Разъедающее—вещество, которое настолько растворяет мясо, что уменьшает его количество.

20. Вызывающее плесневение—вещество, которое разрушает природу души (полевою форму жизни) и природную влагу настолько, что восстанавливающей силы организма недостаточно чтобы рассосать эту разрушающую материю, например, мышьяк.

21. Жгучее, вызывающее ожог кожи—вещество, которое жжет кожу и высушивает ее, а также закрывает дорогу влаге и вызывает образование сухих язв, например купорос.

22. Склеивающее — вещество, которое обладает большим запасом гравитационной энергии. Вещество с подобными свойствами высушивает и стягивает, что приводит к запору.

23. Сглаживающее — вещество, которое при смазывании делает гладкой шероховатую кожу, удаляет шероховатость и придает коже блеск: моча, масла.

24. Увлажняющее и придающее скользкость — вещество, которое насыщает влагой кишечник, делая его гладкими и скользкими, открывает его. Способствует очищению его от скопления гниющих отбросов. Например слива.

25. Вяжущее, закрепляющее — лекарство, которое собирает и сгущает частицы материи в органах, сужает проходы и запирает их. Вещество вяжущего вкуса, охлаждающе действующее на организм, поглощающее в себя много жидкости. Например, вареная картошка, рис.

26. Сужающее — лекарство, которое сужает кишечные пути так, что пища проходит с трудом. Вяжущий вкус, поглощающее много жидкости. Например картошка, хлеб из муки тонкого помола.

27. Закрывающее, закупоривающее — лекарство, которое своей плотностью и сухостью закрывает кишечные пути, например, рисовая похлебка, сваренная с говяжьими ножками, или пресный хлеб.

28. Уплотняющее, делающее плотным — вещество, которое охлаждает и уплотняет ткани организма, не позволяет рассосаться, раствориться скопившимся там веществам (метаболическим шлакам) и распространиться по организму для выведения.

Если сравнивать по силе закрепления, то под номером 25, наиболее слабое, 26 - сильнее, 27 еще более сильное и 28 - самое сильное.

29. Укрепляющее — вещество, которое укрепляет природу органов, делает ее уравновешенной и сильной и не позволяет проникнуть в нее вредным смешениям влаги, например масло розы. Имеется в виду вещество, которое гармонизирует и укрепляет жизненные принципы организма. В большинстве своем это масла. Но они не годятся для лиц с выраженной конституцией «Слизи».

30. Смертоносное — вещество, которое сводит жизненный потенциал на нет и убивает человека.

31. Нарращивающее мясо в ране — вещество, которое вызывает рубцевание, вылечивает свежую рану и образует новое мясо. Это вещество должно обладать антисептическими свойствами, содержать в себе энергии образующие жизненный принцип «Слизи» - гравитацию и пространство (просто говоря, это должна быть белковая слизь обладающая антисептическими свойствами). Урина и упаренная урина подходит для подобных целей.

32. Очищающее рану — вещество, которое удаляет язвенный струп и хорошо очищает и вымывает рану.

33. Способствующее росту мяса в ране — вещество, которое превращает кровь в мясо, вызывает образование рубца и укрепляет его.

34. Очищающее, придающее блеск коже — вещество, которое очищает кожу от отмершего слоя, питает и увлажняет его, делает ее блестя-

щей.

35. Слабительное — вещество, которое обладает природным свойством вытягивать влагу (слизь) из желудка, вызывает послабление, спускает материю в кишечник, выводит наружу и вызывает понос. Горький и соленый вкус обладают этими свойствами.

36. Рвотное — вещество, которое вытягивает влагу (патологическую слизь) вверх и выводит ее с рвотой. Приторно сладкий вкус, маслоподобное, «легкое», наполняющее желудок до отказа, способствует этому.

37. Мочегонное — вещество, которое согревает почки, делает обильной мочу и выводит ее.

38. Делает обильной кровь — вещество, которое открывает кровеносные пути для разреженной крови и делает ее обильной.

39. Потогонное — вещество, которое очищает грудь, легкие и горло, выводит скопившуюся в них влагу благодаря своей теплоте и разреженности.

41. Изгоняющее плод — вещество, которое вследствие своей силы и влажности изгоняет плод из утробы, лишая его той пищи, которая давала ему силы, рассеивает ее и не дает плоду питаться, так что он умирает и выпадает из утробы.

42. Выводящее, дробящее камни — вещество, которое разжижает густую слизь, очищает почки, открывает мочевые пути, размельчает камень и выводит его наружу. Вещества обладающие горьким вкусом, сильно летучими свойствами, увеличивающими поверхностное натяжение свойствами.

43. Вызывающее затвердение и уменьшение молока — вещество, которое уменьшает и прекращает выделение молока либо путем согревания и высушивания, либо же путем охлаждения и затвердения. В первом случае влага испаряется, а во втором она кристаллизуется.

44. Молокогонное — вещество, которое делает обильным молоко, например маслянистые семена.

45. Закрепляющее, сгущающее — вещество, которое вызывает образование сгущенной влаги в органах человека, и эта влага не может быть выведена, а остается и уплотняется. Подобным образом у нас образуется уплотнение в гайморовых и лобных пазухах. Обилие слизеобразующих продуктов приводят к образованию сли-

зи, которая течет из носа. Во время прохладной погоды она коагулируется и уплотняется. Так один слой находит на другой. Получается так, как будто растет сталактит.

46. Кровоостанавливающее — вещество, которое сужает кровеносные сосуды, делает кровь густой, высушивает ее и не позволяет ей раствориться и вытечь. Сухое вещество с вяжущим вкусом.

47. Вызывающее задержку мочи — вещество, которое усиливает способность удерживать мочу, прекращает истечение ее по каплям и вызывает задержку мочи и закупорку. Сильно вяжущего и терпкого вкуса вещество.

48. Вызывающее образование семени — вещество, которое обладает избытком влажности и растворяющей теплоты, превращая ее в семя. Вещество в котором имеется в избытке гравитационная и электромагнитная энергия, а также «упакованная» жизненная энергия. Особенно много подобного в маслянистых семенах.

49. Уменьшающее и прекращающее выделение семени — вещество, которое высушивает семя, будучи по природе сухим и горячим, подобно руте или индийской конопле, или охлаждает и уменьшает его вследствие своей холодной природы, как семена белены. В связи с этим подчеркну, что одинаково вредно на половую функцию влияют - сухая сауна и моржевание. Все должно быть в меру.

50. Заживляющее рану — вещество, которое увеличивает влажные выделения раны и не позволяет ей высохнуть, поддерживая во влажном состоянии. Должен иметь место осмотический и антисептический процесс, а заодно иметься биологически активные вещества. Повязки из обычной и упаренной урины способствуют этому процессу.

ЗАГОТОВКА РАСТИТЕЛЬНОГО СЫРЬЯ.

Заготовка растительного сырья включает многие тонкости от соблюдения которых зависит эффективность действия лекарственных трав и сборов.

Наметим для себя вопросы данной темы, а затем раскроем ее.

1. Кто может собирать лекарственные растения?

2. Подготовка человека к сбору лекарственных растений.

3. Где необходимо собирать лекарственные растения?

4. Когда необходимо собирать лекарственные растения?

5. Действия человека во время сбора трав.

6. Способы заготовки и хранения растительного сырья.

1. Кто может собирать лекарственные растения? Это отнюдь не праздный вопрос. Естественно, собирать лекарственные растения может тот человек, который их знает и умеет различать. Сборщик должен был знать «мужские» и «женские» травы. Мужские не цветут, а женские — с цветами. Некоторые травы должен рвать сам больной, только в этом случае они окажут желаемое действие.

В виду того, что мужской организм более активен (Ян) и отдает энергию в окружающую среду, а женский - наоборот, менее активен (Инь) и больше работает на удержание энергии в себе, то предпочтительно, чтобы заготовщиками лекарственных растений были мужчины.

Если заготовщиком лекарственных растений будут женщины, то к ним предъявляются дополнительные требования: ими могут быть девочки-подростки до полового созревания, или пожилые женщины у которых прекратилась половая функция. Оказывается, именно женская половая функция активно поглощает окружающую энергию, деструктурируя (разрушая) пространство возле них.

Если заготовкой растительного лекарственного сырья занимается женщина находящаяся в репродуктивной периоде (способная зачать и родить ребенка), то ей категорически запрещается собирать лекарственное сырье в период менструации. В этот период ее энергетика особенно сильно воздействует на окружающее пространство, выделяются особые вещества, в результате чего растения, особенно цветы, у некоторых женщин, вянут прямо на глазах. Это указывает на феномен сильного забора энергии от растений, вообще, от окружающего пространства.

2. Подготовка человека к сбору лекарственных растений. Сбор лекарственных растений важное мероприятие. Если человек к нему от-

носиться без должного внимания, то и результаты получаться соответствующие. Объясним этот феномен более подробно.

Человек заболел и желает лечиться растениями. Для этого он должен сорвать, погубить их, воспользоваться их жизненностью для того, чтобы укрепить свою. Таким образом, действие по сбору лекарственных растений это принесение их в жертву - придание их смерти для того, чтобы укрепилась ваша жизнь или жизнь того человека для которого они собираются, а смерть отодвинулась. Поэтому, сборщик должен заранее настроиться на подобный ход мыслей, очиститься духовно и физически. Необходимо обязательно вымыться, попариться в бане, в отдельных случаях поголодать и помолиться, и одеть чистое белье. Вот такой человек становится дорог Природе (Богу) и растения с удовольствием отдадут ему себя в жертву.

Если человек этого не делает (не знает, как взаимодействовать с Пространством - Богом), а просто рвет - он совершает кармическое действие - наносит урон Природе, отнимает жизнь растения. Польза от такой заготовки лекарственных растений будет минимальна, а кармическая задолженность наиболее высокой.

Белье человека, пропитанное запахами пота разрушающее действует на лекарственные начала собранных растений. По этой причине желательно одеваться во все чистое. Кроме того, искупавшись и одеваясь во все чистое, человек мысленно сохраняет чистоту своего тела, своих намерений.

3. Где необходимо собирать лекарственные растения? Растения растут в разных местах. Некоторые места чисты и преисполнены всеми благостными признаками: среднегорье, горные долины. В наше загрязненное «время необходимо удаляться для сбора трав как можно дальше от промышленных зон, подальше от человеческого жилья. Древние советовали обходить места с нечистотами, кладбища, леса сожженные огнем и территории, опустошенные насекомыми.

В жарких местах (среднегорье) много растений, обладающих горячительными свойствами, в прохладных местах с проточной водой — растений с прохладительными свойствами.

В связи с тем, что в настоящее время огромные площади Земли загрязнены, для сбора ле-

карственного растительного сырья остались небольшие участки. Сложность этого вопроса заключается еще в том, что помимо обычного загрязнения земли существует информационное загрязнение, которое еще в большей степени влияет на внутреннюю структуру растений из-за чего ослабляются или извращаются их лекарственные свойства. В связи с этим дошла до нас, например, такая рекомендация, травы, применяемые при гинекологических заболеваниях, надо собирать вдали от жилых мест, там, где не слышно пения петуха. Поэтому лучше всего собирать растения подальше от авто- и железных дорог, различных хозяйств (свинарников, коровников) предприятий и жилья.

При сборе лекарственного растительного сырья необходимо учитывать особенности местности, которая передает свои свойства растению. Например, сухие, возвышенные, обдуваемые ветром места придают и растениям соответствующие свойства. В противовес им, низменные, влажные, прохладные места передают подобные свойства растениям растущим на них. Поэтому, выходя для сбора лекарственной травы от болезней жара надо идти во влажные, прохладные местности, а от болезней слизи и холода надо идти в высокие, сухие, продуваемые ветром места и т.п.

4. Когда необходимо собирать лекарственные растения? Растение должно быть собрано в определенные сроки. Корни, ветви и стебли — эти три части относятся к разряду стебля, излечивают болезни костей, мяса, сосудов. Необходимо их собирать осенью, когда соки засыхают.

Листья, млечный сок и черешки относятся к разряду листьев, излечивают болезни полых органов, костного мозга и коленных суставов. Их необходимо собирать после распускания листьев.

Цветки, плоды и семена относятся к разряду плодов, излечивают болезни глаз, лица и головы. Их необходимо собирать осенью в пору полного созревания. Цветы, естественно, нужно собирать весной.

Кора, кожица и смола относятся к разряду смолы коры, излечивают болезни кожи, сухожилий и суставов. Их необходимо собирать в пору набухания почек».

В трактате «Дудзи лунггхэм» о сроках сбора говорится следующее: стебель бери сочным;

корни копай весной; листья бери летом; цветок бери в разгар лета; плоды собирай осенью; смолу бери весной и осенью.

Слабительные лекарственные растения надо собирать осенью, когда соки высыхают и сила трав направлена вниз. Рвотные — в период распускания почек, когда сила трав направлена вверх. Особенно хороши сборы в период прибывающей Луны.

В трактате «Баро-далай чжуд» сказано, что в период от седьмого дня лунного месяца до пятнадцатого (вторая четверть луны) лекарственные растения превращаются в нектар. Лекарства, собранные во время солнечных и лунных затмений, превращаются в яд.

Собирать лекарственные растения надо аккуратно, не допускать, чтобы на них попала слюна или грязь.

Чтобы правильно ответить на этот вопрос, надо рассказать о годе (а надо бы рассказать о 60-летнем цикле, его энергетических особенностях и отражении их на целебной силе растений), особенностях лунного цикла и особенностях суток.

Особенности года. Из предыдущего мы знаем, что растение полностью «входит в силу» тогда, когда оно начинает цвести. Это говорит о том, что у растения имеется избыток силы, который направляется на плодоношение. В основном большинство трав полностью созревает и цветет в период летнего солнцестояния. Сами сутки летнего солнцестояния называются Иван Купала. В эти сутки принято считать, что лекарственные травы обладают наибольшей целительной силой и их необходимо собирать. Этот феномен легко объяснить тем, что растения являются чуткими энергетическими резонаторами. Чем сильнее поступление энергии из окружающего пространства, тем сильнее перестройка энергетической и материальной основы растения, для ее усвоения. А так как в сутки летнего солнцестояния (Ивана Купалы) она самая большая в году, то и структура растений самая мощная.

Поясняю этот феномен «травяной силы» примером спортивной тренировки. Обычный человек начинает заниматься силовыми видами спорта и у него растет мышечная сила. Чем интенсивнее он занимается, тем больше рост мышечной силы. Но вот нагрузка снижается

и приспособительный ответ организма также снижается - мышцы становятся меньше в объеме и падают силовые показатели. Человек вообще перестает тренироваться и через некоторое время он ничем не отличается от обычного. Подобное происходит с растениями - пик их наибольшей целебной силы сутки летнего солнцестояния (Ивана Кулалы).

Растения в которых используют корневую часть собирают весной и осенью. Семена и плоды собирают тогда, когда они полностью поспеют. Во всех остальных случаях лучше всего заготавливать растительное лекарственное сырье в сутки летнего солнцестояния.

Особенности лунного цикла. Эти особенности можно объяснить действием гравитационной силы, которая вызывает приливно-отливные эффекты. В результате этого энергетика и материальные вещества могут подниматься в верх растения или опускаться в корень. К тому же лунный цикл запускает многие жизненные процессы на Земле, которые находят свое отражение в растительном и животном мире (менструальный цикл у женщин). В связи с этим рекомендуется при сборе растительного сырья учитывать лунные фазы.

В первой фазе Луны, особенно в период новолуния лучше собирать корнеплоды, т. к. максимальная энергия и наибольшее количество микроэлементов концентрируются в корнях. А с новым лунным циклом они готовы вновь пойти в рост и развитие растения.

Надземную часть растений собирали в период полнолуния, когда идущая снизу жизненная энергия растения проявляла себя полностью и накапливала микроэлементы в верхней части растения. В полнолуние лучше всего собирать травы тогда, когда видна Луна.

В периоды, когда видна ровно половинка Луны лучше всего собирать растения, которые будут использоваться в качестве успокоительного. В эти периоды энергетика Природы наиболее уравновешена, успокоена и сообщает подобные качества растениям.

Особенности суток. Сутки представляют собой миницикл жизни, который задает ритм физиологическим функциям растений и животным. Общими правилами суток в нашем случае будут следующие: день - Ян (активный, деятельный) период, а значит разрушение структур

растений; ночь - Инь (пассивный, восстановительный) период в который происходит восстановление структур растений и рост. В связи с этим общая рекомендация такая: собирать травы применяемые для улучшения пищеварения, разогрева организма, усиления циркуляторных процессов в дневное время, ближе к полудню; для успокоения, усиления восстановительных процессов в организме лучше всего собирать растения ночью. Обычно принято собирать цветы с 7 до 9 утра и до 11-00; листья, особенно кору и корни — в 16-18 часов — ближе к закату. Во время дождя, грозы травы собирать не рекомендуется.

Помимо этого в сутках существуют два периода - утром и вечером, когда выпадает роса. Процесс конденсации и выпадения влаги - росы имеет огромное значение при сборе трав. Так вечерняя роса концентрирует в себе активные, двигательные, разрушительные энергии дня. Утренняя роса увеличивает присутствие в растении гравитационной и «пространственно-временной» энергии. Собранные утром травы обладают большей целительной способностью, лучше восстанавливают и укрепляют организм.

Выводы. Вот теперь, зная особенности влияния на растения года, лунного цикла и суток можно приступать к сбору особенно целебных растений. Лучше всего это делать в периоды летнего солнцестояния, в новолуние или полнолуние (смотря что вы собираете - корни или надземную часть растений), на утренней или вечерней зорьке или в полдень.

Помимо выше описанного, сбор лекарственных трав приурочивали к различным религиозным праздникам, например, Симона Зилота, который считался покровителем растений.

Собирая травы на Симона Зилота, принято было тихонько читать: «Святой Авраам эти травы пахал, а Бог сажал, а Спас родил, Матерь Божья поливала и нам в помощь давала».

В Вербное воскресенье (последнее воскресенье перед Пасхой — Благовещенье) освячивали вербу, чтобы обеспечить здоровье на весь год.

Собирали травы перед Троицей, накануне праздника Успенья Богородицы (15 августа по старому стилю) и на Спаса (19 августа по старому стилю), чаще всего в пятницу.

В заключении следует сказать, что в зависимости от года 60-летнего цикла целебные каче-

ства одного и того же растения значительно отличались. Например, собранные в «огненные» годы значительно отличались от собранных в «водные» и т.п. Отсюда и особая уникальность сбора трав в каждом году.

В дополнение, приводим общепринятый календарь сбора лечебных трав.

КАЛЕНДАРЬ СБОРА ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ

МАРТ

Береза - почки
Брусника - листья
Сосна - почки

АПРЕЛЬ

Береза - почки
Брусника - листья
Горец змеиный - корневища
Девясил высокий - корневища с корнями
Дуб - кора
Калина обыкновенная - кора
Крушина ольховидная - кора
Лапчатка прямостоячая - корневища
Папоротник мужской - корневища
Сосна - почки
Толокнянка обыкновенная - листья
Тополь черный - почки

МАЙ

Адонис весенний - трава
Багульник болотный - облиственные ветви
Береза бородавчатая - листья, почки
Боярышник красный - цветы, плоды
Брусника - листья
Дуб - кора
Дягиль лекарственный - корни
Калина обыкновенная - кора
Копытень европейский - листья
Крапива двудомная - листья
Крушина ломкая - кора
Крушина ольховидная - кора
Ландыш майский - трава, листья, цветки
Лопух большой - корни
Мать-и-мачеха - цветки, листья
Одуванчик лекарственный - трава, корни
Окопник лекарственный - корни

Папоротник мужской - корневища
Пастушья сумка - трава
Первоцвет весенний - листья, цветки
Пион уклоняющийся - корни
Пихта сибирская - почки, хвоя
Плаун булавовидный - трава, споры
Подорожник обыкновенный - трава
Пырей ползучий - корневища
Смородина черная - листья
Сосна лесная - хвоя, почки
Толокнянка обыкновенная - листья
Тополь черный - почки
Фиалка трехцветная - трава
Хвощ полевой - трава
Хрен обыкновенный - корни
Черемуха - цветки, плоды

ИЮНЬ

Адонис-весенний—трава—
Багульник болотный - облиственные ветви
Белена черная - листья
Береза бородавчатая - листья, почки
Боярышник красный - цветы, плоды
Василек синий - цветки
Вахта трехлистная - листья
Горец птичий - трава
Донник лекарственный - трава
Дягиль лекарственный - корни
Желтушник серый - трава
Земляника лесная - плоды, листья
Золототысячник малый - трава
Копытень европейский - листья
Крапива двудомная - листья
Ландыш майский - трава, листья, цветки
Липа сердцевидная - цветки
Лишайник исландский - слоевище
Лопух большой - корни
Мать-и-мачеха - цветки, листья
Одуванчик лекарственный - трава, корни
Окопник лекарственный - корни
Папоротник мужской - корневища
Пастернак посевной - трава
Пастушья сумка - трава
Пион уклоняющийся - корни
Пихта сибирская - почки, хвоя
Плаун булавовидный - трава, споры
Подорожник большой - листья
Подорожник обыкновенный - трава
Полынь горькая - листья

Пустырник пятилопастный - трава
 Ромашка душистая - цветочные корзинки
 Сосна лесная - хвоя, почки
 Сушеница топяная - трава
 Тимьян ползучий - трава
 Тмин обыкновенный - трава
 Фиалка трехцветная - трава
 Хвощ полевой - трава
 Хрен обыкновенный - корни
 Череда трехраздельная - трава
 Черемуха - цветки, плоды
 Черника - листья
 Чистотел большой - трава
 Ятрышник - клубнекорни

ИЮЛЬ

Адонис весенний - трава
 Аир болотный - трава
 Багульник болотный - трава
 Белена черная - листья, почки
 Береза бородавчатая - листья, почки
 Бессмертник песчаный - соцветия
 Боярышник красный - цветки, плоды
 Василек синий - цветки
 Вахта трехлистная - листья
 Голубика - плоды
 Горец перечный - трава
 Горец почечуйный - трава
 Донник лекарственный - трава
 Душица обыкновенная - трава
 Дягиль лекарственный - корни
 Желтушник серый - трава
 Живокость сетчатоплодная - трава
 Зверобой продырявленный - трава
 Земляника лесная - плоды, листья
 Золототысячник малый - трава
 Календула лекарственная (ноготки) - соцветия

тия

Калина обыкновенная - кора, плоды
 Кипрей узколистный - трава
 Копытень европейский - листья
 Коровяк скипетровидный - венчики цветков
 Крапива двудомная - листья
 Липа сердцевидная - соцветия
 Лишайник исландский - слоевище
 Лопух большой - корни
 Лук репчатый - луковица
 Льянка обыкновенная - трава
 Малина обыкновенная - плоды, листья

Мать-и-мачеха - цветки, листья
 Можжевельник - шишкоягоды
 Морковь посевная - семена, корнеплоды
 Мята полевая - трава
 Одуванчик лекарственный - трава, корни
 Окопник лекарственный - корни
 Папоротник мужской - корневища
 Пастернак посевной - трава
 Пастушья сумка - трава
 Петрушка огородная - трава, корни
 Пижма обыкновенная - соцветия
 Пион уклоняющийся - корни
 Пихта сибирская - почки, хвоя
 Плаун булавовидный - трава, споры
 Подорожник большой - листья
 Подорожник обыкновенный - трава
 Полынь горькая - трава, листья
 Полынь обыкновенная - трава
 Пустырник пятилопастный - трава
 Ромашка душистая - цветочные корзинки
 Смородина черная - плоды
 Сосна лесная - хвоя, почки
 Сушеница топяная - трава
 Тимьян ползучий - трава
 Тмин обыкновенный - плоды
 Толокнянка обыкновенная - листья
 Тысячелистник обыкновенный - трава
 Фиалка трехцветная - трава
 Хвощ полевой - трава
 Хрен обыкновенный - корни
 Череда трехраздельная - трава
 Черемуха обыкновенная - плоды
 Черника - плоды
 Чистотел большой - трава
 Шиповник коричный - цветки, плоды
 Ятрышник - клубнекорни

АВГУСТ

Адонис -весенний - трава
 Аир болотный - корневища, трава
 Багульник болотный - трава
 Бессмертник песчаный - соцветия
 Боярышник красный - цветки, плоды
 Валериана лекарственная - корни, корневища
 Голубика - плоды
 Горец почечуйный - трава
 Донник лекарственный - трава
 Душица обыкновенная - трава

Дягиль лекарственный - корни
 Желтушник серый - трава
 Золототысячник малый - трава
 Календула лекарственная (ноготки) - соцветия
 Калина обыкновенная - кора, плоды
 Кипрей узколистный - трава
 Коровяк скипетровидный - венчики цветов
 Крапива двудомная - листья
 Крестовник обыкновенный - трава, корни
 Лишайник исландский - слоевище
 Лопух большой - корни
 Лук репчатый - луковица
 Малина обыкновенная - плоды
 Мать-и-мачеха - цветки, листья
 Морковь посевная - семена, корнеплоды
 Одуванчик лекарственный - трава, корни
 Окопник лекарственный - корни
 Папоротник мужской - корневища
 Пастушья сумка - трава
 Петрушка огородная - трава, корни
 Пижма обыкновенная - соцветия
 Пион уклоняющийся - корни
 Плаун булавовидный - споры, трава
 Подорожник большой - листья
 Полынь горькая - трава
 Ромашка душистая - цветочные корзинки
 Рябина обыкновенная - плоды
 Синюха голубая - корневища с корнями
 Сосна лесная - хвоя, почки
 Сушеница топяная - трава
 Тмин обыкновенный - плоды
 Толокнянка обыкновенная - листья
 Тысячелистник обыкновенный - трава
 Фиалка трехцветная - трава
 Хвощ полевой - трава
 Хмель обыкновенный - шишки
 Хрен обыкновенный - корни
 Череда трехраздельная - трава
 Черемуха обыкновенная - плоды
 Черника - плоды
 Чеснок посевной - луковицы
 Чистотел большой - трава
 Шиповник коричный - плоды

СЕНТЯБРЬ

Валериана лекарственная - корневища с корнями
 Горец змеиный - корневища с корнями

Дягиль лекарственный - корневища с корнями
 Календула лекарственная (ноготки) - соцветия
 Калина обыкновенная - плоды, кора
 Капуста
 Клюква - плоды
 Крапива двудомная - листья
 Кровохлебка лекарственная - корни, корневища
 Крушина слабительная (жостер) - плоды
 Лапчатка прямостоячая - корневища
 Лопух большой - корни
 Лук репчатый - луковица
 Можжевельник обыкновенный - шишкоягоды
 Морковь посевная - семена, корнеплоды
 Одуванчик лекарственный - корни
 Ольха серая - шишки
 Папоротник мужской - корневища
 Пастушья сумка - трава
 Первоцвет весенний - корневища с корнями
 Петрушка огородная - трава, корни
 Пион уклоняющийся - корни
 Плаун булавовидный - споры
 Подорожник большой - листья
 Полынь горькая - трава
 Ромашка душистая - цветочные корзинки
 Рябина обыкновенная - плоды
 Синюха голубая - корневища с корнями
 Тмин обыкновенный - трава
 Толокнянка обыкновенная - листья
 Тысячелистник обыкновенный - трава
 Фиалка трехцветная - трава
 Хвощ полевой - трава
 Хмель обыкновенный - шишки
 Хрен обыкновенный - корни
 Цикорий дикий - корни
 Шиповник коричный - плоды
 Щавель конский - корневища и корни

ОКТЯБРЬ

Валериана лекарственная - корневища с корнями
 Горец змеиный - корневища
 Дягиль лекарственный - корневища с корнями
 Калина обыкновенная - плоды, кора
 Клюква - плоды

Кровохлебка лекарственная - корневища и корни

Лапчатка прямостоячая - корневища

Морковь посевная - семена, корнеплоды

Можжевельник обыкновенный - шишкоягоды

Одуванчик лекарственный - корни

Окопник лекарственный - корни

Ольха серая - шишки

Папоротник мужской - корневища

Первоцвет весенний - корневища с корнями

Пырей ползучий - корневища

Стальник полевой - корни

Толокнянка обыкновенная - листья

Цикорий дикий - корни

Шиповник коричный - плоды

Щавель конский - корневища и корни

НОЯБРЬ

Ольха - соплодия

Стальник полевой - корни

5. Действия человека во время сбора трав. Ранее уже говорилось, что собирая травы вы их насильно умертвляете, т.е. совершаете кармическое действие. В связи с этим, вы должны обращаться к траве с мысленной просьбой о помощи и попросить у нее прощение за нанесение ей вреда. Кроме этого, надо обратиться к месту на котором вы собираете травы с просьбой дать вам необходимое лекарственное сырье, пообещав при этом возместить нанесенный урон и сделать нечто полезное для этого места (например, как-то позаботиться о нем, о травах растущих на этой местности и т.п.). Сорвать травы необходимо ровно столько, чтобы хватило вам на лечение, не более.

Настоящий травник-лекарь поступает таким образом, он выходит на местность, где растут чистейшие травы и мысленно задает вопрос о том, какая трава может помочь тому или иному конкретному человеку. Интуитивно он получает нужный ответ и влекомый направляющей силой этого места идет к растению. Прежде, чем он сорвет растение он обращается к нему с просьбой о помощи и просит прощение за срыв этого растения. Собрав необходимое количество он благодарит место за доброе отношение к нему, делает какое-либо полезное дело

(рассаживает семена или корешки собранного растения, чтобы продолжался рост его на этом месте) и уходит.

Всякое другое собирание лекарственного сырья, алчная его заготовка, нанесение ущерба Природе, влечет за собой кармические последствия для самого сборщика, а лекарственное сырье заряжает негативной энергией протеста. В связи с этим вас должны поразить такие факты - существует огромное количество всевозможных лекарств из растительного сырья, которые должны были бы вылечить все население планеты, но этого не происходит. Армия больных людей не уменьшается, а наоборот растет. И все это происходит из-за того, что люди неправильно, варварски обращаются с окружающей Природой и получают соответствующий кармический ответ.

Сохранилось немало молитв и заговоров, которые надо произносить при сборе трав. Вам уже известно, что надо было мысленно читать собирая травы на Симона Зилота - «Святой Авраам эти травы пахал, а Бог сажал, а Спас родил, Мать Божья поливала и нам в помощь давала». Вот главная молитва при сборе трав - «Земля-Мати, благослови меня травы брати, и ты трава мне Мати».

В некоторых местностях при сборе бузины клали под куст кусочек хлеба или соли, а обламывая жостер — клали хлеб и монетку. Этот обряд можно рассматривать как своеобразную форму приношения жертвы земле-кормилице.

Наиболее упорным, терпеливым, бесстрашным и добрым к Природе людям открывались природные тайны и блага. Подобное травничество могло открыться раз в году, в ночь на Ивана Купалу. Так народная мудрость гласит, что в ночь на Ивана Купала, когда лекарственные травы наиболее целебны, надо в полночь в глухом лесу, в одиночестве искать единой распутившийся цветок папоротника. Кто найдет его, тот будет обладать силой врачевания и способностью отыскивать клады.

6. Способы заготовки и хранения растительного сырья. Следует отобрать хорошие экземпляры и засушить. Для сушения растения надо раскладывать и во время сушки их не ломать. Общепринято сушить все растения на сквозняке, без прямых солнечных лучей, слоем 2-3 сантиметра. Но существуют такие тонкие реко-

мендации, как: растения с прохладительными свойствами необходимо сушить в прохладном месте, в тени, а с горячительными — в теплоте у огня или на солнце. Растения необходимо беречь от дыма и посторонних запахов, в том числе от запахов других лекарственных растений. Высушенные таким образом растения имеют безмерную силу.

Способы заготовки растительного сырья значительно отличаются в зависимости от того, какое действующее начало желают использовать. Например, растение может оказывать лекарственное воздействие за счет своей полевой формы жизни, за счет жизненной силы и за счет запасенной энергии в материальной форме (во всем растении - корнях, стволе, листьях, плодах и семенах.) Разберем эти способы.

А) Если вы желаете использовать полевую форму растения, то сорванное растение надо сохранять в таких условиях, чтобы оно не вяло и использовать его прежде, чем значительно снизиться тургор в его тканях (попросту завянет, листья обвиснут).

В этот вопрос надо отнести и использование растения на различных этапах развития: семя, прорастание, активный рост, цветение, сбор плодов или корней.

Б) Разрозненные силы в растении сохраняются несколько дольше, чем полевая форма жизни. Об их наличии говорит активность растительных ферментов. Лучше всего извлекать жизненную силу в форме сока растения. Чем больше растение находится в сорванном состоянии и влажном виде, тем большее количество жизненной силы растения переходит в неактивное состояние в результате действия собственных ферментов (процесс дыхания, брожение, гниение).

В) Биологически активные вещества могут извлекаться из свежего растения различными способами: в виде водного, спиртового, масляного настоя и т.п. Для этого, опять таки, необходимо использовать как можно более свежее растительное сырье.

Хранить заготовленное таким образом сырье и лекарственные формы необходимо в плотно закупоренных бутылках и в темном месте. Помните, биологически активные вещества разрушаются от контакта с воздухом (окисляются) и светом.

Г) В большинстве случаев травы заготавливают с помощью сушки. Сушить травы рекомендуется в тени. Солнечные лучи разрушающе воздействуют на многие вещества запасенные растением. После того, как они высохнут их лучше всего хранить в серой бумаге, в холстяных мешочках с этикеткой (дата), в бумажных или деревянных ящиках, но не в пластмассе, не в полиэтиленовых пакетах, можно в стеклянной посуде с бумажной прокладкой перед крышкой или со стеклянной крышкой, в темноте. Металлические коробки не подходит, ибо металл также может взаимодействовать с биологическими веществами растения инактивируя и извращая их действие.

Вот несколько интересных народных рекомендаций по заготовке растительного сырья.

Свежее лекарственное сырье, годное к употреблению, нельзя смешивать со старым, ибо свежее потеряет силу. Растение с потерей своего запаха теряет свою силу. Если высушенные листки цветов (цветки) теряют окраску — исчезла их сила. Хорошие плоды деревьев даже при длительном хранении в отличие от травянистых не теряют, силы.

Тибетские руководства рекомендуют выводить яд из растения. «Сами по себе неядовитые корни имеют яд в коже, а стебли имеют яд в ветвях.

У ветвей узлы ядовиты, у листьев — черешок, у цветка — чашечка, у плодов — косточка. Но в тех растениях, которые представляют собой молоко, заключенное в косточках, — они необходимы.

Млечный сок, сердцевина и смола не содержат яда. У наростов — яд в коже, у мякоти плода яд может быть в кожице. Лекарства без яда мягки и легко всасываются.

Неядовитые корни и листья, которые идут в лекарство в чистом виде, надо собирать отдельно. Некоторые растения нельзя собирать вместе с корнями, листьями и кюветками — такие сборы не считаются лекарственными».

В третьей фазе Луны — после полнолуния, когда энергия идет на сжатие и консервирование, травы сушили.

Травы, собранные в Ивана Купала день, клали под росу этого дня и высушивали.

В результате этого в травы переходило больше энергии даваемой днем солнцестояния, что

и делало эти травы более целебными чем другие.

Купальские травы освящивали в церкви. Освящивание своего рода духовный ритуал, который налагает целебную энергетику на растение и усиливает ее собственные целительные свойства. (В данном случае действует феномен электронной лампы - маленькая энергия усиливается большой). В результате этого действия целебные свойства растения увеличивались.

Плоды и собранные в пучки цветы перевязывали венками из жита и пшеницы, втыкали в середину свечки и несли после обеденной службы в церкви к источнику, где освящивали воду и ею обрызгивали травы, называемые маковейниками. В данном случае, под действием пламени - источника энергии, молитвой службы происходила модуляция этой энергии в целебную, которая связывалась водой, которой образгивали растение. В данном случае действует феномен передачи и усиления целебного начала - с помощью молитвы (службы) задается необходимая информация, которая модулирует энергию пламени (усиливается), переносится на воду, а с помощью воды на растение, где усиливает его целебные свойства.

Нельзя вместе хранить растения, обладающие горячей и холодной природой. Это же правило необходимо учитывать и при составлении лекарственных сборов, в противном случае горячие свойства будут нейтрализовать холодные, также необходимо учитывать вкусовые качества.

Растения свежими считаются в течение года, а потом сила теряется, поэтому надо использовать их за год.

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О СПОСОБАХ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ, ДОЗИРОВКИ И ИЗВЛЕЧЕНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ НАЧАЛ ИЗ РАСТИТЕЛЬНОГО СЫРЬЯ.

1. Общие сведения о способах использования лекарственных растений.

Целебные свойства растений ценились во все века весьма высоко. Даже греческое имя самого бога медицины Эскулапа означает в переводе: дерево, надежду на спасение, («способность Солнца возрождать тела», «восстанавливающий

нарушенную целостность тканей»).

Растения могут употребляться для лечения в трех видах: живыми, мертвыми и воскрешенными.

Живое растение — употребляется для изменения среды, окружающей больного. Особенно хороши для этого благовонные растения: их аромат способствует оздоровлению воспаленных оболочек дыхательных путей. Так, например, чахоточным полезен запах сосны, лаванды, розмарина, базилики, мяты и других.

Сорванное (мертвое) растение - может быть употреблено следующим образом:

- 1) В виде сока.
- 2) В виде порошка.
- 3) В настое.
- 4) В отваре. Растение вываривается в воде и получается медикамент более активный, чем настоем.
- 5) В магистерииум (порошок, получаемый в виде осадка).
- 6) В спиртовой вытяжке.
- 7) В квинтэссенции.

Напутствие тому, кто должен готовить лекарство из растений. Известно, что растительный медикамент всегда лучше действует, если он приготовлен человеком с крепким здоровьем и притом искренне желающего помочь больному человеку. В этом кроется одна из причин успеха приготовления растительных лекарств.

Способы введения лекарственного начала извлеченного из растения различны.

Внутри вводятся лекарственные начала в виде: выжатого из растения сока; отвара; напара; вытяжек из корней, коры, семян и плодов с помощью воды, вина, водки, спирта; порошка из высушенных частей растений; вводятся с помощью клизм.

Наружно - в виде изменения окружающей среды вокруг больного; ванн; оборащиваний в простыню, смоченную в отваре из лекарственных растений; в виде примочек, компрессов, прикладывании частей растения и пасты из них к больным местам; мазей.

Перенесение болезней на растения.

Болезнь может быть перенесена с человека на любое другое живое существо. Для этого нужно взять от человека какую-нибудь жидкость организма: кровь, мокроту, мочу или чего-нибудь подобного. Этой жидкостью нужно полить

землю, заключенную в горшок и посадить в нее семя, отмеченное тем же знаком как и болезнь. Когда растение взойдет, его надо бросить в реку, если дело идет о лихорадке или инфекционной болезни, или сжечь - при воспалениях с отделением влаги.

При язвах или ранах употребляются - Горчак, Живокость.

Прежде чем сжечь растение, нужно поддержать его некоторое время в соприкосновении с больным местом.

При зубной боли - нужно до крови натереть десна корнем Крестовика обыкновенного, а потом снова посадить его на место.

При легочной чахотке - дуб или вишня.

Специфическое действие растений.

По специфическому характеру действия растения и их частей можно различают на:

1. Противовоспалительные и растительные антибиотики. Это растения, содержащие, в первую очередь, фитонциды — угнетающие и даже уничтожающие патогенную флору: лук (все виды), чеснок, лист шелковицы, лист ежевики, лист инжира (смоковницы), лист ореха, кориандр, чабрец, зеленые побеги сосны, ели, кедра, пихты, чистотела большого, эвкалипта голубого, цвет и молодые листья березы, мать-и-мачехи.

2. Растительные антисептики. Багульник, береза, зверобой, календула, лук, можжевельник, мята, ромашка, подорожник, сосна (почки, хвоя), туя, чабрец, черная редька, чистотел, чеснок, шалфей, эвкалипт.

3. Антиаллергены. Аир, береза (сок, лист), ромашка, солодка, череда.

4. Биостимуляторы. Аир, девясил, золотой корень, корень лопуха, лимон, левзея.

5. Отхаркивающие. Аир, анис, девясил (корень), коровяк (цвет), лук, мать-и-мачеха, медуница, редька черная, солодка, чабрец.

6. Жаропонижающие. Береза, бузина черная, василек полевой, клюква, малина (лист, ягоды), лепестки розы (светлые тона), ромашка, хвощ полевой, солодка, череда, цикорий.

Важно знать с какой целью используются те или иные растения при лечении ниже следующих расстройств и болезней.

Заболевания кишечника можно лечить:

1. При поносе и воспалении кишечника

- вяжущими и противовоспалительными. Понос - это сильнейшее расстройство энергетики (сильное ее убыстрение, возбуждение «Ветра») организма. Поэтому, для приведения ее в норму, надо в организм подать вещества ее угнетающие и скovskyающие. Воспаление - это расстройство теплообразующей энергетики (возбуждение «Желчи») организма. Поэтому для ее угнетения важно подать такие растения, которые содержат противоположную энергетику (охлаждающие и уменьшающие движение). Естественно, что наилучшим образом с этим справятся растения обладающие вяжущими свойствами: аир, гранат, конский щавель, кора дуба, калина (кора, цвет, плоды), орех грецкий (лист), соплодия ольхи. А также охлаждающими и менее вяжущими: горец птичий и горец зеленый (приземистое растение обладающие «силой Земли» - охлаждением и связыванием), зверобой (слегка вяжет), крапива, календула, лапчатка прямостоячая, подорожник (охлаждает), ромашка (вяжет), тысячелистник.

2. При болезнях слизистой оболочки желудочно-кишечного тракта (язвы и т.п.) - обволакивающими. Нарушение целостности слизистой оболочки указывает на преобладание энергии разрушения, распада (это происходит тогда, когда имеется недостаток энергии «времени и пространства», не хватает жизненного принципа «Слизи»). Для того, чтобы ее нейтрализовать, надо применять растения содержащие противоположную энергетику с большим потенциалом энергии «времени и пространства», то есть имеющие переизбыток «Слизи». Это как правило растения выделяющие много слизи: корень алтея, крахмал, овес, рис, черника, черемуха.

3. При болезнях связанных с развитием не свойственной микрофлоры (дисбактериозы) в желудочно-кишечном тракте применяют растения обладающие антибактериальными свойствами: аир, барбарис, зверобой, календула, лапчатка, лук, подорожник, полынь, репешок, рябина черная, эвкалипт, чистотел.

4. При расстройствах и болезнях связанных со слабой секреторной и переваривающей деятельностью желудочно-кишечного тракта (мало в организме энергии движения и теплоты) применяют растения, в которых ее имеется избыток: золототысячник (горечь - стимули-

рует движение), капустный сок (кислый вкус - стимулирует теплообразование), корень одуванчика (горечь), подорожник (усиливает движение), тысячелистник (горечь).

5. При избытке газов, жидком стуле (перевозбуждении жизненного принципа «Ветра») следует применять противоположную энергетику — растения способствующие образованию в организме теплоты и вяжущие (угнетающие, сковывающие движение). Подобными свойствами обладают следующие растения: морковь (возбуждает тепло благодаря оранжевому цвету, сладкий вкус - стимулирует «Слизь», антагонист «Ветра»), раствор 10-15% корицы (способствует стимуляции теплотворных сил организма), отвар овсяной соломы (вяжет), а также гвоздику (разогревает), лапчатку, лавровый лист (сильно вяжет), мякоть абрикоса (сладкий вкус - антагонист «Ветра»), тысячелистник (разогревает).

6. Если необходимо просто закрепить стул (особенно это касается полных лиц и детей) можно применять в качестве закрепляющего: гранат, дубовая кора, змеевик, орех, подорожник.

7. При гастритах связанных с нарушением слизистой можно принимать для ее восстановления: алоэ, подорожник, одуванчик (лист). Для стимуляции пищеварения и снятия тошноты при гастрите принимайте: вахту трехлистную, (снимает тошноту при нулевой и низкой кислотности), душица, золототысячник, полынь, тысячелистник (все остальные растения способствуют секреции и активации пищеварительных соков и рекомендуются тогда, когда слизистая оболочка желудочно-кишечного тракта цела, но слаба).

Во Франции и Японии из выше указанных трав готовят специальные салаты, которые подают пожилым людям для усиления пищеварительных способностей организма. Применение таких салатов позволяет продлевать людям жизнь, ибо с возрастом уменьшается «огонь» пищеварения.

8. Особое внимание занимают растения, улучшающие состояние главной железы организма - печени. Так с помощью трав можно стимулировать:

а. Желчеобразование: бессмертник, березовые почки, виноград, зверобой, календула,

льянка, мята, можжевельник, овес, одуванчик (корень), пижма, редька, спорыш, тысячелистник, тмин, шиповник, чистотел, череда, ягоды земляники, укроп.

б. Поддерживать нормальное состояние и функционирование в печени: березовые почки, зверобой, золототысячник, капуста, калина, календула, крапива, морковь, петрушка (отвар семян), ромашка, тысячелистник, укроп.

9. При заболеваниях легких связанных с застоем энергии и накоплением слизи применять растения в которых находится энергетика стимулирующая процесс отхаркивания (направления энергии организма вверх). Для этой цели применяют: алтей лекарственный, айва обыкновенная, анис, акация белая, бурда плющевая, девясил, душица, копытень, коровяк, мать-и-мачеха, пырей ползучий, сосна лесная, тимьян ползучий, фиалка трехцветная, редька черная.

10. Заболевания сердечно-сосудистой системы связаны с расстройством энергии движения. В некоторых случаях она сильно убыстрена, а в других наоборот. Соответствующие растения помогают как уменьшить, так и усилить ее.

При заболеваниях сердечно-сосудистой системы, к которым относят: гипертоническую болезнь и систолические гипертонии, гипотонии, ишемическую болезнь сердца, врожденный и приобретенный пороки сердца, кардиопатии и кардиосклероз, нейроциркуляторную дистонию, неврозы сердца и нарушения ритма и проводимости, сердечно-сосудистая недостаточность, а также отдельные сердечные симптомы (одышка с затрудненным вдохом; боли в области сердца сжимающие, колющие, режущие, пульсирующие, давящие и др.; сердцебиение и перебои, учащенный ритм сердца, замедленный пульс, непроизвольные вздохи; синюшность лица, губ, кончика носа, отеки лодыжек и голеней ног, усиленная, ощущаемая пульсация сосудов в теле и т.д.).

Можно применять что-либо из указанных ниже растений: алтей, бессмертник, боярышник, барвинок малый, барбарис, багульник, валериана, дыня сушеная, гречиха, горицвет весенний (адонис весенний), девясил, желтушник, зверобой, ива, калина, копытень, клубника, лаванда, липа, лук, морковь, мать-и-мачеха, малина, омела, пустырник, полынь, петрушка, паслен черный, пихта, рябина черноплодная,

сухоцвет болотный, стальник колючий, укроп, хвощ полевой.

11. Заболевания почек, мочевыводящих путей и мочевого пузыря также связаны с угнетением энергетики организма. Ее можно стимулировать с помощью соответствующих растений, которые действуют как мочегонное, дробящее и камневыводящее: бессмертник песчаный, береза, земляника лесная, крапива, кукурузные рыльца, лист грецкого ореха, мята перечная, марена красная, пырей, спорыш, толокнянка, тысячелистник, щавель, фасоль.

12. При сахарном диабете для нормализации энергетических процессов в области 12-й кишки, желудка и поджелудочной железы, а также почек. Рекомендуется применять валериану (успокоение энергетических процессов способствует нормальному усвоению сахара, задержке его в крови), ежевику (кислый вкус стимулирует нормальное расщепление пищи), гречку посевную (замедляет чрезмерную энергетику движения), цветы каштана (вяжут энергетику), крапиву (стимулирует переваривающие свойства организма), одуванчик, ромашку, солодку, спорыш, чабрец, лист шелковицы, створки фасоли (все эти растения вяжут энергетику в организме, что способствует удержанию почками сахара в крови).

13. При онкологических болезнях рекомендуется использовать такие растения, которые бы ядовито воздействовали на опухолевые клетки; убыстряли энергию распада, либо тормозили энергию роста в опухолях; поднимали бы защитные силы организма. Например, такие растения, как: астрагал, бессмертник, болиголов, змеевик едкий, лук, очиток едкий, петрушка кудрявая, чеснок, чистотел, хрен, чага, щавель конский будут ядовито воздействовать на опухолевые клетки и стимулировать в них энергию распада. Тормозят рост опухолей - аир, багульник, валериана, горец, морковь, просо, пшеница мягкая, спорыш, шалфей, шафран, ячмень. Отсюда, в зависимости от задачи разрушить опухоль или приостановить ее развитие - надо применять соответствующие растительные средства.

14. Повышают устойчивость организма в тяжелых экологических условиях, а также улучшают кроветворение и функции кровеносной системы, тонизируют сердечную мышцу, ре-

гулирует витаминный обмен и улучшают сон, следующие травы: алтей лекарственный, буковица лекарственная, барвинок (трава), грецкий орех (лист), донник лекарственный, крапива жгучая, корень валерианы, липа (цветы), ландыш (цветы и листья), мать-и-мачеха, материйка (листья, цветы), ромашка, шиповник.

15. Для акклиматизации, при смене сезонов года, для повышения аппетита и переваривающей способности организма в январе следует принимать: алтей, мята холодная (лист), парило (трава), ромашка (цвет), тысячелистник, тмин (цвет), укроп (семя).

16. Для повышения общий тонуса организма вообще, после заболеваний, в старости рекомендуется принимать: корень аира (добавляет в энергетику организма «пространство и время»), апилак (биостимулятор), девясил, ель (пыльца), сосна (пыльца), пихта (пыльца), женьшень, заманиха, лимонник китайский (семена), любисток, пион (уклоняющийся), прополис, перга, Марьян корень.

Комбинирование лечения растениями. Встает вопрос о том, применять одну траву от той или иной болезни или смесь трав, которые в той или иной степени, также действуют против этой же болезни? Из народной медицины подмечено, что действие одного растения менее эффективно, чем при соединении нескольких растений, действующих на эту болезнь. Это особенно справедливо в случаях с упорным и продолжительным заболеванием. Как правило, это основное заболевание сопровождаются различными осложнениями, на которые и действуют смесь растений. Кроме выше указанного, каждое растение обладает своими действующими началами, которые активируются от присутствия действующих начал или веществ другого растения.

Для того, чтобы произошло качественное излечение, особенно в тяжелых случаях, принимать растительное лекарственное сырье необходимо в течении нескольких месяцев, делая через каждые два месяца перерыв по 15 дней, либо голодая по 7 суток (что еще лучше). Подобный подход к лечению не позволит организму привыкнуть к действующему началу растений и ослабить свою ответную реакцию. Чем длительнее подобное лечение, тем лучше и стабильнее результат.

Помните, что для лечения травами характерно: медленное и мягкое действие; длительное действие и довольно поздние результаты (не ждите эффекта через 2-3 часа или дня, а скорее через 2-3 недели).

2. Дозировка лекарственного сырья.

Народная практика показывает, что наиболее часто встречающаяся и, можно считать, самая подходящая и хорошая общая доза для применения внутрь — одна столовая ложка «с верхом» мелко изрезанного растения или смеси на стакан кипятка или четыре столовых ложки с «верхом» на литр кипятка.

В первую неделю лечения травами при приеме внутрь дозировку уменьшают вдвое по сравнению с указанной. Это делается для того, чтобы организм привык к определенному лекарству. Со второй недели, если организм хорошо переносит данное лекарственное средство, переходят на полную дозировку. В первые дни при приеме внутрь сборов, настоев и настоев из лекарственных трав у некоторых больных происходит как бы небольшое, легкое обострение болезни. Этого бояться не надо, так как происходит оздоровительный кризис в организме в связи с действием лечебных препаратов. Но если растительное средство или сбор явно не помогает, следует прекратить курс и применять другие методы и рецепты лечения.

Заваривать травы для детей следует так же, как и для взрослых. Детям от 1 до 3 лет дозировку необходимо уменьшить в 3-5 раз, детям от 3 до 7 лет - в 2-3 раза, детям от 7 до 14 лет - в 1,5-2 раза. Все остальные рекомендации по дозировке указаны в описании растения.

Для младенцев, когда у них болит живот, полезно готовить и давать по чайной ложке несколько раз в день отвар ромашки, можно сделать из него клизму (30 - 50 гр.). При сильном кашле следует понемногу давать отвар травы мать-и-мачехи, липового цвета с малиной. При излишней возбудимости, плохом сне — настой мяты с листьями или корнями земляники, листьями черной смородины. Всем детям очень полезно, особенно осенью, зимой и весной, пить настой шиповника. Когда больны внутренние органы, то детям следует давать также те же травы, отвары из них, что и взрослым при таких болезнях, только значительно меньшими

порциями — чайными и десертными ложками. Нервные болезни, систематические головные боли прекрасно излечиваются у детей ваннами из хвои, сеной трухи, листьев ореха.

В связи с лечением травами, надо знать возможные противопоказания в дозировке, сроках их употребления и симптомы передозировки или неправильного употребления. Вот они:

Адонис весенний. Ядовитое растение. Соблюдать дозировку.

Аралия маньчжурская. Не применять препаратов из аралии при гипертонии, бессоннице, повышенной нервной возбудимости.

Арника горная. Ядовитое растение. Соблюдать точно дозировку.

Багульник болотный. Ядовитое растение. Внутреннее применение требует большой осторожности. Неправильная дозировка может вызвать воспаление слизистой оболочки желудочно-кишечного тракта.

Барвинок малый. Ядовитое растение. Соблюдать точно дозировку.

Бедренец, анис обыкновенный. Сырье может вызвать фотодерматит и контактный дерматит.

Белена черная. Сильно ядовитое растение.

Береза бородавчатая. Ввиду раздражающего действия на почки применение настоя, отвара и настойки березовых почек как мочегонного средства допустимо на небольшой срок.

Василек синий. Ввиду содержания в васильке синем активных соединений с циановым компонентом необходимо быть осторожным при применении сырья.

Василистник. Растение ядовитое. Без особой надобности не принимать.

Гранат (плоды). Сок плодов пить обязательно разбавленным водой, так как в соке содержится много разных кислот, которые раздражают желудок и разъедают эмаль зубов. Осторожно применять кору граната, так как передозировка может вызвать головокружение, слабость, ухудшение зрения, судороги.

Грыжник гладкий. Ядовитое растение и при применении в более высоких дозах может вызвать отравление.

Док красильный. При применении в больших количествах может наступить отравление, подобное отравлению никотином, поэтому использовать растение надо осторожно.

Дурман обыкновенный. Ядовитое растение.

Внутрь не принимать.

Дурнишник обыкновенный. Ядовитое растение. Дозировку соблюдать точно.

Дымянка лекарственная. Ядовитое растение. Внутреннее применение требует большой осторожности.

Женьшень (корень). Применять только в холодное время. Длительное применение женьшеня и в больших дозах вызывают отрицательные явления: бессонницу, сердцебиение, головные боли, боли в сердце, снижение половой потенции и т.п.

Живокость. Ядовитое растение. Внутреннее применение требует большой осторожности.

Жостер слабительный. Проявления непереносимости - тошнота и рвота - связаны с тем, что эмодин раздражает слизистую оболочку пищеварительного тракта.

Земляника (ягода). Следует помнить, что у отдельных людей отмечается повышенная чувствительность к землянике, которая вызывает аллергическое заболевание, сопровождающееся упорной крапивницей. В этом случае употреблять землянику нельзя.

Калина обыкновенная. Из-за высокого содержания пуринов плоды калины противопоказаны при подагре и болезнях почек.

Кассия узколистная. Большие дозы препаратов сенны вызывают колики в животе.

Кирказон обыкновенный. Растение ядовито, поэтому применять крайне осторожно. При беременности может стать причиной выкидыша.

Кислица обыкновенная. Ядовитое растение, точно соблюдать дозировку.

Копытень европейский. Применение его как сильно ядовитого растения требует большой осторожности.

Крестовик обыкновенный. При передозировке ощущается сухость во рту, начинается сердцебиение, во всех видах растения пирозолидиновые алкалоиды обладают канцерогенным действием. Противопоказан при глаукоме, органических заболеваниях печени и почек.

Крестовник ромболистный (плосколистный). В последнее время установлено, что большинство алкалоидов крестовника оказывают канцерогенное действие.

Крушина ломкая (кора). Ядовитое растение. Следует применять кору, выдержанную не менее 1 года в сухом месте или подвергнутую на-

греванию при 100 °С в течение 1 часа. В противном случае употребление коры связано с опасностью отравления (тошнота, рвота).

Кубышка белая. Ядовитое растение. Внутреннее применение требует осторожности.

Кубышка желтая. Ядовитое растение. Внутреннее применение требует осторожности.

Кукурузные рыльца. Сильное кровесвертывающее средство. При повышенной свертываемости крови не применять.

Ландыш майский. Ядовитое растение. Применение препаратов ландыша противопоказано при резких органических изменениях сердца и сосудов, остром миокарде, эндокардите и резко выраженном кардиосклерозе.

Левзея сафлоровидная (маралий корень). Противопоказана людям с сильно повышенным кровяным давлением и заболеванием глазного дна.

Лимонник китайский. Применяется по назначению врача и под его контролем. Противопоказан при нервном возбуждении и перевозбуждении, бессоннице, повышенном кровяном давлении, сильных нарушениях сердечной деятельности.

Льняное семя. Противопоказано при холецистите и гепатите. Длительное применение льняного семени не рекомендуется.

Любисток лекарственный. Может вызвать гиперемии тазовых органов, поэтому нельзя применять при беременности ввиду опасности аборта.

Марена красильная (крапп). Оказывает раздражающее действие на слизистую оболочку желудка, повышает кислотность желудочного сока. Противопоказана при остром и хроническом гломерулонефрите, язвенной болезни, гиперацидном гастрите (при повышенной кислотности).

Можжевельник обыкновенный. Ягоды нельзя применять при остром воспалении почек. Внутреннее применение ягод требует точной дозировки и противопоказано при беременности.

Морская капуста (ламинария). Не следует употреблять морскую капусту при туберкулезе легких, болезнях почек, фурункулезе, геморрагическом диатезе, крапивнице, при беременности, когда применение препаратов йода противопоказано.

Мыльнянка обыкновенная. Ядовитое растение. Внутреннее применение требует осторожности.

Мята полевая и лесная. При приеме внутрь отрицательно влияет на способность к деторождению. К мяте садовой, культурной это не относится.

Наперстянка пурпуровая. Сильно ядовитое растение, хотя и ценное сердечное средство. Применение наперстянки требует большой осторожности.

Окопник лекарственный. Ядовитое растение. Внутреннее применение требует осторожности и строгой дозировки.

Омела белая. Ядовитое растение. Внутреннее применение требует осторожности.

Очиток едкий. Ядовитое растение. Соблюдать точно дозировку. Сок свежей травы вызывает на коже воспаление и образование пузырей.

Папоротник мужской. Сильно ядовитое растение. Препараты папоротника противопоказаны при сердечной недостаточности, болезнях печени, почек, при язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки, при острых желудочно-кишечных заболеваниях, при беременности, резком истощении, малокровии и активном туберкулезе.

Пастушья сумка. Препараты из пастушьей сумки противопоказаны людям с повышенной свертываемостью крови.

Переступень белый. Необходимо отметить, что растение переступень - ядовитое. Передозировка его может вызвать кровавый понос и нефрит.

Пикульник обыкновенный. При приеме растения в больших количествах могут возникнуть признаки интоксикации, выраженные сильной ломотой в мышцах. Признаки отравления могут начаться при потреблении в пищу мяса животных, чаще всего свиней или птиц, которых кормили семенами этого растения. Жалобы длятся от трех до десяти дней в зависимости от тяжести интоксикации, после чего самопроизвольно проходят.

Пион уклоняющийся. Сильно ядовитое растение. Внутреннее применение требует большой осторожности и точной дозировки.

Плющ. Растение ядовитое! Может вызвать отравление. У более чувствительных людей при

контакте с сырьем возникает дерматит. Особенно токсичны плоды плюща.

Почечный чай (ортосифон). При приеме внутрь увеличить потребление воды, так как чай почечный выводит из организма большое количество воды.

Прострел луговой (сон-трава). Сильно ядовитое растение. Внутреннее применение растения требует большой осторожности и точной дозировки.

Родиола розовая (золотой корень). Точно соблюдать дозировку. При передозировке могут возникнуть побочные реакции со стороны нервной системы в виде бессонницы, головных болей, сердцебиения, повышенной раздражительности. Лечиться под наблюдением врача. Прием лекарства противопоказан при резко выраженных симптомах нервных заболеваний, истощаемости корковых клеток головного мозга, гипертонии, атеросклерозе, а также при гипотонии, вызванной вегетативно-сосудистой дистонией.

Рододендрон золотистый. Ядовитое растение. При передозировке могут возникнуть отравления, признаками которого являются: сильное слюнотечение, позывы на рвоту, сильные боли по ходу пищеварительного тракта, состояние опьянения, угнетение сердечно-сосудистой системы дыхания, снижение артериального давления. Препараты оказывают раздражающее действие на мочевыводящие пути. При заболеваниях почек противопоказаны.

Рута пахучая. Ядовита, особенно свежее растение. Требуется осторожности в дозировке.

Сирень обыкновенная. Ядовитое растение. Внутреннее применение требует осторожности.

Спорынья (маточные рожки). Сильно ядовитое растение. Применение спорыньи требует очень большой осторожности.

Татарник колючий или обыкновенный. При повышенном кровяном давлении не применять.

Термопсис ланцетный. Ядовитое растение. Внутреннее применение требует осторожности. При кровохарканье прием внутрь противопоказан.

Толокнянка обыкновенная. Не применять долго! Некоторые авторы не рекомендуют использовать листья в форме отвара, так как это раздражает слизистую оболочку желудочно-

кишечного тракта.

Физалис обыкновенный, пузырная вишня, вишня полевая. Необходимо помнить, что растение содержит вещества с выраженной токсичностью. Потреблять плоды следует без пузырчатой чашки, так как она содержит токсическое вещества.

Чай китайский. Чрезмерное употребление чая может привести к повышению возбудимости. Крепкий чай противопоказан при сердечных заболеваниях, при язвенной болезни и неврозах.

Чемерица. Чемерица и все приготовляемые из нее препараты очень ядовиты. Наружное применение чемерицы также может вызвать тяжелые, вплоть до смертельных, отравления.

Черемуха обыкновенная. Растение ядовитое. Внутреннее применение черемухи требует осторожности (особенно коры, плодов, листьев).

Черемша. Избегать применения черемши больным гастритами и язвой желудка.

Чернокорень лекарственный. Ядовитое растение. Внутреннее применение требует большой осторожности, особенно в дозировке.

Чеснок. Нельзя употреблять больным падухой болезнью, полнокровным людям и беременным женщинам.

Чистец лесной. Ядовитое растение. Внутреннее применение требует осторожности.

Эфедра двухколосковая. Ядовитое растение. Внутреннее применение требует осторожности при гипертонической болезни, атеросклерозе, тяжелых органических заболеваниях сердца и при бессоннице.

Ясень обыкновенный. Растение ядовитое. Внутреннее применение требует осторожности.

Ясенец. При соприкосновении с растением, особенно во время цветения, могут появиться тяжелые поражения кожи, подобные ожогам, которые болезненны и трудно заживают. Доказано, что может наступить отравление при ингаляции паров эфирного масла ясенца.

Ясменник душистый. Ядовитое растение. Внутреннее применение требует большой осторожности, при передозировке открывается рвота, головная боль, головокружение и даже наступает смерть.

3. Извлечение лекарственного начала из растительного сырья.

Извлечение лекарственных начал из растительного сырья очень важный вопрос.

В первую очередь надо знать, сколь долго сохраняются в данном растении лекарственные начала? Многие растения очень нежны — сила их действия не более 8-11 месяцев (это большей частью относится к нежным цветам — розе, лилии, цветам ландыша, цвету бузины, софоры японской, цветы боярышника, цикломена, акации, каштана, а также многих голубых цветов: льна, цикория, васильков, а также цветы и растения, содержащие живительные смолистые и эфирные масла биостимуляторы: цвет и пыльца хвойных растений, чабреца, Melissa лимонной, хмеля). Но есть растения, сила которых начинает проявляться только на 2-й год — к ним относится, например, корень валерианы.

В зависимости от того, какое действующее начало лекарственного растения вам необходимо, надо применять и соответствующий способ его извлечения.

Существуют общепринятые способы извлечения лекарственных начал и редко применяемые. К общепринятым и наиболее распространенным способам извлечения лекарственных начал относятся: отвары, настои, напары, спиртовые вытяжки, масляные вытяжки. Используют действующие начала растений в виде порошка и мазей. Гораздо реже используются такие способы извлечения, как употребление сока растения и упаривание отвара с целью уменьшения воды и концентрирования действующего начала. И совсем редко используются тайные способы извлечения лекарственных начал растения, а также другие способы применения растений для лечения болезней.

Приготовление отваров, настоев и напаров. Чтобы не вносить путаницу, в начале разъясним терминологию.

Отвар получают так: растительное сырье кладут в холодную воду и доводят до кипения. После чего могут кипятить некоторое время, а могут снять с огня.

Само слово «отвар», говорит о том, что способ приготовления подразумевает варку, кипячение растительного сырья.

Настой готовят так: растительное сырье помещают в холодную или горячую воду и

оставляют в ней на определенный срок.

Таким образом, настой можно приготовить холодным и горячим способом. Второй (горячий) способ указывает на то, что растительное сырье помещенное в кипяток, снимается с огня, постепенно остывает - настаивается.

Напар готовят так: растительное сырье помещают в холодную или горячую воду. Затем все это ставится в горячую духовку и находится там определенное время.

Само слово «напар» говорит о том, что растительное сырье находится некоторое время в высокотемпературных условиях, что способствует более качественному выходу действующих начал.

В народной практике чаще всего пользуются комбинированными методами извлечения действующих начал из растительного сырья. Например, отвар - настой, отвар - напар, напар - настой. Подобное комбинирование позволяет лучше извлекать действующие начала из растительного сырья. Вот пример такого настоя - отвара - напара. Четыре столовых ложки смеси, каждая ложка с верхом, насыпают в полторалитровую посуду (лучше всего глиняную, а не металлическую — это важно во избежание реакции с металлом), заливают литром сырой воды, размешивают, накрывают крышкой и оставляют на ночь при комнатной температуре, чтобы компоненты травы (зелье) намокло. Делают это с вечера. Утром смесь ставят на огонь и, когда закипит, — продолжают кипятить под крышкой 5—7 минут. Снимают с огня, оставляют накрытой на полчаса, затем процеживают через чистенькую тряпочку и отжимают. Зелье выбрасывают, а отвар, если охладится, подогревают и пьют. Натощак горячим выпивают целый стакан, а остальное выпивают в течение дня в четыре приема, каждый прием за полчаса до еды (в некоторых случаях можно пить через 1-2 часа после еды). И так поступают во все время лечения, ежедневно приготавливая свежий отвар. При закисании отвара к концу дня (летом) готовят меньшие порции его, на два, примерно, приема.

Исходя из народной практики сделаем еще несколько пояснений о том, как приготавливать отвары и настои из трав и когда именно делать отвары, а когда настои.

Если смесь лекарственного сырья содержат

кору, корни, клубни, семена, ягоды, древесину и листья толокнянки, тогда в большинстве случаев готовят отвары и отвары - напары. Корни окопника и ягоды шиповника не подлежат отвару, а поэтому, приготавливая смесь для отвара, нельзя туда класть указанные компоненты. Действующие вещества, заключенные в корне окопника, и витамины в ягодах шиповника разрушаются при кипячении. Настои и напары - настои готовят преимущественно из цветков, листьев и трав.

Разница в горячем и холодном приготовлении объясняется тем, что при горячем приготовлении растительного сырья некоторые лекарственные начала могут разрушиться, исчезать и т.п. В связи с этим надо применять холодный способ приготовления отвара или настоя.

При холодном способе растительное сырье измельчают, помещают в эмалированный или стеклянный сосуд, заливают необходимым количеством холодной талой или протиевой воды и настаивают от 4 до 24 часов. После чего фильтруют и используют.

Настои обычно готовят из расчета 1:200 мл (1 ст. ложка сухого измельченного растения на стакан холодной воды или кипятка). В некоторых случаях, если действующее начало слабо, настои готовят в соотношении 1:30, а для группы растений, содержащих сильнодействующие вещества, это соотношение составляет 1:400.

Для приготовления отвара лекарственное растение заливают холодной водой на 1-2 часа, а затем кипятят на медленном огне в течение 20-30 минут, постоянно помешивая. Отвары готовят в соотношении 1:10, для групп растений, содержащих сильнодействующие вещества до 1:400, 1:500.

Настои и отвары относятся к скоропортящимся лекарственным формам, поэтому желательно готовить их ежедневно. Допускается хранение отваров и настоев не более 2-3 суток в прохладном месте.

Вот еще несколько советов относительно приготовления отваров, настоев и напаров.

Не используйте травы, которые пролежали у вас несколько лет.

Не соединяйте в одной посудине сразу очень много трав.

Не кипятите их в алюминиевых, медных, жестяных емкостях.

Лучше всего настаивать в фаянсовой, стеклянной посуде.

Не готовьте сразу большое количество отвара. Рассчитайте, сколько его нужно будет на протяжении суток. На следующий день заварите новый.

Когда готовите настой, залейте травы кипятком и дайте постоять в плотно закрытой посудине не более нескольких часов.

Не нужно вымачивать траву в воде по 2-3 дня, прежде чем приготовить отвар, настой или напар.

Когда завариваете траву, не кипятите ее долго. Лучше дайте настояться после короткого кипения до охлаждения. Процедите.

Не пейте отвары, настои и напары очень холодными. Теплыми они дают больший эффект.

Ингаляционные смеси готовят на основе отваров, настоев и напаров с последующим разведением их кипяченой водой до необходимой лечебной концентрации ингаляционной смеси в целом (обычно 1:2 и 1:3). Растворы для примочек, спринцевания, местных ванночек готовят аналогичным способом, однако в случае необходимости получения более концентрированных водных вытяжек исходные настои и отвары следует готовить из расчета 1:5 и 1:3 и применять их без разбавления.

Лечебные ванны. Для приготовления лечебных ванн отвары, настои и напары используют из расчета 1-2 л на ванну.

Соки лекарственных растений естественнее воздействуют на организм, используется без изменений вся их целебная ценность. В свежем растении в неизменяемой форме содержатся лекарственные вещества, созданные самой природой. При этом, находясь в едином комплексе, они действуют совершенно иначе, чем очищенный препарат. Применяют от 1 чайной до 2 ст. ложек, то есть от 5 до 30 мл соков. В некоторых случаях дозировка может быть значительно большей.

Извлекаются соки с помощью растирания и выжимания. Для этой цели можно использовать мясорубку, электросоковыжималку. Последняя подходит в тех случаях, когда требуется большее количество сока.

Спиртовые вытяжки. Наиболее сильное действие имеют настойки из лекарственных растений, представляющие собой спиртовые или спиртово-водочные извлечения. Готовят их следующим образом: измельченные лекарственные растения заливают 70%-ным этиловым спиртом (или водкой) и настаивают в темном месте в течение 3-21 дней, периодически помешивая, после чего фильтруют. Для приготовления спиртовых настоек лекарственное растительное сырье берется в соотношении 1:5, для растений, содержащих сильнодействующие вещества - 1:10. Полученные настойки должны быть прозрачными. Обычно они имеют вкус и запах исходного растения. Срок хранения настоек 1-3 года.

Масляные вытяжки. Масляные вытяжки готовят как и спиртовые вытяжки, только вместо алкоголя растительное сырье заливают оливковым или другим растительным маслом. Срок настаивания из намного длительнее от 1 до 6 и более месяцев. Соотношение компонентов - сырья и масла несколько иное 1:2 - 1:5. Обычно масляная настойка имеет цвет и запах исходного растительного сырья. Срок хранения от 2 до 5 лет.

Мази чаще всего готовят на вазелине и ланолине. Иногда в качестве основы используют свиной внутренний жир (смалец) или топленое сливочное масло. В разогретую основу вводят, тщательно размешивая лекарственное сырье в виде порошка из высушенного растения, экстракт, в настойку или свежий сок. Мази готовят обычно в соотношении 1:4 (1 часть лекарственного растения на 4 части жира или масла).

Редкие способы извлечения действующего начала из растений. После того, как были изложены общепринятые способы извлечения лекарственных начал из растительного сырья поговорим о редких способах извлечения действующего начала из растений.

Как ранее указывалось, у растений существует своя энергетика, душа и многое другое, что трудно уловимо и не сохраняется при сушке растений, или очень трудно извлекается. Как вы поняли, мы в основном извлекаем физические компоненты, а вот как бы извлекать энергетику

ческие и существуют ли такие возможности вообще? Поговорим о тайной (герметической или оккультной) обработке собранных растений.

В предыдущем мы изложили фармацевтическую обработку сорванных растений; герметическая обработка их имеет совсем другой характер. Цель ее не в том, чтобы наиболее благоприятным образом использовать физические составные части растения, а в том чтобы освободить жизненную силу растения, его сущность, душу или «бальзам».

Бальзам есть основная, маслянистая сущность растения, это не обычное растительное масло, а нечто весьма эфирное - носитель полевой формы жизни (как говорят герметисты - астрального тела) растения:

Бальзам получается посредством огня, а не путем брожения.

Парацельс называл бальзам «арканом», т. е. твердым веществом, бессмертным до известной степени, бестелесным, изменяющим, восстанавливающим и сохраняющим телесный организм. Эта сила заключена в квантовом поле - теле растения или «сущности», которая получается приведением растения из его вторичной материи в первичную.

Собственно говоря, лекарственная сила растения заключается в его духе (полевой форме жизни); но в естественном состоянии деятельность духа (полевой формы жизни) скрыта, и его свет затемнен материальной оболочкой. Поэтому, следует разрушить эти оболочки или, по крайней мере, преобразовать их в нечто чистое и неизменное. Это преобразование совершается путем прокаливания, во время которого следует прибавить вещество, способное поглотить нечистоты (примеси). При выборе такого вещества нужно руководствоваться тем сообщением, что вкус растения выражает его основополагающую энергетику. Нужно обратить внимание, на какую планету указывает вкус растения, и при начале прокаливания (без доступа воздуха) нужно прибавить минеральной соли, соответствующей той же планете.

Прокаливанием достигается получение, трех вещей: соли (энергетика растения), первичной материи (того, на чем основана энергетика растения) и ртути, то есть неизменяемой жидкости.

«Мы сжигаем растение в калильной печи, го-

ворит св. Фома, - полученную известь мы превращаем в воду, дистиллируем ее и коагулируем дистиллят. В результате получается камень, обладающий более или менее замечательными свойствами в зависимости от употребленного растения».

Из растительных сил или «солей», три особенно важны для лечения. Растительная сила или «соль» - индивидуальное выражение энергетики того или иного растения. При конденсировании этой силы она превращается в кристаллы соответствующего цвета, вкуса, формы и минеральных веществ. Именно поэтому она называется «солью» растения.

Первая находится под влиянием Юпитера, она благовонна и вкусна: она образуется в растении, под влиянием внутренней, экспансивной божественной силы, вместе с внешним влиянием Солнца и Венеры. Но одна эта соль еще не в состоянии исцелять недуги, хотя она и является врагом острых болезненных процессов; она способствует водворению органической гармонии и утешению боли.

Соль Марса горька, терпка и заключает в себе скрытый огонь.

Соль Меркурия способствует динамизации (стимуляции) организма и облегчает благотворные перемены в его состоянии.

Соли Юпитера и Венеры действуют обратно двум последним солям.

Первичная материя (она состоит из пространства и времени), извлекаемая затем из растения, служить, вообще говоря, питательным средством. Она почти всегда имеет форму масла (иначе и быть не должно ибо масло является наиболее явным выражением пространства - растекаемость, объем и времени - очень трудно испаряется, разрушается при обычных условиях) и организм больного может почерпнуть в ней значительный запас силы.

Наконец «жизненный Меркурий» — обладает способностью возрождать и оживлять. Его можно извлечь лишь из весьма совершенных растений, сладких на вкус и отмеченных влиянием Солнца, Венеры, и Юпитера. Грубые растения не заключают в своем составе этого Меркурия, а потому область их действия не простирается дальше четырех элементов, между тем как действию Меркурия подвержено даже полевая формы жизни человека (астральное тело).

Способы доставки лекарственного начала в организм.

Большое значение придается способам доставки лекарственного начала в организм человека. В зависимости от болезни и лекарственного начала надо подобрать соответствующий носитель - «конь», который не только доставит, но и усилит его действие. В основном это является вода, поэтому поговорим о воде.

Для жаропонижающего состава «конь» — снеговая вода. Для состава против холода «конем» будет сахар, патока, мед с кипятком или горячей водой.

Вода бывает семи видов: дождевая; ледниковая (снеговая); речная; родниковая; колодезная; соленая, подобно морской; лесная. Качество воды ухудшается в порядке приведенного перечисления. Наилучшая вода - та, что низвергается с неба. Она хорошо утоляет жажду, прохладительна, легка и мягка, подобно живительному нектару избавляет от болезней и проясняет ум. Если дождевую воду держать в серебряной чаше, положив туда рис, она не портится и не меняет цвет. Хороша также вода, стремительно падающая со снежных гор. Полезна вода, протекающая по чистой, сухой местности, нагреваемая днем лучами солнца и охлаждаемая ночью светом луны и звезд. Но порождают болезни воды, медленно текущие в лесной тени, соприкасающиеся с грязью, водорослью, корнями и листьями растений. Причиной многих заболеваний являются соленые воды, негодные для обитания живых тварей, да еще загрязненные испражнениями и мочой. Качество воды зависит также от местности.

В сухой местности - вода хорошая, легкая, в сырой - плохая, тяжелая. Подобно этому дождевая вода прекрасна при своевременном выпадении осадков, при несвоевременном же — не годится для питья. Прохладная проточная вода помогает при головокружениях, рвоте, болезнях «желчи» и крови, сопровождаемых высокой температурой, а также при отравлениях. Особенно полезна кипяченая вода. Она содействует пищеварению, помогает при болезнях «ветра» и «слизи», одышке, пучении живота и т. д. Летом и зимой кипяченую воду надо готовить, выпаривая ее на одну треть, осенью - наполовину, весной - на три четверти. Охлажденный кипяток, простояв сутки, уподобляется яду, по-

рождающему все недуги.

Кроме выше указанного энергетика воды меняемся в зависимости от времени суток. Так она может приобретать щелочные (живая) и кислотные (мертвые) свойства. При приготовлении лекарственных препаратов надо учитывать и это.

Положительная вода (живая)	Отрицательная вода (мертвая)
с 3 до 5 часов	с 24 до 2 ч.59 мин.
с 9 до 12 ч.40 мин.	с 5 до 8 ч.59 мин.
с 15 до 16 ч.20 мин.	с 12 ч. 41 мин. до 14 ч. 59 мин.
с 20 ч. 30 мин. до 21 ч.	с 16 ч. 21 мин. до 20 ч. 29 мин.
с 23 до 24 часов	с 21 ч. 01 мин. до 22 ч. 59 мин.

Действие цвета. В основе человеческого организма находится точная копия физического тела, «сделанная» из света. По другому ее называют голограммой человеческого организма. Чем четче и мощнее проявление света и цвета в голограмме, тем здоровее и долговечнее человек. И наоборот, чем больше «размыта» световая копия человеческого организма, тем немогучее, старше и больнее человек. Если с помощью каких-либо средств «подзарядить» организм тем или иным цветом, то это благотворно сказывается на здоровье.

Люди с древних времен подметили, что различные блестящие предметы в особенности отшлифованные минералы, тем или иным цветом, способствуют подзарядке организма, усилению определенных функции и т.п.

В одной из наиболее древних медицинских мира - индийской, которую называют Аюрведой («знание жизни») цветотерапия имеет такое же значение, что и растительная, пищевая, звуковая, ароматическая и другие виды терапии.

Древние индусские мудрецы считали, что семь важнейших цветов радуги связаны с тканями и органами тела. Волновые вибрации основных семи цветов оказывают стимулирующее действие на соответствующие функции и ткани организма, что приводит к выздоровлению и укреплению организма.

Современные исследования уже научно подтвердили эти наблюдения. Итак, вот три главных цвета, из смешивания которых получаются

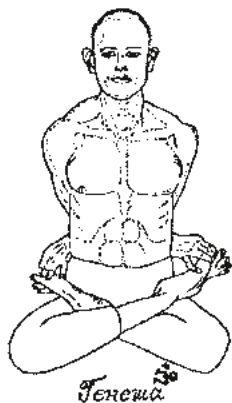
все остальные цвета и функции организма, которые они стимулируют.

Синий цвет - стимулирует функции жизненного принципа «Ветра» и располагается в верхней части организма: от диафрагмы до головы. Легкий по природе.

Желтый цвет - стимулирует функции жизненного принципа «Желчи» и располагается в средней части туловища: селезенка, печень, двенадцатиперстная кишка. Теплый по природе.

Красный цвет - стимулирует функции жизненного принципа «Слизи» и располагается в нижней части организма: прямая кишка, матка, мочевого пузырь.

После того, как мы в общих чертах познакомились с использованием трав. Приступим к описанию конкретных трав и способом их применения.



Часть II. ТРАВЫ, СВОЙСТВА И ПРИМЕНЕНИЕ.

АИР.

Описание. Семейство: — аронниковые, ароидные. Аир — многолетнее травянистое растение. Стебель прямостоячий, неветвистый, 60—100 см высотой, с одной стороны желобчатый, с противоположной — с острым ребром, у основания красноватый, часто с лиловым оттенком. Листья прикорневые, крупные (50—100 см), узкие, линейно-мечевидные, мясистые, с заметными параллельными жилками, по краю нередко волнистые, охватывают друг друга своими основаниями. Цветки мелкие, невзрачные, с простым околоцветником зеленовато-желтого или буровато-желтого цвета, собраны в соцветие початок длиной 4—12 см. Початок цилиндрический, суживающийся к верхушке, отклоняющийся от стебля. При основании его цветоносный стебель переходит в длинное зеленое покрывало, похожее на лист.

Корневище простирается горизонтально. От него вверх отходят цветоносный стебель и листья, а вниз — многочисленные корни. Корневище толстое, до 3 см в диаметре, длинное (до 1,5 м) с многочисленными полудлунной формы рубцами — следами от опавших листьев, сверху желто-зеленое или желтое, внутри белое с розоватым оттенком, мягкое, губчатое. Располагаются корневища неглубоко. Все части растения, особенно корневище, обладают сильным приятным запахом.

Цветет в июне. У нас не дает плодов, а только на юге Европы. Завезен в Европу из Турции в XVI веке. Вкус корневищ горько-жгучий. Запах приятный. Растение всем обитателям села хорошо известно (в религиозный праздник «троицы» украшали листьями жилые помещения, расстилали на полах, во дворах ив церквях). Распространен повсеместно Украине. В средней части России встречается лишь местами в изобилии в реках и прудах около берегов, образуя заросли.

Сбор. Собирают корневища, выкапывая их вилами осенью или весной.

Хранение. Моят в холодной воде, отбрасывают более тонкие корни, режут на мелкие куски и сушат.

Свойства. Лучшим является толстый и аро-

матный корень. Природа его горяча и суха во II степени и обладает разреживающими свойствами. На вкус горьковатый.

Химический состав. Корневище айра содержит 1,5—3,5 % эфирного масла, 25—40 % крахмала, 7,8 % азарона, акорин, слизь, альфапинен, каламин, немного дубильных веществ, аскорбиновую кислоту. В листьях также есть эфирное масло и дубильные вещества.

Применение. Он просветляет разум и обостряет органы чувств. Помогает при болезнях слизи. Выводит мочу, месячные, открывает закупорку печени, почек и согревает их. Он рассасывает уплотнение селезенки, а также очищает кожу лица, как при приеме внутрь, так и при накладывании припарок. Очень полезен при крапивнице. Помогает при витилиго, разъедающих язвах и проказе. Устраняет боль в пояснице, останавливает образование газов в кишечнике. Доза его на прием — 1,47 грамма. Он увеличивает половую силу у людей с холодной и влажной натурой, помогает при грыже.

ОТВАР. Отвар корневищ айра. Чайную ложку измельченного корневища заливают стаканом холодной воды, настаивают 5 часов, кипятят 20 минут, процеживают. Используют по 50 мл для полоскания полости рта при стоматите, ларингите, хроническом тонзиллите, ангине.

СБОР. Отвар корней алтея и солодки голой. Измельченные корни алтея и солодки (по 1 чайной ложке) заливают стаканом холодной воды, настаивают 2 часа, кипятят 10 минут, процеживают. Используют теплый отвар за 2—3 раза при бронхите, пневмонии.

Отвар корней алтея, солодки голой, травы тимьяна и листьев мать-и-мачехи. Измельченные корни, траву и листья (по 1 чайной ложке) заливают двумя стаканами холодной воды, настаивают 2 часа, кипятят 10 минут, процеживают. Используют теплый отвар 2—3 раза в день при бронхите, пневмонии.

Отвар корневища айра, корня валерианы, травы золототысячника и листьев мяты. Столовую ложку измельченной смеси из равных частей компонентов заливают стаканом кипятка, кипятят 10 минут, дают отстояться. Выпивают за 30 минут перед обедом при хроническом гастрите с недостаточной кислотностью.

Отвар корневища айра, корня дягиля лекарственного, кожуры апельсина и травы золототысячника.

Десертную ложку измельченной смеси (в соотношении 1 : 1 : 0,5:0,25) заливают стаканом кипятка и через 2 часа кипятят 10 минут, процеживают. Пьют после обеда в теплом виде при гипосекреторном гастрите, сниженном аппетите, колите.

ВАННА. Корневища айра, предварительно высушенные, мелко нарезают. Две столовые ложки корневища заливают литром кипятка и кипятят 20 минут, настаивают 30 минут, процеживают. Ванну (35—36°) принимают днем или перед сном при ревматизме, подагре, экземе, аллергических изменениях кожи, выпадении волос. Курс лечения — 10—12 ванн.

Противопоказания. При повышенной секреции желудочного сока корни не применять.

Он вреден при горячей природе почек. Его вредное действие устраняет птичий спорыш. Заменителем является гвоздика, а также ревень в двойной дозе.

АЛОЭ.

Описание. В основном разводится как комнатное растение. В народе имеет много названий: алоэ, ранник, «доктор», столетник и другие.

Сбор и хранение. Разводится как комнатное растение. Для заготовки сырья свежесрезанные листья хранят в холодильнике при температуре +2—6°С в течение 10—12 суток для накопления в них биогенных стимуляторов. Для этого надо перед срезанием не поливать алоэ в течение 5—7 дней.

Свойства. Природа его горяча и суха во II степени. Обладает высушивающими свойствами. Очищает голову от избытка влаги. Не дает волосам выпадать. Излечивает язвы, но вреден при геморрое.

Применение. Внутрь. При применении внутрь алоэ возбуждает аппетит, повышает защитные силы организма против инфекций, усиливает процессы рассасывания и восстановления тканей.

Для лечения легочного туберкулеза алоэ применяют в смеси с медом и красным вином.

СОК. Измельчают на мясорубке 1,5 кг алоэ (3—5-летнего возраста), добавляют мед в количестве 2,5 кг и 850 г кагора. Все тщательно перемешивается, закрывается в стеклянную банку и ставится в темное место на 7 дней. Принимать

по 1 чайной ложке 3 раза в день.

Способ применения алоэ для лечения легочного и костного туберкулеза: 15 г свежего сока смешивают со 100 г меда, 100 г свиного смальца и 50 г какао. Принимают по 1 столовой ложке на стакан горячего молока. Курс лечения 1,5—2 месяца. Принимать три раза в день по столовой ложке.

Для лечения бронхиальной астмы применяется следующий состав: овес — 2 кг (зерно), алоэ — 200 г (свежие листья), коньяк — 200 г, мед — 200 мл, вода — 5 л. Состав поставить в духовку с температурой как для выпечки хлеба на три часа. Процедить, отжать, добавить еще по 200 г алоэ и меда. Снова поставить в духовку и довести до кипения. При закипании состава вынуть его, процедить, отжать и держать в прохладном месте.

Состав №2: из трех литров молока получить сыворотку, добавить к ней 1 стакан меда и 100 г измельченного корня девясила. Поставить в духовку на 4 часа, после остывания процедить. Держать в прохладном месте.

Оба состава принимать по 1 столовой ложке 2—3 раза в день в течение 2—3 месяцев. Желательно при этом пить «Боржоми».

В гинекологической практике алоэ применяют в виде сока, сабура и экстракта.

Сабур (сок листьев алоэ, выпаренный досуха) часто применяется в сочетании с настойками корней ревеня, горечавки, корневища зедоарии и шафрана (все в равных долях) под названием «эликсир долгой жизни» по 20—25 капель на прием три раза в день.

При эрозии шейки матки во влагалище вводят тампоны, смоченные соком алоэ.

Прием отвара алоэ облегчает зачатие.

В китайской медицине при хронических кожных заболеваниях назначают пить свежий сок листьев алоэ.

Для приготовления сока рекомендуется отжимать его из растения достигшего возраста 2-3 лет. Применяется как общеукрепляющее средство для поднятия сопротивляемости организма. Противопоказан при болезни печени и почек. Рекомендуется смешивать по 1-2 ст. ложки сока со стаканом акациевого меда. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день после еды.

Сок алоэ используют при лечении дисплазий шейки матки, при запорах у беременных и ато-

нии кишечника в климактерическом периоде. Пить по 1 столовой ложке три раза в день после еды.

При раке матки взять алоэ 375 г (алоэ должно быть 5-летней давности до среза не поливаться в течение 9 дней), мед майский — 625 г, вино крепкое красное 0,5 л. Алоэ измельчить в мясорубке и хорошо перемешать с медом и вином. Поставить в темное, прохладное место на 5 дней. Принимать первые 5 дней по 1 чайной ложке 3 раза в день, а в последующие — по 1 столовой ложке 3 раза в день. Срок лечения 2-3 месяца.

Сок алоэ рекомендуется принимать при гастритах и язвенной болезни желудка по 2 чайные ложки 3 раза в день за 30 минут до еды. Можно использовать другой рецепт: принимать по 1 чайной ложке сока алоэ три раза в день с медом 1:1.

При дифтерии сок алоэ принимают по 1—2 чайные ложки 3—4 раза в день.

При хронических запорах сок алоэ пьют по 1—2 чайных ложки три раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения 1 - 2 месяца.

КОМПРЕССЫ. Компрессы с соком алоэ широко применяются при таких кожных заболеваниях, как экзема, волчанка, ожоги, гнойные раны, трофические язвы.

Свежий сок применяют при ожогах и остеомиелите, пропитывая марлевую повязку и орошая раны или ожоговую поверхность.

1 средний лист алоэ (5 г) измельчить и настоять в стакане с холодной водой. Процедить. Делать примочки к ячменю на глазах.

Сок из листьев алоэ разводят кипяченой водой и протирают глаза или делают примочки, если глаза устали или покраснели.

Противопоказания. Применение препаратов алоэ вызывает прилив крови к тазовым органам. Эти препараты противопоказаны при заболеваниях печени и желчного пузыря, при маточных кровотечениях, геморрое, циститах и беременности.

АЛТЕЙ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ.

Описание. Семейство:— просвирниковые. Многолетнее растение высотой до 1,5 м. Корень мясистый, белый, мощный, слаборазветвленный, от которого вырастает по несколько стеблей. Стебли круглые, внизу одревенелые,

а сверху сочно-зеленые, покрытые серым пушком, как и листья. Листья сердцевидные или яйцевидные, нижние немного (5-)лопастные, верхние почти 3-лопастные. Цветы скученные в пазухах листьев на очень коротких цветоножках, светло- или ярко-розовые, иногда почти белые, пятилепестковые. Все растение без запаха. Вкус сладко-терпкий. Распространено преимущественно в средних и южных областях Европейской части России, особенно на юге Украины и на юге Белоруссии. Растет по сырым лугам, при дорогах, над лугами у рвов и берегов рек, реже между кустарниками и на опушках лесов. Цветет в июне, июле и начале августа.

Сбор. Летом собирают цветы и листья, а осенью, когда прекращается сокодвижение и стебли отмирают, выкапывают корни.

Хранение. Собранные корни быстро промывают холодной водой и нарезают вдоль на три-четыре части. Очищать от коры не нужно. Очищенный алтейный корень очень красивый, но теряет очень много своих действующих веществ. Затем корни сушат под навесом, на легкой ветерке или в сушилке при температуре 30-35°.

Химический состав. Корень алтея содержит около 37 % крахмала, 35 % слизи, аспарагин, бетаин, пектины, немного жирного масла. Слизь при гидролизе образует пентозу и декстоозу.

Свойства. Лучшим является белый вид. Природа его уравновешенна и влажна в 1 степени. Обладает смягчающими и увлажняющими свойствами. Слизь, содержащаяся в корне, попадая на слизистые оболочки (например, дыхательных путей), покрывает их тонким слоем, который долго удерживается и предохраняет слизистую от дальнейшего раздражения. При этом облегчается отхождение мокроты, ускоряется заживление поврежденных тканей, уменьшается воспалительный процесс.

Применение. Препараты, приготовленные из корня алтея (настои, отвары), широко используют при заболеваниях легких и верхних дыхательных путей, сопровождающихся сильным мучительным кашлем.

Применяется как средство против катаров желудка и кишечника.

ХОЛОДНЫЙ НАСТОЙ. Алтейное сырье содержит много слизи. Этот настой превосходно излечивает катары желудка и кишечника, но

его используют также и при любых заболеваниях воспалительного характера в области дыхательных путей, прежде всего при коклюше и бронхитах.

В домашних условиях для приготовления водного настоя 2 столовые ложки измельченного корня, заливают 300 г холодной кипяченой воды и настаивают при комнатной температуре 30 минут, периодически помешивая. Затем жидкость сливают (не выжимая остатка), процеживают и добавляют холодной кипяченой воды 200 мл. Принимать по 1 столовой ложке три раза в день за 20 минут до еды.

Кроме того, настой на холодной воде помогает против воспалений почек и мочевого пузыря. Для этого его пьют не подслащенным, небольшими глотками, разделив на части с интервалом в 1-2 часа, по возможности натошак.

Рекомендуется отвар алтейного корня при воспалении седалищного нерва, камнях в мочевом пузыре, затрудненном мочеиспускании.

При воспалении десен, миндалин, зева употребляют в виде горячего настоя для полоскания.

Способы применения:

1. 4 чайные ложки корней алтея настаивать 8-10 часов в 400 граммах холодной кипяченой воды. Процедить. Принимать по 100 грамм 3-4 раза в день за 10-30 мин до еды.

2. 1 десертную ложку цветков алтея настаивать 1-2 часа в 200 граммах кипятка. Принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день до еды в теплом виде.

3. 1 столовую ложку измельченных листьев настаивать 1 час в 200 граммах кипятка, процедить. Принимать по 50 грамм в теплом виде медленно глотками 3-4 раза в день.

4. 2 столовые ложки корней, цветков или листьев отварить в поллитре воды (4-5 минут), настоять 2 часа, процедить, использовать для полосканий, компрессов, припарок, клизм при воспалительных процессах в кишечнике.

СОК. Сок алтея. Отжимать в июне-июле. Принимается при кашле по одной столовой ложке сока и меда 3 раза в день после еды.

НАРУЖНО. Наружно применяют в сборах как противовоспалительное и смягчительное в виде припарок (длительно удерживает тепло на месте приложения).

Для наружного применения измельченный

корень отваривают в воде или молоке и прикладывают как пластырь, что служит прекрасным средством для вскрытия застарелых и глубоко сидящих фурункулов. Помогает это и при ожогах и воспалениях век, типа ячменей.

При опрелостях и повышенной раздражительности кожи применяются примочки из настоя корня алтея. Марля или салфетка смачивается в настое и прикладывается на 10 минут к воспаленной коже. Затем кожу осушить и припудрить детской присыпкой или тальком. Процедуру повторять несколько раз в течение дня.

Можно использовать корни, листья, цветки в виде отвара, настоя, настойки для промывания глаз.

СЕМЕНА. Семена алтея нагревать на водяной бане с растительным маслом в соотношении 1 : 20 в течение часа, процедить. В теплом виде втирать в кожу головы при перхоти. На курс лечения - 15 процедур.

ЦВЕТЫ, ЛИСТЬЯ. Кроме корня, с лечебной целью используют цветки и листья алтея как хорошее средство, снимающее раздражение глотки и трахеи. В детской практике ребенку рекомендуют пожевать корень алтея, после чего начинают лечение зубов.

ПОРОШОК. Раньше из порошка корня приготавливали конфеты, успокаивающие кашель, прибавляли к различным микстурам, чтобы лекарство, входящее в состав микстуры, не раздражало стенки желудка и кишечника.

СБОРЫ. Корень алтея входит в состав многих сборов:

1. Алтей лекарственный (корень) - 20 г, солодка голая (корень) - 20 г, анис обыкновенный (плоды) - 20 г, шалфей лекарственный (листья) - 20 г, сосна обыкновенная (почки) - 20 г. Столовую ложку измельченной смеси залить стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1/4 стакана 3-4 раза в день при заболеваниях органов дыхания.

2. Алтей лекарственный (корень) - 40 г, солодка голая (корень) - 25 г, мать-и-мачеха (листья) - 20 г, фенхель обыкновенный (плоды) - 15 г. Настой готовится как и предыдущий. Принимать в теплом виде при остром и хроническом бронхите, эмфиземе легких, пневмониях по 1/3 стакана 3-5 раз в день.

3. Корень алтея - 20 г, мать-и-мачеха - 20 г, душица - 10 г. Столовую ложку смеси заливают

стаканом крутого кипятка, настаивают 30 минут, процеживают через марлю и принимают в теплом, виде через каждые три часа по 1/3 стакана при простудных заболеваниях.

4. Алтей лекарственный (корень) - 20 г, ромашка лекарственная (цветки) - 20 г, аир болотный (корень) - 10 г, донник лекарственный (трава) - 20 г, льняное семя - 30 г. Применять в виде теплого настоя для полоскания рта и горла при воспалении слизистых оболочек как мягчительное средство.

5. Алтей лекарственный (корни) - 10 г, солодка голая (корни) - 10 г, ольха серая (соплодия) - 10 г, календула лекарственная (цветки) - 10 г, тысячелистник обыкновенный (трава) - 10 г, сушеница болотная (трава) - 10 г, девясил высокий (корни) - 10 г, ромашка аптечная (цветки) - 10 г, черника аптечная (цветки) - 10 г. Одну столовую ложку измельченной смеси залить стаканом кипящей воды, настоять, плотно укутав, 30 минут, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день при язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки с нормальной и пониженной секрецией.

В ПИТАНИИ. Корни алтея используют как питательное средство в составе слизистой диеты.

БАЗИЛИК.

Свойства. Природа его горяча во II и суха в I степени. Обладает растворяющими свойствами. Лучшим является растение с синими листьями.

Применение. Если сок базилика закапать в глаз — обострится зрение. Если съесть, то делается обильным мочеиспускание. Помогает при болезни желудка и способствует перевариванию пищи. Если его сок отжать и выпить, то он не даст женщине забеременеть. Он делает приятным соитие. А если сок закапать в ухо, то можно вылечить глухоту. Если пожевать немного базилика, когда Солнце вступит в знак Овна, то в тот год не будешь знать зубной боли. Заменителем является Melissa.

Траву базилика обыкновенного рекомендует при гастрите, колитах, воспалении мочевыводящих путей (пиелит, цистит), при ревматизме, а также при кашле, коклюше.

НАСТОЙ. Настой из листьев базилика используют для полосканий при стоматитах, ан-

гинах, для примочек при трудно заживающих ранах, а внутрь как противолихорадочное, ветрогонное средство.

Настой травы является эффективным средством для образования молока у кормящих женщин, а также применяется при неврозах, головной боли, эпилепсии, бронхиальной астме, кишечных и печеночных коликах, отсутствии аппетита и при пониженном кровяном давлении.

Способы применения:

1 Настой 5 г травы на 250 мл кипятка принимают вместо чая.

2. 10% настой травы по 1/3 стакана 3 раза в день как успокаивающее.

3. Настой травы базилика (10г в 200 мл кипятка настоять 2 часа, процедить) пить по 2 столовые ложки 4 раза в день при неврозах, эпилепсии, метеоризме, простуде.

ОТВАР. Отвар базилика с уксусом и небольшим количеством поваренной соли рекомендуют для полоскания полости рта при зубной боли.

Отвар травы базилика давали для лечения от запоя. В больших дозах действует раздражающе.

СОК. Свежий сок травы применяют при воспалении среднего уха, экземе, при трудно заживающих ранах.

СЕМЕНА. Собранные поздним летом созревающие семена базилика используются для приготовления настоя на холодной воде, которые дают при лихорадке с болями в почках и при воспалениях мочеточников. Этот же настой — 2 столовые ложки на стакан воды — применяют как полоскание при воспалениях горла и язвочках на слизистой оболочке рта.

В ПИТАНИИ. В пищу употребляют молодые побеги. Базилик превосходная пряность для салатов и овощных блюд. Свежие и сухие листья применяют в качестве приправы к различным мясным, рыбным, овощным блюдам.

Чай из высушенной травы, собранной в цветущем состоянии, — 2 чайные ложки заваривают 1/4 л воды и настаивают — помогает при вздутиях, болях в желудке и отсутствии аппетита. Кроме того, этот чай является и мягким глистогонным средством.

Порошок из сухих листьев может заменить перец.

БЕЛЛАДОННА, КРАСАВКА.

Описание. Семейство пасленовые. Многолетнее травянистое растение высотой до 2 м. Стебель прямостоячий, ветвистый (в верхней части вильчато-ветвистый). Листья с короткими черешками, простые, цельные, яйцевидные и яйцевидно-эллиптические, цельнокрайние, длиной 20 см и больше, шириной 10—12 см. Листья большей частью сидят попарно, они неодинаковой величины. Листорасположение очередное. Цветки одиночные или парные, довольно крупные (2,5—3,5 см), поникшие, находятся в пазухах листьев и в развилках стебля. Чашечка зеленая, непадающая, пятизубчатая, ко времени созревания плода становится звездчатой. Венчик колокольчатый, состоит из 5 сросшихся лепестков длиной 2—3 см и до 1,5 см в диаметре, буро-фиолетового или грязно-пурпурного цвета с буро-фиолетовыми жилками. Плод — блестящая, черная, округлая ягода величиной с вишню. Цветет в июле — августе. Все части растения ядовиты. Корневище вертикальное, крупное, толстое, многоглавое, буроватое снаружи, белое внутри, от него отходят многочисленные крупные ветвистые корни. Растет на лесных опушках, вырубках, в зарослях кустарников.

Химический состав. Все части растения содержат алкалоиды, в корнях их содержится 0,5—1,3%. Главный алкалоид — гиосциамин, при выделении его в условиях заводской технологии переходит в изомерный атропин.

Применение. Препараты белладонны применяют как противоспазматическое, болеутоляющее средство при желудочно-кишечных заболеваниях, а также как противоядие при отравлении морфином и грибами. Отвар корня хорошо помогают при дрожательном параличе. Алкалоид скополамин обладает сильно выраженным снотворно-успокаивающим действием, его рекомендуют психически больным при возбуждении и бессоннице.

Противопоказания. Пользоваться препаратами белладонны необходимо весьма осторожно.

БЕССМЕРТНИК ПЕСЧАНЫЙ (ЦМИН ПЕСЧАНЫЙ).

Описание. Бессмертник, — многолетнее травянистое растение из семейства сложноцвет-

ных. На верхушке цветоносных стеблей, достигающих высоты 60 см, располагаются щитковидные соцветия из сухих корзинок. Корзинки, имеющие шаровидную форму, состоят из мелких трубчатых цветков желтого или оранжевого цвета.

В сосновых лесах на сухих полянах рассыпаны летом золотые звездочки бессмертника песчаного. Распространен он в южной и средней полосе европейской части России, в средней Азии, Западной Сибири в лесных, степных и горно-степных районах.

Сбор. Срезают головки бессмертников в первые две недели цветения, а еще лучше сразу после «озарения» стебельков.

Хранение. Сушат головки в проветриваемом помещении, причем делают это возможно тщательнее, так как кажущаяся обезвоженность цмина обманчива. Недосушенный сбор потом легко может испортиться и пропасть. Бессмертник песчаный нельзя сушить на чердаке под железной крышей, поскольку из-за резкого перегрева цветки становятся хрупкими и даже крошатся.

Свойства. Отвары бессмертника способствуют удалению из организма с желчью холестерина и его предшественников, рекомендуются при лечении атеросклероза, нарушениях жирового обмена, ожирении, сахарном диабете, ишемической болезни сердца.

Препараты бессмертника уменьшают или прекращают рвоту, тошноту, снимают тяжесть под ложечкой, боли в области желчного пузыря, метеоризм, желтизну слизистой кожи и глаз.

Экспериментальными исследованиями было установлено, что настой и отвар цветков бессмертника усиливают секрецию желчи, желудочного и панкреатического сока, повышают тонус желчного пузыря и способствуют оттоку желчи, оказывая спазмолитические действия на гладкую мускулатуру сфинктеров желчного пузыря и желчевыводящих путей, изменяют вязкость и химический состав желчи.

Применение. Чаще всего цмин песчаный пьют в виде отвара - столовую ложку сухих цветов заливают двумя стаканами холодной воды, а затем кипятят (принимают по полстакана три раза в день). Но больший лечебный эффект получите, если будете употреблять капли сгущенной вытяжки из тех же цветов. Из цветов этой

травы получают желтый горьковатый порошок - фламин, который подобно жидким препаратам изменяет химический состав желчи и благоприятен для желудочно-кишечного тракта.

Смекалистые хозяйки до сих кладут пучки бессмертника по шифонерам, чтоб не заводилась моль. Действительно, где лежит эта травка, там моли не бывает.

ОТВАР. Отвар из трав и цветков бессмертника применяют для лечения различных заболеваний печени (как желчегонное), мочевого пузыря и мочевыводящих путей - как мочегонное, а также используют при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Кроме указанного, бессмертник используется в качестве противоглистного средства (аскариды) и как кровоостанавливающее. Отвар из цветков и спиртовой экстракт из травы употребляют наружно при лечении некоторых кожных заболеваний.

1. Отвар бессмертника - 10 г измельченных цветков бессмертника заливают 200 мл воды комнатной температуры, закрывают крышкой и нагревают на кипящей водяной бане при частом помешивании в течение 30 мин, охлаждают 10 мин, процеживают, отжимают и добавляют кипяченой воды до первоначального объема. Принимают по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день за 10-15 мин перед едой.

2. 1 столовая ложка на 200 мл воды. Кипятить 10 минут, процедить. Полезен при ишиасе и онемении ног, при почечно-каменной болезни, болезнях мочевого пузыря, водянке и затрудненном болезненном мочеиспускании.

НАСТОЙ. Одну столовую ложку высушенных цветков заливают стаканом кипятка в эмалированной посуде, закрывают крышкой. Нагревают, периодически помешивая, на кипящей водяной бане в течение 15 минут, затем настаивают 30 минут, процеживают и принимают по 1/2 стакана 2-3 раза в день за полчаса до еды.

ЧАЙ ЖЕЛЧЕГОННЫЙ. Цветки бессмертника - 4 части, листья трифоли - 2 части. Одну столовую ложку смеси заварить 2 стаканами кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать три раза в день за полчаса до еды.

В виде одного настоя и отвара препараты бессмертника применяют при заболеваниях мочеполовых органов.

При белях настоем бессмертника используется как в чистом виде, так и в смеси с травой

манжетки (1:1) для спринцеваний (1 часть бессмертника, 1 часть манжетки, 10 частей воды).

СБОРЫ. Часто цветки бессмертника применяются в сборах:

1. Сбор желчегонный. На 400 мл воды берут 10 г смеси цветков бессмертника - 4 части, листьев трилистника - 3 части, листьев мяты перечной - 2 части, плодов кориандра - 2 части. Настой принимают по 1/2 стакана за 30 мин. до еды 3 раза в день 2-3 недели.

2. Бессмертник - 10 г, кукурузные столбики с рыльцами - 10 г, ромашка аптечная (цветки) - 10 г, одуванчик лекарственный - 10 г, фенхель обыкновенный (плоды) - 10 г, полынь горькая - 10 г, календула лекарственная (цветки) - 10 г, пижма обыкновенная (цветки) - 10 г, мята перечная (трава) - 10 г, чистотел большой (трава) - 10 г.

1 столовую ложку смеси заварить стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1/2 стакана за 30 минут до еды 3 раза в день при заболеваниях желчевыводящих путей и желчно-каменной болезни.

3. Бессмертник песчаный (цветки) - 40 г, вахта трехлистная (листья) - 30 г, мята перечная (листья) - 20 г, кориандр посевной (плоды) - 10 г.

1 столовую ложку смеси залить 200 мл кипятка, варить на медленном огне 15 минут, настоять 40 минут, процедить. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день в качестве желчегонного средства при желтухе.

Противопоказания. Препараты бессмертника малотоксичные. Однако при длительном их применении могут вызываться застойные явления в печени. Препараты бессмертника несколько повышают кровяное давление и поэтому больным гипертонией принимать их не рекомендуется.

БОЛИГОЛОВ КРАПЧАТЫЙ (сильно ядовитое растение).

Семейство: — зонтичные. Двухлетнее травянистое растение. В первый год развивается пучок прикорневых листьев. В этом состоянии иногда и смешивают его с петрушкой. Схожи как листья, так и корень. Это обстоятельство иногда бывало причиной отравления болиголовом. На втором году развивается сильно разветвленный стебель, который на хорошей почве достигает 2 м высоты (обычно 70—150 см.)

Междуузлия стебля дудчатые. Стебель голый, бороздчатый, с синеватым налетом и внизу с красновато-бурыми пятнами. Листья голые, на длинных черешках, перистые с малыми влагалищами и яйцевидно-овальными перистонадрезанными листочками.

Цветет с мая до конца сентября. Растет как сорняк на запущенных огородах, сорных местах, в садах, по берегам рек, иногда на залежах. Растения имеют мышинный запах.

Собирают листья в начале цветения и незрелые семена вместе с зонтиками. Когда зонтики высохнут, семена легко осыпаются.

В народе знают сильную ядовитость всех частей этого растения и принимают в очень малых дозах, преимущественно каплями, в виде спиртовой настойки. Берут по объему 2 части смеси листьев и семян на 4 части 90° спирта. Настаивают 15 дней и процеживают. Принимают по 2 капли на 1 столовую ложку воды не больше 5 раз в день.

Пользуются настойкой при сильных нестерпимых болях в желудке и кишечнике, а также при запорах, задержании мочи, остановке месячных, при малокровии, при судорожном кашле, при поллюциях.

Болиголов - единственное ядовитое растение, которое снимает боли при раке, действует как сильное болеутоляющее средство. Он сильно стимулирует работу кроветворных органов, поэтому эффективен при лейкозах. Ввиду его ядовитости принимать его надо постепенно. При этом здоровые клетки к нему приспособляются, а опухолевые гибнут.

Готовят противораковую вытяжку следующим образом: собирают свежие соцветия болиголова (время цветения - начало июня, запах - своеобразный, мышинный, одуряющий), измельчить и положить в емкость (литровую, двухлитровую). Залить водкой доверху, под самую крышку. Плотнo закрыть и поставить в холодное темное место недели на 2-3. Затем часть отлить в бутылку и поставить в холодильник.

Принимать раз в сутки, утром, за час до еды, начиная с одной капли настоя (на полстакана воды). Затем ежедневно прибавлять по одной капле, так, чтобы на сороковой день вы выпили 40 капель. Потом ежедневно снижать дозу, также по капле, чтобы вновь выйти на одну ка-

плю в день. Так сделать 2-3 цикла без перерыва.

Помимо разрушающего воздействия на опухоль, болиголов восстанавливает иммунную систему, отчего после первого цикла наступает улучшение. Вышеуказанную методику приема болиголова рекомендует В. Тищенко.

Хранение. Хранят в герметически закрытых коробках и в определенном, отдельно от других растений, месте, как сильный яд.

БУЗИНА ЧЕРНАЯ.

Описание. Семейство: — жимолостные. Чаще всего кустарник, а иногда и дерево, высотой от 2 до 6 м. Листья непарно-перистые, обычно с 5 яйцевидными или продолговато-яйцевидными, длинно-заостренными неравнопильчатыми листочками. Цветы собраны в плоские щитковидные соцветия, которые после цветения от тяжести плодов постепенно повисают. Цветы желтовато-белые, пахучие. Плоды — черно-фиолетовые ягоды с 3 косточками. Сердцевина у ветвей белая. Растет бузина в лесах (особенно над реками), в зарослях, в старых парках, в садах, на сельских кладбищах, около жилищ. Распространена повсеместно. Цветет в июне-июле.

Сбор. Собирают молодые листочки ранней весной, цветы—во время полного цветения, кору — летом, ягоды — осенью. Больше всего собирают цветы и ягоды.

Химический состав. Цветки бузины черной содержат флавоновый гликозид, рутин, холин, дубильные вещества, минеральные соли (около 9%), эфирные масла, органические кислоты, гликозид самбунигрин, а также вещества, близкие по строению к половым гормонам.

В плодах обнаружены органические кислоты (винная, уксусная, лимонная, валериановая), сахара (фруктоза, глюкоза), дубильные вещества, аминокислота тирозин, минеральные соли, в частности йодистые соединения, антоциановые гликозиды, ретинол, аскорбиновая кислота.

Свойства. «Сок ее, залитый в уши, все боли оттуда изгоняет. Лечит чесотку и боль бузина целит головную. Матку она открывает, закрытую ранее плохо. Это растение и жилы расслабить сведенные может. Делает мягким желудок и рвоту еще вызывает. Если их с листьями пить, растерев с вином в сочетанье. Камешки это питье в мочевом пузыре размельчает. Корень ва-

ренный ее превосходную помощь дарует.»

Из древней книги.

Применение. Чаще всего цветы бузины употребляются в качестве слегка потогонного и жаропонижающего средства, а также мочегонного и кровоочищающего.

НАПАР. При простудах, хрипах в груди и сухом кашле пьют (по 3 стакана в день) напар цветов бузины в дозе примерно 20,0 г на 1 л воды. При этом рекомендуют лежать в постели. Этот же чай-напар пьют как кровоочистительное средство, а также при ревматизме, подагре и артритах.

НАСТОЙ. Настой из плодов бузины приготовленный холодным способом.

Для этого 1/2 чайной ложки плодов с вечера заливают холодной кипяченой водой, утром полученный настой пьют в подогретом виде.

ОТВАР. Отвар корней и коры (по 15,0 г того и другого на 1 л воды, кипятят 20 минут) принимают при болезнях почек, при водянке и диабете. Но во всех этих случаях более эффективным считается бузина травянистая.

Кора и молодые побеги бузины в виде отвара используются при диабете, а также в качестве мочегонного средства при отеках различного происхождения. Для этого 30 г сырья отваривают в 1 л воды в течение 3 мин.

ПЛОДЫ. Из ягод бузины, как свежих, так и сухих, можно делать повидло и кисели, которые безвредны даже при самой строгой диете, при самых тяжелых желудочных и кишечных заболеваниях. При этом отваренные ягоды нужно растереть и процеживать через полотно. В Закавказье и в Крыму душистые соцветия бузины добавляют к тесту, чтобы придать печенью миндальный вкус.

ЛИСТЬЯ. Молодые, весенние листочки варят в меду и принимают как деликатное слабительное при хронических запорах.

Молодые листья бузины, отваренные в молоке, прикладывают к воспаленным участкам кожи (ожоги, пролежни, геморроидальные узлы и др.).

СОК. Сок черной бузины. Отжимать из хорошо созревших ягод в сентябре. Действует общеукрепляюще, возбуждает гормональные железы. Используется и как потогонное средство. Принимать по одному стакану со столовой ложкой меда в три приема в течение дня.

СБОРЫ. При воспалительных заболеваниях почек и мочевыводящих путей рекомендуется следующий сбор:

1. Цветки бузины черной, трава зверобоя продырявленного, цветки ромашки аптечной. Взять всего поровну, одну столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 1 час. Процедить. Пить по 1-2 стакана на ночь.

2. Цветки бузины, лист крапивы двудомной, корень петрушки, кора ивы - всего поровну. Столовую ложку измельченного сбора заварить стаканом кипятка, кипятить 5 минут на слабом огне, охладить, процедить. Принимать по 2 стакана в день при артритах различной этиологии.

НАРУЖНО.

1. При болях в ухе, ревматических болях и подагрических опухолях делают горячие обклады из маленьких мешочков, наполненных поровну смесью цветов бузины черной и ромашки, политых кипятком.

2. Берут чистые двухлетние побеги бузины черной, удаляют с них (соскабливают) ножом верхний серый слой коры, выбрасывают его, потом соскабливают всю остальную часть коры до самой древесины. Собранный зеленый слой ветвей бузины обливают горячим «конопляным молоком», и все это осторожно на тряпочке прикладывают к рожисто воспаленным местам. Если засохнет, то кусочком ваты, намоченным в том же «молоке», легонько удаляют присохшее и снова прикладывают указанную пасту, пока не пройдет рожистое воспаление.

Примечание. Конопляное молоко готовят так. Хорошо растертое конопляное семя заливают кипящей водой (на 2 части семени 1 часть кипятка). Все это выжимают под прессом. Полученная жидкость и есть «конопляное молоко».

3. Молодые листья бузины, слегка отваренные в молоке, прикладывают на опрелые, обожженные и воспаленные места, а также на геморроидальные шишки.

Процеженным и охлажденным настоем цветков бузины черной пользуются 1-2 раза в день при поверхностных ожогах кожи. Салфетки из нескольких слоев марли или полотна смочить настоем, отжать и положить на пораженные места. Процедура повторяется 5-6 раз в течение часа.

4. Из смеси цветов бузины, лепестков ва-

сильков, потертой травы очанки, взятых по 1 чайной ложечке каждого, делают, запарку на стакане кипятка. Несколько раз процеживают через чистое полотно. В процеженное вливают 15-20 капель спиртовой настойки из семян дурмана. Этой жидкостью промывают глаза, запускают ее по несколько капель в глаза и делают компрессы на глаза при их воспалении, нагноениях и при надвигающемся бельме, особенно у золотушных больных.

При ревматических болях и подагрических опухолях с лечебной целью в бытовых условиях применяют горячие компрессы из мешочков, наполненных смесью цветков черной бузины и ромашки, взятых в равных частях и политых кипятком.

Ванна из листьев и корней бузины черной. Сухие листья и измельченные корни заливают кипятком (30:1000), настаивают 2 часа, процеживают. Ванну (36—37°) принимают перед сном при ревматизме, подагре, ожирении. Курс лечения — 10—12 ванн.

В КОСМЕТИКЕ. Настойка из цветков (1 горсть на 0,5 л воды) употребляется для протирания кожи при умывании лица. Их можно использовать как лицевую маску, для ванн, имеющих бодрящий и дезинфицирующий эффект.

Чтобы придать лицу белизну, рекомендуется несколько раз в день протирать его отваром бузины черной.

Если листья сварить и съесть или выпить отвар, то растворится черная желчь. Если женщины примут ванну в ее отваре, это размягчит опухоль матки и откроет закупорки. Если смазать ей волосы, то они сделаются черными.

ОТ НАСЕКОМЫХ. Не только лечебными свойствами обладает это растение. Оно ценно и значительными фитонцидными, акарицидными свойствами - прогоняет тараканов.

В качестве «антитараканьей» заслуживает внимания не только черная, но и красная бузина. Амбары, вокруг которых растет красная бузина, свободны от мышей и крыс. Садоводы заметили, что вокруг красной бузины нет насекомых - вредителей растений. В сельской местности и сейчас специально сажают бузину вокруг ульев и переслаивают скирды сена ветвями растения.

БУЗИНА ТРАВЯНИСТАЯ.

Описание. Семейство:—жимолостные. Травянистое многолетнее растение в виде кустарника, высотой 60—150 см, с прямым ветвистым бороздчатым стеблем с белой сердцевинкой. Листья непарноперистые с 5—9 продолговато-ланцетными, пильчатыми заостренными листочками. Прилистники листовидные, ланцетные, пильчатые. Соцветие — плоская, щитовидная, прямостоящая метелка с 3 главными ветками. Цветы мелкие с лепестками, внутри белыми, снаружи розоватыми. Ягоды черные. Цветет в июне-июле. Ягоды созревают в августе-сентябре. Все растение со специфическим неприятным запахом.

Растет при дорогах, на выгонах, сорных местах, в старых парках, образует заросли, также на опушках лесов, среди кустарников, в оврагах, на берегах ручьев, на откосах железных дорог, любит глинистую и глинисто-каменистую почву. Распространено в Западной Украине островами, в большом количестве как сорное растение.

Химический состав. В корнях бузины травянистой содержатся горькие вещества, сапонины, в плодах — эфирное масло, горечи, следы цианогенного гликозида, самбуцианин, дубильные вещества, валериановая, яблочная и винная кислоты, пектин, витамин С, в соцветиях — сахара, небольшое количество эфирного масла, цианогенный гликозид.

Свойства. По данным специальной литературы, все части этого растения ядовиты.

Применение. Для лечения применяют цветки и плоды бузины травянистой, траву (стебли, листья, цветки) и корни. При этом надо знать, что при использовании цветков, ягод, листьев, особенно свежих, может наступить отравление амигдалином, который переходит в синильную кислоту.

НАСТОИ. Рекомендуются препараты бузины при ларингитах, бронхитах, гриппе, невралгиях, а также при заболеваниях почек и мочевого пузыря; кроме того, употребляются для полоскания полости рта, как противовоспалительное.

Цветы, цветочные почки и высушенные ягоды бузины применяют в виде настоя.

Цветы бузины употребляются в качестве потогонного, жаропонижающего, а также моче-

гонного средства. Данный отвар рекомендуется при простудных заболеваниях, а также при ревматизме, подагре.

Способы приготовления и применения:

1. Для внутреннего употребления готовится отвар: 2 чайные ложки на стакан кипятка, настаивать 1 час, процедить, принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

2. Для приготовления настойки берут 20 г измельченных сухих корней на 100 мл водки, настаивают 7-8 дней. Принимают по 30 капель 3 раза в день.

При ревматизме и подагре рекомендуется делать горячие обкладывания из мешочков, наполненных смесью цветов бузины и ромашки (поровну), облитых кипятком. Молодые весенние листочки бузины варят в меду и употребляют как слабительное при хронических запорах, а отваренные в молоке, рекомендуется прикладывать к воспаленным местам (ожоги, опрелости, геморроидальные узлы и др.). Отвар из корней бузины рекомендуется при диабете, болезнях почек и отеках.

Из корней, высушенных при температуре не более 50° С, готовят чай. Этот напиток помогает при водянке и стимулирует работу почек. Ежедневно выпивают не больше одной чашки чая, для которого 1 чайную ложку измельченного сухого растительного сырья заваривают водой и настаивают.

Наружно настои и отвары травы бузины травянистой употребляются при лечении кожных заболеваний.

ВАЛЕРИАНА.

Описание. Семейство:—валериановые, мауновые. Вид является так называемым «сборным видом». Систематики делят его на несколько видов.

В народе лекарственное преимущество какого-либо из указанных видов валерианы специально не выделяют, но считают более целебными корни растений, растущих на сухих местах.

Валериана — многолетнее травянистое растение высотой от 100 до 150 см. В первый год обычно растение формирует розетку прикорневых листьев, не вырастая в цветоносный стебель; такие же розетки формируются на отрастающих гонах у некоторых отдельных видов. Листья супротивные, непарно-перистослож-

ные, листочки яйцевидно-ланцетные, зубчатые или цельнокрайние. Стебель прямой, бороздчатый. Соцветие крупное, ветвистое, отдельные части его в форме сложных щитков. Цветы мелкие, двуполые, розовые или белые. Цветет обычно в июне, июле и некоторые также и в августе. Растет на болотистых местах, в поймах рек, на травянисто-осоковых болотах, в сырых кустарниках, среди лозняков. Распространена повсеместно.

Сбор. Лекарственным сырьем являются корневища с корнями. Собирают корни и корневища ранней весной или поздней осенью. Настойки предпочитают готовить из корневищ, собранных на возвышенных местах.

Хранение. Выкопав, хорошо очищают от земли, моют в холодной воде и сушат в тени. Корни с корневищами валерианы лучше всего хранить в плотно закрывающихся коробках, выложенных бумагой.

Корни и корневища валерианы имеют своеобразный запах, горький, немного жгучий вкус. Запах валерианы привлекает котов, почему корни ее, особенно при сушке, необходимо оберегать от них, так как они могут их попортить.

Химический состав. Корневища и корни валерианы содержат 0,5—2% эфирного масла, в которое входят сложный эфир спирта борнеола, 4 изовалериановые кислоты, эфиры борнеола с муравьиной, масляной, уксусной и другими кислотами, а также пинен, камфен, терпинеол, лимонен, миртенол и другие терпеноиды, дубильные вещества, сахара, алкалоиды актинидии, валерин, хитинин.

Свойства. Природа ее горяча и суха во II степени. Это мелкие орешки. Лучшими являются свежие с острым запахом. Обладает открывающими свойствами. Выводит мочу и вызывает месячные. Открывает закупорку печени. Устраняет спазмы сердца, желудочно-кишечного тракта, желчных путей и печени. Укрепляет матку. Доза ее на прием — 1,47 грамма. Но она вредна для почек. Ее вредное действие устраняет сок солодки. Согласно оккультным учениям, валериана относится к категории жизнедателей и значение ее приравнивается к значению крови в организме. Является кровью растительного царства. Ее рекомендуется принимать ежедневно и постоянно, не делая перерывов, рассматривая ее наравне с ежедневной пищей.

Можно принимать настойку на спирте без примесей. Доза от 10 до 25—30 капель. Но лучше пить валериановый чай, настоянный на корнях, 1—2 раза в день.

Применение. Валериана применяется в виде настоя из корня или корневища (1:30), настоек (спиртовых и эфирных) и экстрактов. Корни и корневища валерианы входят в состав различных сборов (ветрогонного, желчегонного, общеуспокаивающего действия).

ЧАЙ. Ее можно пить в виде чая: 8—10 г измельченного корня следует с вечера заварить крутым кипятком. Чтобы не улетучились эфирные масла, надо закрыть стакан блюдцем так, чтобы донышко окунулось в настой (для достижения герметичности). Содержимое стакана должно быть выпито в течение следующего дня.

Благоприятным лечебным действием валериана обладает при лечении заболеваний с повышенной функцией щитовидной железы.

ВОДНАЯ НАСТОЙКА. Водную настойку из растертых; валериановых корней (мочат 5 часов в теплой воде) в дневной дозе 5,0—15,0 г на 180,0 г воды считают хорошим успокоительным средством при болях в животе, нервных потрясениях, спазмах в матке, при бессоннице и т. п.

Настой корней валерианы. Чайную ложку измельченных корней заливают стаканом воды, настаивают 8—10 часов, кипятят 10 минут, дают отстояться, процеживают. Пьют перед сном в несколько приемов при сердцебиениях, болях в области сердца.

Младенцам при боли в животе (эту боль узнают, если ребенок трет ножку об ножку, подгибает коленки к животу и болезненно плачет) дают по чайной ложечке ежечасно водной настойки валерианового корня. Это гонит газы и немного слабит.

СПИРТОВАЯ НАСТОЙКА. Спиртовую настойку (валериановые капли), готовят так: 1 часть мелко порезанных корней валерианы заливают 5 частями 70° спирта, (крепкой водкой), и в теплом (до 25° С) месте настаивают неделю. Жидкость сливают, в нее отжимают остаток, дают отстояться и процеживают через полотно или пропускную бумагу. Внутрь дают от 15 капель до 3,0 мл в день.

ЭФИРНАЯ НАСТОЙКА. Эфирную настойку делают так: 1 часть мелко порезанного (в крупный порошок) валерианового корня настаивают

ют 4 суток в 4 частях 90° спирта, потом доливают 2 части эфира и еще настаивают 3 суток. Жидкость сливают, в нее отжимают остаток, дают отстояться и процеживают через неплотную пропускную бумагу. Получается прозрачная желтоватая жидкость.

СОК. Сок валерианы. Отжимать в сентябре-октябре из свежих корней. Улучшает сон, снимает умственное и нервное напряжение, применяется при желудочно-кишечных заболеваниях и головных болях. Принимать по одной чайной ложке сока и меда 3 раза в день (3-й раз обязательно на ночь).

Детям при нервном потрясении (испуге) с конвульсиями дают 3-5 раз в день по 7—10 капель валерианы в чайной ложечке воды. Помимо капель внутрь, купают ребенка в теплом отваре корней валерианы: горсть на 1 л воды. Ванну делают через день в течение 15 минут (перед сном).

Методика лечения при ослаблении памяти, умственном перенапряжении: 1 столовую ложку валерианы (корневища, корни) измельчить, залить 300 мл воды, довести до кипения. Настоять в течение 1 часа, процедить. Выпить в три приема: по 100 г утром, обед и вечером..

Рекомендует нюхать настойку несколько раз в день при бессоннице и нервном возбуждении.

СБОР. Настой корней валерианы лекарственной, аниса обыкновенного, травы тысячелистника и листьев Melissa. Столовую ложку смеси (1:2:1:1) заливают стаканом кипятка, настаивают 30 минут, процеживают. Принимают настой в течение дня в 2—3 приема при сердцебиении, сердечной слабости, болях в области сердца.

ПОРОШОК. Валериановые корни употребляют в виде порошка. Высушенный измельченный корень служит основой настоек и чаев. Они успокаивающе влияют на сердце и нервную систему. Так, валериана применяется прежде всего как безопасное снотворное средство. Но она не усыпляет, а успокаивает. Поэтому настойка валерианы хорошо действует в стрессовых ситуациях.

КОМПРЕССЫ. При воспалении глаз, летом в засуху, из водного пара валерианового корня и очанки делают на ночь компрессы и днем промывают им же глаза.

Ванна из корневищ валерианы лекарственной. Измельченные корневища валерианы ле-

карственной заливают холодной водой (30:1000), настаивают 1 час, кипятят 20 минут, настаивают 5 минут, процеживают. Ванну (36—36,5°) принимают перед сном при климаксе, неврозах, бессоннице, тиреотоксикозе, ожирении, гипотиреозе, ревматизме, половом бессилии. Курс лечения — 12—14 ванн.

Противопоказания. Следует избегать больших доз и продолжительного употребления валерианы. В таких случаях валериана действует угнетающе на органы пищеварения, вызывает головную боль, тошноту, возбужденное состояние и нарушает деятельность сердца.

ГЕРАНЬ КРОВАВО-КРАСНАЯ

Описание. Семейство гераниевые. Многолетнее травянистое растение с горизонтальным или восходящим стеблем, прямым, разветвленным, красноватым у основания. Корневище горизонтальное, узловатое. Прикорневые листья на длинных черешках, рано высыхают. Стеблевые листья имеют округлую форму. Цветки одиночные, пятилепестковые, кроваво-красного цвета. Плод — сухая коробочка, распадающаяся на пять односемянков, редко опушенных. Цветет в мае — августе. Встречается по всей европейской части страны. Растет на лугах, среди кустарников и на травянистых полянах.

Сбор. Используются листья, цветы, корневища.

Химический состав. В листьях содержатся эфирное масло (0,05 — 0,1 %), в состав которого входит до 50 % гермакрона, флавоноиды, танины, фенольные соединения, в корневищах — флавоноиды, танины, фенольные кислоты.

Применение. В народной медицине корневище, благодаря высокому содержанию дубильных веществ, употребляют как кровоостанавливающее средство. Водную вытяжку из корневища используют для наружного применения при экземе, фурункулезе, а также для смачивания тампонов при кровотечении из носа.

Ванна из корней герани кроваво-красной. Свежие или высушенные измельченные корни герани кроваво-красной заливают кипятком (50:1000), настаивают 4 часа, процеживают. Ванну (35—36°) принимают перед сном при фурункулезе, экземе, витилиго, лишае чешуйчатом. Курс лечения — 12—14 ванн.

ГОРЕЧАВКА.

Описание. Семейство:—горечавковые. Многолетнее травянистое растение. В первые 2-3 года оно образует прикорневую розетку листьев, на 4—5-м году развивает стебель округлый, полый, неветвистый, достигающий высоты 50—150 см, диаметром 1,5-- 2,5 см, появляются цветки. В дальнейшем цветет ежегодно. Листья крупные, кожистые, широкоовальные или продолговато-яйцевидные, полустебель-объемлющие, цельнокрайние и голые, с 5—7 параллельными главными жилками. Листорасположение супротивное, нижние листья образуют розетку. Нижние листья крупные (длина до 30 см), верхние мелкие. Цветки ярко-желтой окраски, собраны в полузонтики, скученные в пазухах верхних листьев, примерно на высоте 50—70 см. Цветки крупные, длиной 18—25 мм, на коротких цветоножках. Венчик спайнолепестный, глубоко надрезан на 5 лопастей. Цветет горечавка желтая в июне - августе. Плод — двустворчатая коробочка. Подземная система у растения мощная, состоит из многоглавого вертикального толстого корневища, расположенного на глубине 15—20 см с кольцевидными следами отмерших листьев и отходящих от него многочисленных мелких корней, проникающих на глубину 50—70 см. Окраска корневища желто-бурая, а корней — светло-серая.

Сбор. Собираются корневища с корнями осенью и главным образом от особей с увядшими стеблями. В народе существует мнение, что признак этот (увядание стебля) обозначает, что растение имеет возраст не менее 3—4 лет: стебель вырастает только на 3—4-ый год жизни растения, а до этого существует только розетка из листьев. Признак этот не соответствует описаниям в определителях растений, но в действительности это наблюдается очень часто. Корни проникают глубоко в землю, почему их трудно выкапывать.

Хранение. Корневища с корнями горечавки хранятся в деревянных ящиках, выстеленных внутри бумагой.

Химический состав. Корневища содержат несколько гликозидов, важнейший из них — очень горький генциопикрин, полученный в чистом кристаллическом виде. Имеются 2 алкалоида, в сумме составляющих 0,58 %, один из которых — генцианин. Есть в корневищах пек-

тиновые вещества, сахара.

Свойства. Природа ее горяча и суха во II степени. Обладает открывающими свойствами. Открывает закупорку печени и селезенки, помогает при их уплотнении и охлаждении, размягчая их. Делает обильными мочеиспускание и месячные, изгоняет плод, подавляет половое влечение и в смеси с хной прекращает месячные. Очищает кожу от витилиго. Доза ее на прием — 1,47 грамма. Но она вредна для здоровой печени. Ее вредное действие устраняет ремень.

Корень этой горечавки возбуждает аппетит, укрепляет желудок, усиливает выделение желудочного сока, устраняет вздутия, стимулирует образование желчи. Горечавке отводится важная роль как средству от болезней печени и глистогонному лекарству. Ее используют при подагре и ревматических недомоганиях.

Применение. Применение корней горечавки многообразно. Часто из них готовят чай, но употребляют и спиртовую настойку, и настой на холодной воде, а кроме того, делают вино из перебродивших корней.

ОТВАР. Отвар корневищ и корней горечавки (15-20 г на литр воды) применяют при вялом пищеварении, при запорах, отсутствии аппетита, при бледной немочи, подагре, артритах и, наружно, для лечения старых гноящихся ран.

Ввиду того, что водный отвар или напар корневищ с корнями горечавки скоро портится, его изготавливают небольшими порциями.

Способы применения.

Наружно:

1. Гноящиеся раны посыпают мелким порошком корней горечавки, смешанным порошком с порошком цветов ромашки аптечной.

2. Народным средством против зловонного потения ног является ежедневное (перед отходом ко сну) вымачивание ног в горячем, крепком отваре из смеси дубовой коры и корневищ горечавки, взятых в пропорции: 3 части коры и 1 часть горечавки.

Внутри:

1. Изжога проходит, если перед обедом ежедневно выпивать рюмку вина, в котором в течение 21 дня настаивались мелко порезанные корни с корневищем горечавки.

2. При подагре хорошо действует следующий отвар: 3 чайных ложечки мелко порезанного корня горечавки заливают 3 стаканами сырой

воды и варят в течение 7-10 минут. Весь этот отвар выпивается в течение дня.

Противопоказания. Не следует употреблять ее при повышенной кислотности желудка

ГОРЕЦ ПОЧЕЧУЙНЫЙ, ПТИЧИЙ.

Описание. Семейство: — гречишные. Очень популярное растение, произрастающее во дворах, на тропинках, при дорогах, на выгонах, постоянных сухих пастбищах, на валах, на засоренных местах около жилищ и пр. Выносливо к вытаптыванию. Стебли спорыша стелются по земле, коленчаты; растения кустисты. Цветы очень маленькие, беловатые, иногда розоватые, размещены в пазухах мелких листков. После цветения стебли становятся твердыми, поэтому собирают все растение во время цветения. Цветет спорыш с мая и почти до конца осени, наиболее интенсивно (на Волыни) — в июле-августе.

Сбор. Собирают всю траву, когда спорыш только зацветает, а стебли еще не успели затвердеть.

Применение. Его семена похожи на просо. Если женщина в течение 40 дней будет утром есть натошак 8,8 грамма его семян, запивая стаканом воды, и ее муж поступит таким же образом, а затем они будут иметь соитие, то у них родится крепкий мальчик.

Противопоказания. Обладает сильным кровесвертывающим действием. Больным тромбозом не принимать.

ДУШИЦА.

Описание. Семейство: — губоцветные. Многолетнее растение, часто в форме полукустарника, высотой 30—90 см, с прямостоящими, мягко-волосистыми стеблями. Все растение часто имеет пурпуровый оттенок. Цветы мелкие, собраны в сложный полузонтик, лилово-розовые. Цветет с июня до конца сентября. Растет на полянах лесов, среди кустарников, при лесных дорогах, на опушках лесов, на сельских кладбищах. Запах растения ароматный. Своим ароматом и окраской цветов напоминает тимьян (богородскую траву) с той разницей, что тимьян имеет стелющиеся стебли, а душица — прямостоящие.

Сбор. Собирают верхушки стеблей и веток, когда она цветет. Сушат и (часто) протирают

через решето.

Хранение. Высушенная в тени и протертая трава душицы хранится в бумаге, в хорошо закупоренных ящиках или коробках.

Свойства. Природа ее горяча и влажна. Она веселит сердце. Обладает высушивающими и растворяющими свойствами. Открывает слизистую закупорку. Помогает при холодной форме головной боли и желудка.

Применение. Применяется как антиспазматическое, простудное и ветрогонное средство. Душица усиливает секрецию пищеварительных, бронхиальных и потовых желез, перистальтику кишечника и оказывать некоторое обезболивающее и дезодорирующее действие.

Траву душицы, заваривают для чаев, употребляемых при простудах, желудочных и кишечных коликах и вздутиях.

НАСТОИ. 2 чайные ложки сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение 20 минут, процедить и пить по 1/2 стакана 3-4 раза в день.

Настои травы душицы, приготовленные из расчета 30 г листьев на 1 литр кипятка, пьют при вялой перистальтике кишечника, нарушении моторной функции желудка.

Настои и отвары душицы можно приготовить также из расчета 1:10 и 1:15 и принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день при бессоннице, депрессивном состоянии, простудных заболеваниях, болезнях горла, А при стоматитах, острых фарингитах применять в виде полосканий.

При лечении эпилепсии принимать настой душицы по 100 мл 3 раза в день за 15 минут до еды.

В гинекологии настоек травы душицы применяют при задержке менструации, аменорее. Настой пьют по 2 столовые ложки три раза в день.

При воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта нередко используют сбор, в который входят: душица 10 г, листья мяты 20 г, листья земляники 30 г на 300 мл кипятка. Настой процеживают и пьют по 100 мл в течение дня дважды.

МАСЛО ДУШИЦЫ. 3-4 столовых ложки лекарственного сырья на 1/2 л оливкового масла. Поставить настаиваться 2 недели в теплом месте. Полученный настой употребляют для втирания при ревматических болях, для втирания груди при кашле и высокой темпера-

туре. В маленьких дозах это масло принимают и внутрь, а слегка подогретым его закапывают при болях в ухе.

Масло душицы - прекрасное средство от зубной боли. Хорошо действует как растирание при заболеваниях суставов, при миозитах и мигри.

Эфирное масло душицы, известное под названием хмельного масла, употребляется только наружно. Оно имеет сильный и приятный запах.

НАРУЖНО. Наружно в виде порошка из травы и влажных компрессов душицу применяют при фурункулах, нарывах, различного рода сыпях. Теплым отваром травы моют голову при головной боли. После мытья рекомендуется обвязать голову платком.

При хроническом кольпите, белях, зуде настой травы применяется для спринцеваний (2 чайные ложки на 200 мл воды).

ВАННЫ. Трава душицы употребляется для ароматических ванн.

При сильных бронхитах и коклюше помогают ванны из душицы. В сочетании с ромашкой и шалфеем из душицы получают надежное средство для полоскания при воспалениях горла и десен.

НАСТОЙ ДЛЯ ВАНН. 50 г сырья на 10 л воды для ванн.

Противопоказания. В виду того, что препараты душицы усиливают сокращения матки (т.е. являются abortивным средством), их нельзя применять при беременности.

ДЕВЯСИЛ ВЫСОКИЙ.

Описание. Семейство: — сложноцветные. Многолетнее растение высотой 1—1,5 м, иногда до 2,5 м. Стебель прямой, бороздчатый, кверху войлочный, ветвистый. Листья крупные, снизу сероволочные, неровнозубчатые; прикорневые листья продолговато-эллиптические, острые, суженные в черешок, стеблевые — сердцевидно-яйцевидные, стеблеобъемлющие. Корневище толстое, мясистое, внутри беловатое. Цветы (корзинки) крупные (до 10 см в поперечнике), желтые. Вкус корневищ горький (жгучий), запах специфический, довольно приятный, сильный. Растет по влажным кустарникам, на возвышенных берегах рек, особенно на меловых почвах, при рвах, на окраинах лугов,

иногда на лесных лугах.

Распространен преимущественно в черноземной зоне, в лесостепи, реже в степи. Растение популярно в народе и из-за усиленного сбора корневищ сейчас встречается в небольшом количестве. Храните это растение, помогайте ему рассеиваться. Растение это часто разводится по огородам и садам, где легко дичает. Цветет от конца июня по сентябрь.

Сбор. Заготовка корней ведется осенью, с конца августа до конца октября, и ранней весной, до прорастания побегов. Очищенные от земли корни нарезают на куски длиной 10—15 см и быстро сушат (в тени или проветриваемых помещениях, при плохой погоде — в сушилках, духовках при температуре не выше 40°C).

Химический состав. Наиболее ценен у девясила корень благодаря высокому содержанию эфирных масел, частью которых являются спирт алантол с характерным мятным запахом и отчетливым антисептическим действием. В корнях имеется высокая концентрация инулина (свыше 40%), что определяет его полезность при сахарном диабете.

Свойства. Природа его горяча и суха во II степени. Обладает отрыгивающими и разрежающими свойствами. Лучшим является зеленый и полный корень. Помогает при параличе и болезнях нервов холодной природы. Открывает закупорку печени и легких. Уменьшает выделение мочи и семени. Изгоняет глистов. Помогает при болях в костях и пояснице, а также при болезнях седалищного нерва. Рассасывает холодные опухоли. Доза его на прием — 4,4 грамма. Но он уменьшает образование крови. Его вредное действие устраняет латук. Заменяет аир.

Полезен корень и при заболеваниях печени и желчного пузыря благодаря эфирному маслу, которое расслабляет мускулатуру внутренних органов и не дает застаиваться желчи. Действующие вещества корня усиливают образование желчи и способствуют ее выведению.

Применение. Наиболее популярно использование корня девясила для улучшения пищеварения и обмена веществ. Среди ряда так называемых «желудочных растений» девясил стоит в числе первых после полыни и аира.

НАСТОЙ. При лечении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки используют настой девясила из расчета: 2 столовые

ложки измельченного корня на 0,5 л кипятка, применять по 2 столовые ложки 3-4 раза в день.

При пониженной кислотности желудочного содержимого и воспалении желудка, а также язвенной болезни принимают по полстакана настоя из 30 г корня на 1 л кипятка 3 раза в день. Используют настойку на вине (10...15 г на 0,5 л). В результате получается «девясилово вино», которое считалось одним из лучших средств при гастритах и язве желудка.

ОТВАР. При диатезе и детской экземе положительное действие оказывает отвар следующего состава: два стакана отвара корневища девясила, травы горечавки и травы тысячелистника, каждой по 5 г на 0,5 л воды. Смесь кипятится 10 мин и настаивается 30 мин. Принимают по столовой ложке 3...4 раза в день после еды 1 месяц.

1 столовую ложку измельченных корневищ с корнями варить в 200 мл воды на слабом огне 10 минут. Процедить. Принимать по 1/3-1/4 стакана 4 раза в день за полчаса до еды как отхаркивающее и желудочное средство.

В гинекологии девясил в виде отвара применяется при болезненных месячных, при опущении матки.

НАПИТКИ. К натуральному березовому соку добавить отвар корня девясила, соблюдая соотношение 3:1 или 4:1, перемешать, хранить закрытым в холодильнике. Принимать по полстакана 3 раза в день перед едой как общеукрепляющее и тонизирующее средство.

ДЕВЯСИЛОВОЕ ВИНО. 100 г измельченных корней залить 1 л красного вина, настаивать 14 дней, процедить. Принимать по 1/4-1/3 стакана при упадке сил, истощении.

Вино из девясила считают хорошим домашним средством при утрате аппетита и общей слабости. Для получения вина берут 50 г корня и настаивают его в 50 г 80%-го спирта в течение 1 дня, а затем разбавляют 1 л белого вина. Через 4 дня настой сливают, фильтруют, а корень отжимают.

Второй вариант: 15 г свежих корневищ с корнями девясила варить 10 минут в 0,5 л хорошего вина. Процедить. Принимать три раза в день по 50-100 г как средство, повышающее силы организма после тяжелых заболеваний или операций.

СБОР. 1 чайная ложка корня девясила, 1 чай-

ная ложка чабреца, заваривать как чай. Принимать детям при коклюше по 1-2 чайные ложки через каждые два часа.

Корневище девясила - 10 г, корневище лопуха - 10 г. Сырье измельчить, залить 300 мл воды, кипятить 10 минут. Процедить, пить по 1/4 стакана три раза в день при ревматизме.

Полезен корень и при заболеваниях дыхательных путей в виде отвара. Препарат готовится в виде сбора с корнями алтея, солодки, взятых поровну. 2 чайные ложки смеси корней настаивают в двух стаканах холодной воды в течение 8 часов и принимают по 1/2 стакана 3 раза в день.

ДЛЯ НАРУЖНОГО ПРИМЕНЕНИЯ.

Дерматологи применяют девясил наружно в виде мази при экземе и зуде кожи.

Корень девясила в виде припарки применяется для лечения радикулита и при болезненности в суставах.

50 г корня варить 20 минут в 200 мл воды, процедить. Использовать для полосканий, обмываний.

Настой на растительном масле 1:10, настаивать на солнце 14 дней, периодически встряхивая. Применять при чесотке, экземе, нейродермите.

Ванна из корневищ девясила высокого. Измельченные корневища девясила высокого (50—60 г) заливают холодной водой, настаивают 3—4 часа, варят 20 минут, процеживают. Ванну (36—37° С) принимают при ревматизме, подагре, сахарном диабете, ожирении.

МАЗЬ. 1 столовая ложка корней девясила и 1 столовая ложка щавеля конского.

Наружно применяют отвар девясила, для чего берут двойное количество сырья и им промывают раны или кожу в случае чесотки и других кожных болезней. Для этих целей можно изготовить и мазь: разваривают целый очищенный корень и смешивают кашницу со свежим растопленным свиным салом. Мазь нужно хранить в холодном месте плотно закрытой.

Противопоказания. Настой и отвар из девясила противопоказаны при беременности.

ДОННИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ.

Описание. Семейство: — бобовые. Двухлетнее травянистое растение с ветвистым, внизу деревянистым, прямостоящим или восходя-

щим стеблем, высотой 60—150 см, с тройчато-перистыми листьями на черешке. Листья сверху сизовато-зеленые, снизу более бледные, мелкозубчато-пильчатые. У нижних листьев листочки обратно-яйцевидные, у верхних продолговатые. Цветы желтые, мелкие, собраны в удлиненные, многоцветковые, колосовидные пазушные кисти, душистые (пахнут кумарином). Цветет с июня до октября.

Растет при дорогах, на полях, засоренных местах, склонах, в прилесках, на паровых полях и залежах, на межах, среди зерновых культур и по клеверу. Сорняк. Распространен повсеместно.

Сбор. Собирают желтый донник в пору цветения. Время сбора - солнечное утро. Срывают только цветочные кисти и верхушки растения с листьями и ветками. Собранное сушат на открытом воздухе в тени. После сушки сбор перетирают, затем просеивают сквозь сито. Запах сушеной смеси сильный, душистый, напоминает свежее сено. Примесь другого донника недопустима. Сырье при сушке теряет до трех четвертей веса. Собранный донник идет на изготовление зеленого пластыря - наружного мягчительного средства от нарывов и нагноений.

Хранение. Цветы донника хранят в бумаге, в жестяных хорошо закрывающихся коробках.

Химический состав. В траве донника обнаружены лактоны (до 1%), которые определяют приятный запах растения, фенольный гликозид мелилотозид, кумариновая и мелилотовая кислоты, флавоноиды, азотистые соединения, слизи, сахара, аскорбиновая кислота, производные пуринов, жиры (4,3%), белки (17,6%), эфирные масла (0,01%). Важным компонентом донника лекарственного является дикумарин (он есть и в корнях), препятствующий свертыванию крови.

Свойства. Цветы его бывают белые и желтые. Лучший вид донника — желтый, свежий и крепкий. Природа его уравновешенна в отношении теплоты и холода. Он обладает растворяющими и увлажняющими свойствами. Его соком можно вывести веснушки. Очень полезно принимать ванну в его отваре. Он помогает при плотной опухоли матки во время беременности, а также при всех видах плотных опухолей и болезнях костей. Доза его на прием — 5,88 грамма. Заменителем является пажитник.

Применение. Практическое применение -

средство от расширения вен. Основным действующим веществом донника является кумарин, обладающий сильным успокаивающим действием, вплоть до наркотического, влияющий на нервы и сердечную мышцу. В больших дозах он даже ядовит.

В первую очередь донник лечит поврежденные стенки сосудов. Поэтому его с большим успехом используется против расширения вен и геморроя. Для этого готовят чай или вытяжки, а также мази. Для чая берут 2 чайные ложки тонко измельченного растительного сырья на 1/4 л горячей воды и настаивают 10 минут.

Мазь составляют из растительного масла или свиного смальца с добавлением растительного сырья. Рекомендует также пользоваться травяными подушками с донником при воспалениях суставов в качестве болеутоляющего средства. Его же применяют и при не совсем открывшихся гнойниках или язвах. Травяные подушки с донником, заложенные между бельем, служат хорошим средством от моли.

Цветы и листья этого растения когда-то применяли при простудах и лихорадке, а мазями, приготовленными в смеси с топленным коровьим маслом, залечивали порезы.

Хозяйки травой донника парили горшки, чтоб молоко не скисало.

Донник лекарственный рекомендуют как противосудорожное средство, при бронхите, туберкулезе легких, гипертонической болезни, при нервных и ранозаживляющим действием. Применяется она при заболеваниях слизистой оболочки дыхательных путей, при лечении стоматитов, пародонтоза, флюса, при заболеваниях печени, селезенки, лимфатических узлов, при выпадении прямой кишки.

Цветы донника в небольших дозах входят в разные грудные смеси лекарственных растений. Распаренные в кипятке цветы донника прикладывают как припарку на «застуженные» нарывы, медленно формирующихся чирьи и т.п.

Цветы донника, смешанные поровну с травой центаврии и цветами мать-и-мачехи, лечат больные яичники. Прием по 1/3 стакана напара (из 1 столовой ложки смеси на 1 стакан воды) 6 раз в день в течение 3-4 недель. При этом рекомендуется полное воздержание от половой жизни на период лечения.

Противопоказания. При длительном упо-

треблении и передозировке он вызывает головокружение, головные боли, тошноту, рвоту, сонливое состояние, иногда - поражение печени, кровоизлияния (под кожу, в мышцы, внутренние органы) и даже паралич центральной нервной системы.

ДЯГИЛЬ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Описание. Семейство Зонтичные. Двулетнее или многолетнее травянистое растение с прямым, толстым, трубчатым стеблем до 2 м в высоту. Прикорневые листья (охватывают стебель) дважды-, триждыперистые, заостренные. Цветки собраны в зонтики, розового цвета. Корневище короткое, толстое, кольчатое, при надломе выделяет белый молочного вида сок. Растение горького вкуса, специфически ароматное.

Сбор. Заготовки ведутся индивидуальным способом. Корни растения второго года выкапывают весной, первого — осенью, промывают в холодной воде и высушивают.

Химический состав. В корнях дягиля лекарственного обнаружены эфирные масла (до 1%), в состав которых входят пинен, фелландрен, спирт, яблочная, ангеликовая и метилмасляная кислоты, ксантотоксин, остол, остенол, ксантотоксол, архангелицин, дубильные вещества, фитостерины и другие.

Применение. Растению присущи мочегонное, потогонное, слабительное, а также успокоительное, обезболивающее, отхаркивающее действия.

В народной — отвар корня растения используется как отхаркивающее, тонизирующее сердечную деятельность, желчегонное, при поражениях центральной нервной системы (ипохондрия, недержание мочи, паралич) и поносах. Спиртовая настойка дягиля лекарственного применяется для натирания при радикулите, миозите, невралгиях.

ЖАСМИН.

Свойства. Лучшим является белый и ароматный жасмин. Природа его горяча и суха во II степени. Обладает разреживающими свойствами. А запах его полезен при головной боли холодной природы, параличе, искривлении лица. Он открывает закупорку мезга, а листья его удаляют с лица веснушки, а также сыпь. Жас-

мин полезен при болезнях уха и оспе. Сок его делает кожу лица белой и блестящей. Масло его полезно при холодной природе почек, матки, яичек и делает обильным семя. Но оно вызывает головную боль. Его вредное действие устраняет камфора. А заменителем является лилия. Он выводит круглых и плоских, а также ленточных глистов, если растереть его с медом и дать выпить.

ЖЕРУШНИК БОЛОТНЫЙ

Описание. Семейство Крестоцветные. Однолетнее или двулетнее сорное растение, произрастающее в садах, посевах, огородах и на пастбищах. Стебель прямой, ветвистый, высотой до 70 см. Листья перисто-раздельные или рассеченные, нижние черешковые, лировидные. Чашелистики отстоящие, лепестки с короткими ноготками. Цветет с мая. Плоды — продолговатые вздутые стручки с двумя рядами семян в каждом гнезде. Одно растение образует до 8 тысяч семян. Распространен жерушник болотный на всей территории России.

Химический состав. Побеги и листья жерушника болотного содержат калий, каротин, аскорбиновую кислоту (90 мг %). В корне имеется йод, дубильные вещества.

Применение. В народной медицине отвар корня применяют для лечения зоба, а также при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Из растертых семян готовят домашние горчишки. Молодые растения жерушника болотного используются для салата, а семена — вместо горчицы.

ЗАМАНИХА ВЫСОКАЯ

Описание. Семейство Аралиевые. Невысокий, до 1,5 м, колючий кустарник. Стволы прямые, почти не ветвящиеся, густо усажены длинными игольчатыми ломкими шипами. Листья крупные, 15—35 см в диаметре, пальчато-лопастные, по краю с острыми двойными зубцами и бахромкой из шиповатых волосков, сверху почти голые, снизу с шипами на жилках, с черешками длиной до 18 см, густо усаженными короткими желтоватыми шипами. Цветки мелкие, невзрачные, зеленоватые, в простых зонтиках, собранных на концах главного и боковых побегов в продолговатую кисть длиной 7—18 см. Цветет в июне — июле. Плоды сочные,

костянообразные, оранжевого цвета, с 2 косточками. Подземные органы — толстое, длинное, горизонтально идущее близ поверхности почвы корневище с корнями. Встречается на Дальнем Востоке.

Химический состав. Листья, цветки и корневища содержат эфирное масло (до 5 %), включающее альдегиды и спирты (до 10%), фенолы (до 3 %), свободные кислоты, углеводы (4%). Выявлены сапонины, флавоновые гликозиды (0,9%), кумарины (0,2 %), смолистые вещества (до II %). В подземных органах заманихи найдены стероидные гликозиды — эхинокозиды В, С, Д, Е, Р, О, кумарины, флавоноиды.

Применение. Заманиха — признанное и популярное в народе лекарственное растение, которое нередко ставят в один ряд с женьшенем. Однако, как показали исследования медицины, действие заманихи слабее, нежели женьшеня. Настойка корня ее оказывает стимулирующее действие на центральную нервную систему, активизирует деятельность сердца, дыхание, снижает уровень артериального давления, оказывает сахароснижающее действие, усиливает мочеотделение. Применяется растение и для лечения импотенции, нарушений овариально-менструального цикла у женщин.

Противопоказания. Необходимо избегать передозировки препаратов заманихи высокой, особенно при повышенной нервной возбудимости и бессоннице. Препараты у некоторых лиц могут вызвать крапивницу и другие аллергические явления.

ЗВЕРОБОЙ.

Описание. Семейство: зверобойные. Многолетнее травянистое растение с отрастающими ежегодно стеблями. Стебли прямые, в верхней части разветвленные, достигают 30—100 см высоты. Листья овальные, туповатые, с обильными просвечивающими точками. Соцветия густые многоцветковые. Чашелистики ланцетные, острые, лепестки желтые, у некоторых видов зверобоя с черными точками. Цветы, размятые в пальцах, красят их в фиолетовый цвет. Вкус растения терпкий, запах нежный, специфический. Цветет с конца июня и целое лето; цветы желтые.

Растет на межах, полянах, лесных посадках, при дорогах, в зарослях, на залежах, сухих лу-

гах. Распространен повсеместно.

Зверобой имеет несколько видов. Все они считаются лекарственными. Лечебное преимущество отдельных видов может быть вскрыто специальными исследованиями.

Сбор. Для лечебных целей заготавливают траву зверобоя во время цветения, срезая верхушки растений длиной 25 - 30 см без грубых безлистных частей.

Сушат ее в сушилках или на чердаках с хорошей вентиляцией, расстилая тонким слоем на ткани, бумаге, решетках и часто перемешивая. Можно сушить траву зверобоя и так - связывать в небольшие пучки, которые сушат подвешенными в тени. Конец сушки определяется по ломкости стеблей. В среднем высушенное сырье зверобоя хранения около трех лет.

Хранение. Порезанную траву зверобоя хранят в деревянных ящиках, внутри оклеенных бумагой.

Свойства. Лучшим является то растение, которое достигло половой зрелости и имеет красные стебли. Природа его горяча и суха во II степени. Водный настой зверобоя красный на цвет, поэтому и слыл он как молодецкая кровь. Обладает разреживающими свойствами и растворяет черную и желтую желчь. Делает обильными мочеиспускание и месячные, вызывает выкидыш. Если сделать припарку из зверобоя, то рассосется опухоль, поможет при ожоге огнем. Если его сок выпить в течение 40 дней, то поможет при болезнях седалищного нерва, болях в бедре и застарелых лихорадках. Доза его на прием — 4,4 грамма. Но он вреден для почек. Его вредное действие устраняет мята. Заменителем является тимьян.

Авиценна писал о зверобое: «Помогает при холодных опухолях и больших затвердениях... Лекарственная повязка из его листьев помогает от ожогов огнем и заживляет большие раны и злокачественные язвы. Если листья истолочь и посыпать ими злокачественные, рыхлые и гнилые язвы, это приносит пользу.

Зверобой, отваренный в вине, помогает от боли в бедре и от воспаления седалищного нерва, особенно если пить (это лекарство) 40 дней подряд.

Зверобой сильно гонит мочу, но его (особое) свойство - гнать месячные; плоды его послабляют черной желчью».

Применение. Зверобой целебен в свежем и сухом виде. Трава зверобоя обладает многосторонними фармакологическими свойствами, а именно: вяжущим, антимикробным, противовоспалительным, обезболивающим, антисептическим, ранозаживляющим, мочегонным, желчегонным и стимулирующим, спазмолитическим.

Его с пользой применяют при ожогах, чирьях, нагноениях, как ранозаживляющее. Отварами из него чаще всего исцеляют заболевания пищеварительного тракта и печени. Это великолепное вяжущее и возбуждающее аппетит средство к тому же улучшает отправления кишечника и применимо как мочегонное. Им широко пользовались от чахотки, при подагре и суставном ревматизме, этой травой залечивали язву желудка.

Трава зверобоя известна как глистогонное средство. Корни же растения находят применение при дизентерии и туберкулезе костей. Трава зверобоя применяется при опухолях печени и желудка и злокачественных поражениях кожи.

Настой травы зверобоя в виде полоскания полости и одновременного приема внутрь способствует устранению неприятного запаха изо рта.

Применяют зверобой для приготовления горьких настоек, как приправа к рыбным продуктам, как заменитель чайного листа. Кстати, некоторым очень нравится чай из зверобоя. Он является хорошим лекарством от депрессий, повышенной нервозности и мигрени.

НАСТОЙ. 10 г сухой травы зверобоя заварить в одном стакане кипятка, настоять. Принимать по 1 столовой ложке 2-4 раза в день после еды.

Настой зверобоя: 3 столовые ложки травы зверобоя заливают 1,5 (250 мл) стакана кипятка, настаивают в течение 2 часов, процеживают. Назначают по 1/3 стакана 3 раза в день до еды. Курс лечения 1-2 месяца.

Отвар и настой травы зверобоя издавна применяют в народной медицине для лечения рака печени и желудка.

Чай из травы зверобоя можно пить как тонизирующее средство (1:10).

СПИРТОВАЯ НАСТОЙКА. 15-20 г травы настоять в 0,5 л спирта или водки. Принимать по 30 капель с водой 3 раза в день после еды.

20-30 капель спиртовой настойки травы зверобоя добавить в 0,5 стакана воды. Употреблять для полосканий при дурном запахе изо рта.

МАЗЬ. Свежие листья зверобоя и шалфея дикого (взять поровну) растереть со свежим свиным салом, выжать через марлю. Хранить в закупоренной банке. Употреблять как мазь для заживления ран.

20% спиртовая настойка травы по 1 чайной ложке 3 раза в день при энтероколите.

Спиртовая настойка травы применяется в виде примочек при уплотнении молочных желез, а также при злокачественных новообразованиях различной локализации.

ЗВЕРОБОЙНОЕ МАСЛО. 1 вариант. Для него на 1/2 л оливкового масла берут 25 г цветущей травы, разминают ее с маслом и оставляют жидкость на неделю бродить в теплом месте. Затем смесь герметично закрывают и ставят на солнце. Постепенно масло краснеет, и когда оно покраснело достаточно (в среднем около 6 недель), его считают готовым. Тогда его сливают и хранят также герметично закрытым. Зверобойное масло, применяемое в виде компрессов при лечении ран, язв и ожогов. Оно считается одним из самых лучших средств при маститах, трещинах сосков, при лечении ожогов, ран, трудно заживающих язв.

2 вариант. При лечении язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки принимают внутрь масло зверобоя, которое готовят следующим образом: 500 г свежей травы заливают 0,5 л белого вина и 1 литр растительного масла. Настаивают состав в течение 3 дней, затем выпаривают вино на слабом огне в течение 2 часов. После этого состав настаивают в темном месте 14 дней, фильтруют. Принимать по 1-2 столовые ложки три раза в день. (Применяется и наружно при ожогах, ранах, язвах.)

СОК. Отжимать в июне-июле из свежего растущего растения. Является эффективным нервно-восстановительным средством, улучшает работу желудочно-кишечного тракта. Рекомендуются при подавленном состоянии на нервной почве и при истощении после физического или умственного перенапряжения. Принимать по одной столовой ложке сока и меда 3 раза в день до еды.

ВОДНАЯ ВЫТЯЖКА. 5% водная вытяжка из травы зверобоя (10 г травы на 200 мл воды, на-

стоять 1 час) применяется при лечении угрей и жирной себореи лица. Протирать кожу лица 3-4 раза в день.

При уходе за волосами (профилактика облысения) при меняется 10% спиртовая настойка зверобоя - 10 г измельченной травы заливают 100 мл водки или спирта. Настаивать 14 дней. Втирать в корни волос.

СБОРЫ.

1. Тимьян (чабрец) - 40 г, цветы коровяка - 40 г, цветы дикого мака - 30 г, цветы черной бузины - 20 г, цветы липы - 20 г, трава первоцвета - 20 г, трава медуницы - 40 г, трава зверобой - 40 г, цветы-гречихи-30 г, цветы, мальвы - 40 г, побеги паслена - 30 г.

4 столовые ложки смеси заливают стаканом кипятка и настаивают 12 часов в духовке. Выпить в течение дня небольшими глотками. Настой рекомендуется принимать при всех заболеваниях легких, особенно если они сопровождаются плохим отделением мокроты.

При поносах:

2. Трава тысячелистника - 20 г, трава зверобоя - 20 г. Заваривать как чай 1 столовую ложку на 200 мл воды. Пить по 1/2 стакана 3-4 раза в день.

При энурезе (недержании мочи) давать ребенку выпить стакан зверобоя перед сном (из расчета 10 г травы на 200 мл кипятка, настоять 30 минут).

3. Трава зверобоя - 40 г, трава горца птичьего - 30 г, цветы бессмертника - 40 г, цветы ромашки - 10 г, кора крушины - 20 г.

4 столовые ложки смеси залить 1 литром сырой воды и оставить на ночь. Утром прокипятить 10 минут. Принимать по стакану через час после еды при заболеваниях печени и камнях желчного пузыря.

При экземе пить настой из следующих трав:

4. Трава полыни горькой - 5 г, трава тысячелистника - 15 г, трава зверобоя - 15 г, лист шалфея - 10 г, лист подорожника большого - 10 г, лист крапивы - 10 г, трава хвоща - 15 г, кукурузные рыльца - 10 г, можжевельник (ягоды) - 10 г.

Две столовые ложки сбора залить 200 мл кипятка, кипятить на водяной бане 15 минут, охладить, процедить, отжать. Довести объем до 200 мл. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день за 20 минут до еды.

5. Тибетский оздоровительный сбор. Применяется при стенокардии, инсульте, после перенесенного инфаркта, при склерозе. Проводится 1 раз в 3 года.

Цветы ромашки - 100 г, трава зверобоя - 100 г, цветы бессмертника - 100 г, березовые почки - 100 г. Все измельчить, хранить в стеклянной посуде с крышкой. Суточную дозу готовят вечером. 1 столовую ложку смеси заливают 0,5 л кипятка, настаивают 20 минут. Затем отжимают через полотно и выпивают 1/2 настоя с 1 чайной ложкой меда. Утром подогревают остаток до 30-40° С и выпивают за 20 минут до завтрака. Лечение проводить ежедневно до окончания смеси.

6. При болезнях печени и при желчных камнях смешивают: зверобоя - 40,0 г, спорыша - 30,0 г, цмина - 40,0 г, ромашки - 10,0 г и коры крушины - 20,0 г. 4 столовых ложки смеси заливают на ночь 1 л воды (сырой), а утром кипятят 7-10 минут. Выпивают за день в 5 приемов: Натощак целый стакан, а остальное за 4 приема, каждый раз через час после еды. При этом диета печеночных больных, грелка на область печени.

7. При остром и хроническом воспалении почек применяют смесь: листьев толокнянки - 40,0 г, почек березы - 30,0 г, травы грыжника - 20,0 г, зверобоя - 40,0 г, столбиков («волоса рыльца») кукурузы - 20,0 г, корня бузины - 20,0 г, травы хвоща - 30,0 г, спорыша - 20,0 г, цветов душицы - 20,0 г, ромашки - 15,0 г.

При запорах добавляют 30,0 г коры крушины (не свежая - прошлогоднего сбора, иначе кора крушины вызывает рвоту). Готовится и употребляется, как смесь № 1 (см. выше). При этом диета, ванны.

8. стакан чаю из травы зверобоя, принятый перед сном, хранит ребенка от непроизвольного мочеиспусканию во сне.

Противопоказания. При длительном применении вызывает сужение кровеносных сосудов и повышает кровяное давление. Поэтому делайте перерывы на 2-3 недели после 2 месяцев приема лекарственных средств из зверобоя.

ЗОЛОТОТЫСЯЧНИК МАЛЫЙ.

Описание. Семейство: горечавковые. Небольшое одно- или двухлетнее растение с прямым четырехгранным стеблем высотой 15—40 см, обычно от середины и ниже развилоствет-

вистое. Нижние листья не образуют розетки, яйцевидные и продолговато-яйцевидные, супротивные, верхние - острые, все с 5 жилками. Цветы в развилинах стебля и на концах ветвей темно-розовые, раскрывающиеся перед восходом солнца. Вкус горький, запах нежный, неопределенный. Цветет с половины июня почти до конца августа. Распространен по всей центральной Европейской части России. Растет на лесных полянах, суходольных лугах, склонах, по кустарникам.

Сбор. В лекарственные заготовки берут цветущие верхушки стеблей и прикорневые листья, сорванные в начале цветения травы.

Хранение. Трава хранится в деревянных ящиках, выложенных бумагой.

Свойства. Цветок его красный, листья мелкие, а сам он тонкий. Природа его горяча и суха во II степени. Обладает отрывающими и разреживающими свойствами. Помогает при болезнях нервов. Растворяет сырую слизь и желтую желчь, а также разжижает месячные. Делает обильными месячные и вызывает выкидыш. Он выявляет язвенные свищи и вызывает их рубцевание. Помогает при подагре и болях в костях. Рассасывает сыпь. Доза его на прием — 1,47 грамма. Вкус его очень горек. Его сок помогает при боли в голове, которая возникла от солнца. Но он вреден для печени. Его вредное действие устраняет цикорий.

Авиценна писал о золототысячнике: «Золототысячник очищает свежие раны и закрывает застарелые язвы. Сухой золототысячник входит в состав пластырей и заживляет свищи. Глубокие язвы и злокачественные раны. Иногда свищ заполняют золототысячником и завязывают, и это улучшает (его состояние). Из выжатого сока золототысячника с медом приготавливают порошок, который кладут на слезную фистулу, и это ее излечивает. Он помогает от катаров и излечивает опухоли. Золототысячник останавливает кровохарканье вследствие своего вяжущего свойства; толстый и тонкий (золототысячник) полезны при затрудненном дыхании».

Применение. Золототысячник малый - источник растительной горечи, которая возбуждает деятельность желез. Так, это растение усиливает слюноотделение и выделение желудочного сока. Поэтому из его травы, собранной во время цветения (без корней), готовят возбуж-

дающий чай. Но его не кипятят, а настаивают на холодной воде при комнатной температуре и пьют через 5-6 часов. Этим стимулируется деятельность желудка и возбуждается аппетит. Благодаря таким свойствам золототысячник служит испытанным средством против истощения, которому подвержены прежде всего молодые девушки. Этот чай эффективен и против ожирения, хотя это и кажется парадоксальным. Однако золототысячник помогает и здесь, поскольку он регулирует пищеварение, нарушение которого часто является причиной лишнего веса.

Популярно вино из золототысячника как средство для возбуждения аппетита. Для этого настаивают траву на сухом белом вине с добавлением лимонной цедры в течение двух недель. Рекомендуют пить это вино по стакану перед едой.

Золототысячник повышает желчеотделение, усиливает перистальтику кишечника и сокращение мышц матки, обладает противовоспалительным и глистогонным действием. Возбуждает аппетит.

Золототысячник применяется при лечении метеоризма, при заболеваниях печени, желчного пузыря, почек. В гинекологии он применяется для прекращения кровотечений после абортов, для ускорения сокращения матки в послеродовом периоде, а также при воспалительных заболеваниях женских половых органов.

ОТВАР. Как противоглистное средство, в климактерическом периоде со склонностью к гипертонии и дисменорее золототысячник применяется в виде отвара или настоя в обычной дозировке.

При власоглавах рекомендуется принимать густой отвар из смеси равного количества травы золототысячника, цветков бессмертника и пижмы.

При хроническом гепатите, сахарном диабете применяют по 1 стакану настоя из 20 г травы на 1 литр воды в теплом виде за 1 час до еды.

НАСТОЙКА. 10 г сухой травы залить 200 мл водки. Настаивать 14 дней в теплом и темном месте. Процедить. Принимать по 20 капель 2-3 раза в день до еды.

НАСТОЙ. 10 г сухой травы на 200 мл кипятка. Настоять 1 час, процедить. Принимать по 1/2 стакана в теплом виде 2-3 раза в день за 30

минут до еды.

НАСТОЙКА НА МАСЛЕ. 10 г сухой измельченной травы заливают 100 мл подсолнечного или оливкового масла, добавляют 100 мл белого вина. Выпаривают на медленном огне 15-20 минут (до полного выпаривания вина). После кипячения настаивать в теплом месте 7 дней, периодически взбалтывая. Процедить через марлю. Использовать для лечения долго незаживающих ран и язв.

ПОРОШОК. При метеоризме, диспепсии, болезнях печени и почек золототысячник можно применять в виде порошка сухой травы по 1,5 г три раза в день за час до еды.

НАРУЖНО. Отвар травы золототысячника применяется наружно при раке молочной железы, губ, языка.

СБОРЫ. При хроническом холецистите рекомендуется следующий сбор:

1. Корень аира - 2' г, цветки бессмертника песчаного 2 г, трава золототысячника - 2 г. Смесь залить 2 стаканами воды, настоять ночь. Утром прокипятить 5 минут, процедить. Принимать по 1/2 стакана 3-4 раза в день через час после еды.

При гастритах с пониженной секрецией:

2. Кожура апельсина, листья вахты, трава полыни горькой, трава волчеца, трава золототысячника. Взять всего по 20 г, залить 1 литром кипятка. Настаивать 4 часа, процедить. Принимать по 1 стакану три раза в день перед едой.

При язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки:

3. Трава золототысячника - 20 г, листья мяты перечной - 80 г. 2 чайные ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Пить по 1 стакану три раза в день за 30 минут до еды.

При хроническом гепатите:

4. Плоды фенхеля - 10 г, плоды тмина - 10 г, кора крушины - 10 г, листья мяты перечной - 10 г, трава тысячелистника - 20 г, трава золототысячника - 20 г. 1 столовую ложку смеси залить 1 литром кипятка, настаивать 2 часа в теплом месте, процедить. Пить по 1/4 стакана три раза в день перед едой.

При хронических холециститах и болезнях печени можно применять следующий сбор:

5. Трава зверобоя - 40 г, корень одуванчика -

40 г, цветки бессмертника - 15 г, трава лапчатки гусиной - 10 г, трава вахты трехлистной - 10 г, цветки ромашки аптечной - 10 г, трава золототысячника - 10 г. 1 чайную ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 1 час. Принимать утром и вечером по 200 мл перед едой.

КАМЫШ ОЗЕРНЫЙ

Описание. Семейство Осоковые. Многолетнее травянистое растение. Корневая система развита сильно. Стебель высотой до 250 см, почти безлистный, цилиндрический. Соцветия щитковометельчатые. Цветет в июне — июле. Растет практически по всей территории России (по берегам водоемов, в воде, на заболоченных лугах, по болотам, нередко образуя сплошные заросли).

Химический состав. Корневища камыша озерного содержат крахмал (до 60 %), сахар, фитонциды, органические кислоты, витамин С, небольшое количество дубильных веществ.

Применение. Сок из корневища используют в гомеопатии для заживления ран. Золой из сухих стеблей посыпают раны и ожоги.

Растение имеет большое пищевое значение. В прошлые века его широко употребляли для питания жители Сибири, запорожские казаки. Корневища камыша озерного сушат, размалывают в муку и выпекают лепешки или добавляют в зерновое тесто. Однако большое количество такой муки или длительное ее употребление вызывает болезненные явления, поэтому следует соблюдать определенную осторожность в использовании. Муку и суррогат хлеба получают также из основания стеблей.

Учитывая то, что стебли и корневища богаты сахаром (до 48 %), их используют для получения сиропа.

КУВШИНКА.

Описание. Кувшинка относится к роду водных растений семейства кувшинковых. Это многолетнее бесстебельное водное растение с плавающими листьями. Цветки диаметром от 3 до 30 см разной окраски (белые, розовые, голубые, лиловые и т.д.). Плоды в виде ягод, созревающие под водой. Цветет растение в июне—июле.

В России произрастает 3—5 видов кувшинки белой. Распространена она по всей европей-

ской части территории страны, неприхотлива, сохраняет жизнеспособность даже в промерзающих водоемах.

Сбор. С лечебной целью применяются корневища с корнями, листья, цветки. Корневища и корни собирают осенью, листья и цветки — в июне—июле.

Свойства. Применяют душистую и свежую кувшинку. Природа ее холодна и влажна во II степени. Она нагоняет сон и успокаивает, помогает тому, кто страдает бессонницей. Прекращает понос и подавляет половую потенцию. Припарка из нее помогает при витилиго. Замечителем является фиалка.

Авиценна пишет о кувшинке следующее: «Сильнее всего кувшинка с белым корнем. Она сильнее кувшинки с черным корнем и семена ее сильнее, чем ягоды. Корень кувшинки полезен от горячих опухолей, особенно от опухолей селезенки. Семена и корень кувшинки полезны от язв. Питье из кувшинки хорошо помогает от кашля. Кувшинка помогает при поллюциях и уменьшает половую страсть. Благодаря своему свойству (кувшинка), и особенно ее корень, заставляют застывать семя. Корень кувшинки помогает от хронического поноса и язв в кишках; корень кувшинки в виде лекарственной повязки приносит пользу при болях в мочевом пузыре. Семена кувшинки сильнее ее во всех отношениях и даже останавливают месячные кровотечения. Питье из нее полезно при острых лихорадках и сильно угашает жар».

Цветки обладают болеутоляющим, успокаивающим, снотворным, мягчительным и жаропонижающим действием.

Применение. НАСТОЙ

При хронических сердечных заболеваниях готовят смесь цветков кувшинки с цветками боярышника кроваво-красного. Берут по 2 столовые ложки того и другого, заливают стаканом кипятка, настаивают 1 час, процеживают. Пьют по 1 столовой ложке через каждые два часа.

Настой цветков используют как снотворное, успокаивающее при бессоннице.

Корни, отваренные в сусле, дают пить туберкулезным больным, а также его дают пить кормящим женщинам для увеличения количества молока. Настойку из листьев употребляют при мочекаменной болезни. Отваром корней в пиве моют голову от выпадения волос.

ВАННЫ. Настой цветков используют в виде ванн и обмываний как наружное болеутоляющее средство, а воду, перегнанную с лепестками цветков, используют как косметическое средство от угрей, загара, веснушек.

СЕМЕНА. Поджаренные семена кувшинки белой используют как суррогат кофе. Из сухих корневищ получают муку, которую вымачивают в воде, высушивают, а затем используют для приготовления различных блюд и хлебобулочных изделий. Свежие, вымоченные корневища едят в жареном и вареном виде.

Способы приготовления и применения:

1. 2—3 столовые ложки свежих или сухих цветков обварить кипятком, завернуть в марлю. Горячие подушечки прикладывать к телу как болеутоляющее средство.

2. 2 столовые ложки свежих лепестков цветков положить в 0,5 л кипятка, кипятить 15 минут, настаивать 4 часа, процедить, употреблять как косметическое средство.

3. Две столовые ложки свежих цветков залить 1 стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1/3 стакана три раза в день при бессоннице или в качестве жаропонижающего средства.

4 столовые ложки смеси лепестков белой кувшинки и цветков кроваво-красного боярышника в соотношении 1:1 на 200 мл кипятка, настоять 1 час, процедить и принимать по 1 столовой ложке каждые 2 часа при сердечной слабости.

Свежие корневища растения употребляют для борьбы с тараканами.

Противопоказания. Внутреннее применение препаратов кувшинки белой, как ядовитого растения, требует особой осторожности.

КИПРЕЙ УЗКОЛИСТНЫЙ, ИВАН-ЧАЙ

Описание. Семейство Кипрейные. Кипрей — многолетнее травянистое растение. Стебель высотой до 1,5 м, густо покрыт ланцетовидными листьями, которые сверху темно-зеленые, снизу сизо-зеленые. Цветки лилово-пурпурные, бледно-розовые. Плоды — стручкообразные коробочки.

Химический состав. Корни и листья содержат дубильные вещества (10—20 %), аскорбиновую кислоту (до 380 мг %), каротин, сахара, пектиновые вещества, слизь, алкалоиды, а семена — 40—45 % жирных масел.

Надземная часть растения до цветения очень богата белками (до 20 %), солями кальция, фосфора, кобальта, слизью.

Применение. Растение используется в народной медицине при ангине, отите, язвенной болезни желудка, гнойных ранах, бессоннице. Настой применяют внутренне и наружно. Из иван-чая изготавливают обезболивающие и противовоспалительные лекарства.

Листья кипрея служат заваркой для чая, обладающего успокоительным действием. Они употребляются при лечении гастритов, гастроэнтеритов, а также язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки и находят широкое применение в народной кулинарии.

КЛЕВЕР ЛУГОВОЙ

Описание. Семейство Бобовые. Многолетнее травянистое растение высотой 50—60 см. Главный стебель короткий, из пазухи прикорневых листьев выходят стебли с цветками и тройчатыми листьями. Листочки нижних листьев яйцевидные, мелкозубчатые, верхние продолговатые, почти цельнокрайние. Цветки неправильные, розовые или красные, в головчатых соцветиях. Плод — боб яйцевидной формы, односемянный. Клевер — прекрасный медонос. Цветет с мая по сентябрь — октябрь. Распространен по всей европейской части России, введен в культуру как кормовое растение.

Химический состав. В цветках и листьях найдены гликозиды трифолин и изотрифолин, эфирное масло, каротин, аскорбиновая кислота, витамины группы В, витамины Е, К, пигменты, алкалоиды, тирозин, смолы, биофлавоноиды, кумариновая и салициловая кислоты.

Применение. В научной медицине не используется, в народной употребляется как отхаркивающее, мочегонное, антисептическое средство, при малокровии, истощении, опухолях, сахарном диабете, бронхиальной астме.

Из клевера (соцветий) готовят супы, из молодых стеблей и листьев — салаты. Для пищевых целей клевер сушат, квасят, маринуют.

Ванна из сухой травы клевера лугового. Измельченную сухую траву клевера лугового заливают кипятком (50:1000), настаивают 2 часа, процеживают. Ванну (36—37°) принимают на ночь при ревматизме, истощении, сахарном диабете. Курс лечения — 12—14 ванн.

КРАПИВА.

Описание. Семейство: — крапивные. Крапива двудомная высотой 30—150 см, многолетнее растение; крапива жгучая высотой 15—60 см, однолетнее растение с эллиптическими лопастными листьями небольших размеров, более жгучая, чем предыдущая. Растут по сорным местам, в огородах, садах. Распространены повсеместно. Цветут с июня до поздней осени.

Сбор. Собирают самые молодые побеги в начале весны, позже — только молодые листочки и верхушки. Собирают листья и цветы крапивы, корни — поздней осенью.

Хранение: Потертые листья крапивы хранятся в коробках, а корневища с корнями в мешках.

Химический состав. Крапиву можно назвать естественным поливитамином. В ее листьях много витаминов С, К 1, которые чрезвычайно необходимы в процессах кровесвертывания, В2, провитамина А (каротин), а также микроэлементов (железо, медь, марганец). Богата крапива фитонцидами, хлорофиллом, органическими кислотами, дубильными веществами, белками.

Свойства. Лучшим видом является зеленая крапива у которой появились семена. Природа ее горяча во II степени. Обладает растворяющими свойствами и укрепляет тело, открывает закупорку. Ее семена выводят вредную и липкую влагу из носоглотки и прекращают кровохарканье. Она растворяет слизь, очищает тонкий кишечник, помогает при болях в пояснице, укрепляет половой член и увеличивает половую силу. Доза на прием—1,47 грамма. Но крапива вредна для кишечника. Она выводит ту липкую слизь, которая собирается в желудке. Если съесть 2,94 грамма семян, то растворится камень в почке, при этом очистятся почки и кровь.

Авиценна пишет о крапиве следующее: «В лекарственной повязке с уксусом (крапива) заставляет вскрываться нарывы, помогает от них, приносит пользу при затвердениях. Семена ее в виде лекарственной повязки помогают от рака; то же действие оказывает ее зола».

Применение. Применяется крапива как в качестве лекарственного средства, так и в кулинарии.

Крапива способствует нормальной деятельности желудка и кишечника, обладает желче-

гонным и мочегонным эффектом, влияет на кроветворение. Применяется при лечении цистита, пиелонефрита, гломерулонефрита, при заболеваниях верхних дыхательных путей, бессоннице. Препараты крапивы останавливают маточные, геморроидальные и другие виды кровотечений, месячные.

Наружно отвары и настои крапивы применяются при лечении фурункулов, язв, ангин, при трещинах кожи и, в виде спринцеваний, при белых.

Растение входит в состав многих желудочных, слабительных и витаминных чаев. Используют его и в готовых формах; крапива входит в состав аллохола (применяют при гепатитах, холециститах, болезнях печени).

При малокровии лечебному действию крапивы способствует то, что в ней содержится железо.

Листья крапивы съедобны; в связи с высоким содержанием витаминов они могут иметь значение как средство лечебного питания при гиповитаминозах и в тех случаях, когда создается повышенная потребность организма в витаминах.

Препараты листьев крапивы применяют также при эпилепсии, истерии, хронических бронхитах, заболеваниях печени и желчевыводящих путей, поносах. Находят применение и корневища, их назначают в качестве отхаркивающего средства.

НАСТОЙ. 15 г листьев залить стаканом кипятка, настаивать в течение часа, процедить. Принимать по 1 столовой ложке три-четыре раза в день.

При сахарном диабете рекомендуется пить настой крапивы по 1/4 стакана 3-4 раза в день (крапива содержит секретин, который стимулирует образование инсулина).

При слабом выделении мочи пьют настой из 50 г крапивы на 1 литр кипятка по 200 мл три раза в день.

ОТВАР. 20 г листьев крапивы залить 200 мл кипятка, кипятить 3 минуты, охлаждать 45 минут, процедить и пить по 2 столовые ложки три раза в день перед едой.

НАСТОЙКА. 200 г майской крапивы залить 0,5 л водки или 70-градусного спирта. Горло бутылки завязать марлей или тряпочкой. Первые сутки настойку держать на окне, остальные 8

суток - в темном шкафу. Процедить, отжать, отфильтровать, хранить в темной склянке.

Принимать по 1 чайной ложке натощак за 30 минут до еды и 1 чайную ложку на ночь перед сном. Выпить весь настой. Человек становится бодрым, здоровым, сердце улучшает свою работу, улучшается состав крови, движения становятся легче, проходит склероз.

СВЕЖИЙ СОК КРАПИВЫ. Отжимать в апреле-мае из свежесрезанных растений. Способствует кровообразованию. Стимулирует обмен веществ, поэтому является хорошим средством для похудения. Рекомендуются при ревматических заболеваниях. Принимать по 0,3-0,5 стакана сока со столовой ложкой меда 3 раза в день за полчаса до еды.

Сок крапивы пьют по 1 столовой ложке при фурункулезе, угрях, различных сыпях.

Для усиления полового влечения смешивают 1 чайную ложку истолченной крапивы с яичным желтком и репчатым луком. Съедать по 1 чайной ложке три раза в день.

НАРУЖНОЕ ПРИМЕНЕНИЕ. При миозитах, невралгических болях, суставном ревматизме жалют свежей крапивой больные места.

Для укрепления волос, при облысении полощут волосы после мытья головы отваром листьев крапивы. При выпадении волос втирают в кожу головы отвар листьев крапивы и корней лопуха, взятых поровну. 1 столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, кипятить 5 минут на слабом огне, настаивать 45 минут, процедить. При выпадении волос 3 раза в неделю моют голову в крепком отваре вереска, корней лопуха и корней крапивы жгучей. Иногда к этой смеси добавляют еще шишек хмеля.

Ванна из крапивы. Крапиву с корнями измельчают, заливают кипятком (50:1000), настаивают полчаса, процеживают. Ванну (36—37°) принимают в любое время дня при дерматите, экземе, аллергических сыпях, плохом росте волос. Курс лечения — 12—14 ванн.

Сок крапивы, смешанный с солью, рекомендуют применять для смазывания раковых язв.

ПОРОШОК. При различных анемиях полезно пить смесь порошка листьев крапивы с медом. На 1 кг меда берется 200 г порошка листьев. Принимать по 1 столовой ложке три раза в день.

СЕМЕНА. Для предупреждения внематоч-

ной беременности принимают внутрь семена крапивы по 1-3 г (семена крапивы способствуют расширению просвета фаллопиевых труб, по которым движется яйцеклетка).

При остеомиелите народная медицина рекомендует принимать свежесжатый сок крапивы, настой листьев, семена.

СБОРЫ. Для «очищения крови» при фурункулезе, зуде, кожных заболеваниях применяют состав: лист крапивы, лист одуванчика, цветы, терновника. Все берется поровну, перемешивается. 2 столовые ложки смеси заливают 2 стаканами кипятка и настаивают на водяной бане 15 минут. Охладить, процедить, принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

При дизентерии делают настой из 1 чайной ложки крапивы и 1 чайной ложки листа ежевики на 300 мл кипятка. Настаивают в духовке два часа и выпивают в течение дня.

При простудных заболеваниях, трахеитах, бронхитах, ларингитах больного натирают настоеккой корней крапивы с чесноком (1:1) и дают пить эту же настойку по 1 столовой ложке три раза в день.

Замечено, что супы из крапивы улучшают зрение, особенно в пожилом возрасте. Блюда из крапивы полезны также в весенний период, когда организм нуждается в витаминах. Употребление крапивы в это время снимает чувство «весеннего недомогания».

Толченые листья крапивы прекращают кровотечение из носа, а крапивное семя помогает при потере обоняния и с силой открывает закупорки в решетчатой кости. Крапивное семя в виде лекарственной повязки облегчает удаление зубов; применение лекарственной повязки из него помогает при опухолях за ушами и внутри желез.

Когда (крапиву) дают пить в ячменной воде, она прочищает грудь. Или же листья крапивы отваривают в ячменной воде, и тогда они удаляют находящиеся в груди густые соки. Крапивное семя действует сильнее; оно устраняет астму, «стоячее дыхание» и холодный плеврит.

При обильных белях пьют по 3 чайных ложки в день сок из листьев крапивы жгучей (малой), а при продолжительных месячных кровях - чай из напара листьев крапивы жгучей (малой) - 50,0 г на 1 л кипятка - по 1 стакану 3 раза в день.

При опухолях селезенки принимают 3 раза в день на конце ножа порошок из смеси (в равных частях): листьев шалфея, листьев ланцетолистного подорожника и листьев крапивы жгучей, запивая водой.

При геморрое, когда шишки расположены внутри и сильно болит в пояснице, а в животе ниже пупка чувствуются рези, ежедневно пьют по 4 стакана отвара из листьев крапивы жгучей и коры крушины (лежалой, т. е. не свежей, а сбора прошлых лет), каждой по 8,0 г на 1 л воды. Смесь кипятят 10 минут, считая от минуты закипания.

В большинстве случаев применения крапивы как кровоочистительного средства пользуются не только листьями крапивы, но и корневищами с корнями (напар-настой) как крапивы двудомной (обыкновенной), так и крапивы жгучей (малой).

НАРУЖНО. При ревматизме нажаливают больные места крапивой и натирают обыкновенным керосином. Чередуют: один день натирают, другой - нажаливают крапивой.

Можно увеличить яйценоскости кур путем добавления в корм в зимние месяцы потертых листьев крапивы, особенно в мятый картофель.

Противопоказания. Препараты из этого растения противопоказаны людям с повышенной свертываемостью крови, больным гипертонической болезнью и атеросклерозом, а также не следует применять при кровотечениях, вызванных кистой, полипами и другими опухолями матки и ее придатков.

КЛЕЩЕВИНА ОБЫКНОВЕННАЯ.

Описание. Родина клещевины — тропики или субтропики. Главный стебель у клещевины полый, ветвистый, несет от 5 до 20 крупных пальчаторассеченных листьев. Веточки клещевины зеленые, окрашенные сплошь или в виде полос в красный, фиолетовый или розовый цвета. Цветки однополые, собраны в верхушечное метельчатое соцветие. Соцветия располагаются на концах главного стебля или боковых ветвей. Женские цветки находятся в нижней части каждого соцветия, мужские — в верхней. Плод — трехгнездная коробочка шаровидной формы.

Клещевина принадлежит к роду многолетних растений семейства молочайных. Высота ее

— от 0,5 до 3 метров. В народе имеет различные названия: клещевинное дерево, турецкая конопля, райское дерево, касторовое семя и другие.

Свойства. Природа ее горяча и суха во II степени. Обладает рассасывающими свойствами. Укрепляет нервы и удаляет влагу. Помогает при параличе и искривлении лица. Полезна при выпадении матки, болезни седалищного нерва и болях в пояснице. Размягчает плотные опухоли и вылечивает экзему. Вызывает пополнение тела. Оказывает вредное действие на легкие, устраняет его камедь. Заменителем являются семена редьки.

Авиценна писал о клещевине следующее: «Если истолочь (клещевину) и приложить в виде лекарственной повязки, она сводит бородавки и веснушки. Листья ее, толченые и смешанные с ячменной мукой, заставляют опадать слизистые опухоли. Масло клещевины подходит при влажных язвах. Если истолочь тридцать семян (клещевины) и выпить их, это возбуждает рвоту, ибо они очень расслабляют (стенки) желудка и вызывают тошноту. Если приложить лекарственную повязку из одной клещевины или с уксусом, она заставляет опадать опухоли (женской) груди. Растертые семена (клещевины), если их выпить, гонят слизь и желчь и выводят червей из живота».

Применение. Семена клещевины содержат до 60% масла, широко применяемого в промышленности и медицине (касторовое масло). Семена ядовиты.

Касторовое масло применяется в основном как слабительное средство.

1 - 2 столовые ложки касторового масла принять при запоре 1-2 раза в день.

Масло клещевины наружно используется для заживления ран, ожогов, язв (входит в состав мази Вишневского).

НАСТОЙ ЛИСТЬЕВ КЛЕЩЕВИНЫ. 1 чайная ложка измельченных листьев на стакан кипятка. Настаивать на кипящей водяной бане 15 минут. Охладить, процедить. Принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день при эндометриях. Одновременно делать спринцевания этим же настоем.

Бытует мнение, что если семена клещевины принять после родов, то зачатия не будет в течение 9 месяцев.

НАСТОЙ СЕМЯН КЛЕЩЕВИНЫ. 1 чайная

ложка на 200 мл кипятка, настаивать на водяной бане 15 минут, процедить. Народная медицина рекомендует принимать при онкологических заболеваниях по 1 столовой ложке три раза в день.

Смесь касторового масла и скипидара (1:1) используются для втирания при себорее.

Противопоказания. Нужно помнить о том, что семена клещевины очень ядовиты и отвары из них следует принимать с осторожностью.

КОНОПЛЯ.

Описание. Однолетнее травянистое двудомное растение. Мужские стебли — более низкие и менее облиственные, чем женские. Высота растения — до 2,5 метров, стебель прямостоячий. Листья очередные, черешковые с пальчатыми отдельными листочками. Тычиночные цветки образуют метелки, расположенные в пазухах верхних листьев. Плод — орешек. Цветет конопля посевная с июля по август.

В России распространена в основном в средневропейской части, в Краснодарском крае, на Южном Урале, в Западной Сибири.

Свойства. Природа ее горяча в I степени и суха во II. Если съесть семена конопли, то они будут долго перевариваться и выведут ветры. Если сок конопли закапать в нос, то очистится мозг, а если съесть, то выведутся вредные вещества из желудка и изгонятся глисты, а также закрепится живот. Если листья растолочь, отжать сок и вымыть им голову, то это очистит и укрепит волосы. Если сварить ее корень, сделать припарку и приложить к опухоли и роже, то поможет. Есть много видов конопли: радует и веселит сердце, вызывает ложное чувство голода и переваривания пищи. А также есть еще один вид, который рождает печаль в сердце и дурные мысли в голове. Есть вид, который усиливает половую потенцию. Доза лучшего вида от 1,47 до 5,88 грамм. Ее вредное действие устраняет сироп лимона.

Конопля — санитар сада и огорода. Там, где растет конопля, не болеют растения, деревья и кустарники. Нет тли, яблоневого плодоярца, картофеля не заражается фитофторозом. Одно-два растения конопли, растущие в теплице, избавляют от болезней и вредителей огурцы, помидоры и другие культуры, привлекают множество пчел. Пчелы, «пасущиеся» на коно-

пле, не заражаются клещом. Запаха цветущей конопли не переносят колорадский жук, медведка, тараканы. Рецепт от тлей и колорадских жуков: 150—200 граммов цветущей конопли заливают 2—2,5 литрами воды и кипятят 5—10 минут, остужают, растворяют 10—15 граммов хозяйственного мыла, а потом опрыскивают растения или картофель.

СЕМЕНА КОНОПЛИ. Лучший вид—семена землянистого цвета. Природа их горяча и влажна во II степени. Их употребление приводит к обилию семени и вызывает половое влечение. Помогают при болях в спине и почках, лечат пятчатые шпоры. Делают кожу гладкой, хорошо очищают тело от шлаков. Очень питательны, способствуют пополнению тела, так как восстанавливают обмен веществ. Доза на прием—4,4 грамма. Но они вредны для легких. Их вредное действие устраняет сахар. Заменителем является снотворный мак.

Авиценна писал о конопле: «Конопля расасывает ветры и сильно сушит. Порождаемый ею сок скудный и плохой. Вследствие своей теплоты конопля вызывает головную боль. Ее выжатый сок пускают в ухо каплями при болях от закупорок (имеются в виду серные пробки), а также от влаги в ушах; так же действует конопляное масло. Листья ее устраняют перхоть с головы.

Если отварить корни дикой конопли и прикладывать лекарственную повязку из них на горячие опухоли (опухоль воспалительного характера) на затвердевших местах, они умеряют жар и рассасывают затверждение.

Если злоупотреблять коноплей, это прекращает (образование мужского) семени».

Применение. Лекарственным средством являются высушенные верхушки стеблей с соцветиями. Применяется при невралгии и мигрени.

Коноплю можно использовать и для лечения депрессии и других психических заболеваний.

Настой травы конопли используется как седативное, болеутоляющее, снотворное средство.

Препараты плодов в виде «конопляного молочка» используют как очистительное, мочегонное, обволакивающее, общеукрепляющее средство. Их назначают при воспалениях желудочно-кишечного тракта и мочевыводящих путей, при геморрое, водянке, золотухе, туберку-

лезе легких, нервном истощении. Поджаренное с солью конопляное семя рекомендуется как средство, усиливающее половую активность.

Наружно примочки и отвары из конопляного семени применяют при маститах, ожогах, нарывах, как растирание при ревматизме.

В последние годы обнаружена высокая противомикробная активность водно-спиртовой настойки конопли.

НАСТОЙ. 1 столовую ложку верхушек растения заливают стаканом кипятка, настаивают на кипящей водяной бане 20 минут, охлаждают 45 минут, процеживают. Принимать по 2 столовые ложки три раза в день.

ЭМУЛЬСИЯ ИЗ СЕМЯН КОНОПЛИ. Семена растирают в глиняной посуде (или эмалированной) из расчета 1:10 с водой. Воду добавляют постепенно, мелкими порциями и, растирая, получают однородную массу. Процеживают ее через марлю и принимают по 1 столовой ложке 3-4 раза в день.

Настой из семян конопли применяют при упорном кашле, а также при воспалительных заболеваниях мочеполовых путей и предстательной железы.

Растолченные семена конопли или эмульсия из них используется в виде компрессов при маститах, ожогах, нарывах.

ПРИМОЧКИ. Из отвара семян делают примочки на глаз при блефарите, конъюнктивите.

Отвар из всего растения (1 столовую ложку на 200 мл воды) принимают при бессоннице, эпилепсии по 1 столовой ложке 3-4 раза в день.

Для усиления лактации назначают кормящим матерям эмульсию из семян конопли по 2 столовые ложки 3-4 раза в день.

Поджаренные семена конопли с солью назначают мужчинам для повышения потенции.

Эмульсию из семян конопли полезно пить при гонорее. Принимают ее по 1 столовой ложке 4 - 5 раз в день.

КАЛЕНДУЛА (ноготки).

Описание. Многим знакомо растение календула лекарственная. Благодаря крупным желтым, а иногда оранжевым цветам его охотно используют в декоративном садоводстве. Как лекарственное растение оно высоко ценится в медицине.

Календула — однолетнее травянистое расте-

ние со своеобразным бальзамическим запахом. Высота его от 30 до 60 см. Стебель у ноготков прямостоячий, ветвистый, покрыт жесткими волосками. Листья пушистые, редкозубые, нижние черешковые, обратнойцевидные; остальные сидячие, продолговатые. Цветет растение в июле—августе, плоды созревают в конце августа, начале сентября.

Свойства. Природа ее горяча и суха во II степени. Обладает рассасывающими свойствами и излечивает застарелый недуг сердца. Сок способствует выкидышу младенца поэтому не следует хранить растение рядом с беременной женщиной. Если смазать поясницу, то это поможет при задержке месячных. Если выпить сок натошак, то он поможет при отравлении всеми видами ядовитых лекарств. 14,7 грамма сиропа может повредить желудку. Ее вредное действие устраняет ревень. Если ее цветы рассыпать в доме, то мухи его покинут. Если размельчить ее корень, сделать припарку и приложить к спине, то это усилит половое влечение. А если корень размельчить, отжать сок и закапать в нос, то это успокоит зубную боль и выведет обильно слизь. Если бесплодная женщина введет во влагалище свечи из календулы, то она родит ребенка. Но календула вредит селезенке. Ее вредное действие устраняет мед.

ЛАВАНДА ГРЕЧЕСКАЯ.

Описание. Кустарник или полукустарник высотой до 2 метров. Стебель прямой. Листья сидячие, ланцетные, продолговатые или линейные. Молодые листья опушены белым пушком, более старые — зеленые, голые, покрыты снизу железистыми волосками. Цветки собраны в верхушечные многоцветковые колосовидные соцветия Венчик голубовато-фиолетовый или белый.

Распространена в южных районах нашей страны (Крым, Закавказье). В медицинской практике находят применение цветки и листья лаванды лекарственной.

Свойства. Лучшим видом является зеленая лаванда с горьковатым вкусом. Природа ее горяча в I степени и суха во II. Обладает смягчающими и открывающими свойствами, укрепляет нервы и очищает мозг. Если выпить ее сироп, то это поможет при меланхолии, укрепит органы чувств, не даст состариться, разгонит заботы и

беспокойство, ободрит разум. Она растворяет черную желчь и слизь, открывает закупорку, убивает мелких и крупных глистов и выводит их. Помогает при болезнях всех органов, расположенных в животе. Полезна при всех видах болей в костях и отравлении всеми ядовитыми веществами. Доза ее на прием — 5,88 грамма. Есть ее весьма полезно при болезнях печени и селезенки. Если сделать окуривание, то устранит дурной запах, а также согреет матку, удалит влагу и очистит ее. А если женщины введут ее в матку, то забеременеют. Если лаванду мелко растолочь и давать ежедневно по 5,88 грамма в течение 10 дней, то она поможет при трясении головы. А если ее цветы настоять на меде или сахаре и давать есть весной, подобно фиалковому варенью, то она развеселит сердце и исцелит все болезни, которые происходят от черной желчи. Заменителем является повилика.

Авиценна писал о лаванде: «Отвар лаванды успокаивает боли в суставах, нервах и ребрах. Сироп ее - самое полезное средство от холодных болезней нервов. Поэтому его должны постоянно пить люди со слабыми нервами и те, у которых нервы больны от холода. Лаванда помогает от меланхолии и падучей. Лаванда вызывает тоску и рвоту у людей, в натуре которых преобладает желчь. Это (одно из лекарств), заставляющих чихать».

Лаванду используют как противосудорожное, мочегонное и тонизирующее центральную нервную систему средство. Лавандовый спирт является хорошим антисептиком. Используется в медицине в виде настоя и настоек.

НАСТОЙ. Три чайные ложки измельченных цветков залить 2 стаканами кипятка, настоять 1 час. Процедить. Принимать по 1/2 стакана 3-4 раза в день. При сердечном неврозе с сильным сердцебиением принимать настой по 1/2 стакана 2-3 раза в день.

Для стимуляции пищеварения и как спазмолитическое средство при гастритах, болях в области печени принимают настой лаванды по 1 стакану 1-2 раза в день.

Эфирное масло лаванды применяется как растирание при невралгических болях, миозитах, ревматизме. Масло лаванды, разведенное спиртом, применяют при мигрени, неврозах.

ВАННЫ. Ванны с добавлением отвара травы лаванды применяют 1-2 раза в неделю как успо-

каивающее и общеукрепляющее средство.

В связи с инсектицидным действием цветков лаванды ее применяют против моли.

ЦВЕТЫ. Цветки лаванды используются как слабое успокаивающее и спазмолитическое средство при мигренях, невралгии, сердцебиении, а также как желчегонное средство, при желудочно-кишечных коликах.

ЛАВАНДНОЕ МАСЛО. Это масло обладает антисептическими свойствами и широко используется при лечении ожогов, кожных заболеваний, не злокачественных язв, порезов, также для улучшения запаха других лекарственных средств.

Эфирное масло, растворенное в спирте, раздражает кожу, вызывая покраснение ее, и используется повсеместно в виде растираний при ревматических болях, невралгии, подагре. Рекомендует настой цветков лаванды при выраженных бродильных и гнилостных процессах в кишечнике, а также как ветрогонное и болеутоляющее средство при болях в желудке и кишечнике. С этой же целью делают теплые припарки из цветков.

Масло лаванды широко применяется в лакокрасочной промышленности для ароматизации вин и других продуктов, а также для приготовления салатов и различных блюд и напитков. Перемолотые соцветия, листья и стебли используются для приготовления душистых свечей, которые при горении наполняют помещение ароматом и способствуют удалению moskitov и других насекомых. Аромат сухих соцветий лаванды предохраняет одежду от моли. Масло лаванды обладает способностью убивать вшей.

Противопоказания. Препараты лаванды относятся к числу сильнодействующих, поэтому пользоваться ими необходимо очень осторожно.

ЛЪНЯНКА ОБЫКНОВЕННАЯ.

Описание. Семейство: норичниковые. Травянистое сорное растение, высотой 30—90 см, многолетнее. Стебель прямой или приподнимающийся. Листья линейные, ланцетовидные, густо размещенные по стеблям. Кисти густые, стержень их и цветоножки с железистым опушением. Цветы желтые. Цветет с июня до сентября.

Растет при дорогах, на склонах, по межам, среди посевов на неподнятых парах, по сухим канавам. Распространено повсеместно в большом количестве.

Сбор. С лечебной целью используется трава (стебли, листья, цветки), которую заготавливают во время цветения. Собирается трава, но не целиком, а срезается на 10—15 см ниже того места, где начинаются цветы.

Трава растения высушивается в тени под навесом или на чердаках с хорошей вентиляцией.

Хранение. Траву льнянки сохраняют в деревянных ящиках, внутри обложенных бумагой.

Свойства. Семена ее очень горькие, растет в горах и на каменистых местах. Другой вид растет по берегам рек и у подножия гор. А третий вид растет в сорных местах. Лучший вид средний. Если человек будет пить сироп льнянки, начиная со времени вступления Солнца в созвездие Овна, то он в течение года не будет бояться никаких ядов. Пьют сироп льнянки по 2,94 или 4,4 грамма. Его нужно смешать с небольшим количеством оливкового масла.

Льнянка обыкновенная обладает противовоспалительным, потогонным, общеукрепляющим и отхаркивающим, желчегонным, мочегонным, легким слабительным, болеутоляющим, противоглистным действием, а также регулирует функциональную деятельность желудочно-кишечного тракта. Льнянка с положительным эффектом употребляется при одышке, водянке, желтухе, головной боли, головокружении, сопровождаемом рвотой, при ночном недержании мочи, геморрое, диатезе, анемии, цистите, мочекаменной болезни, аскаридозе, начальных стадиях гипертрофии предстательной железы.

Применение. Довольно часто используют в виде мази, настоев и отваров на воде и молоке для обмываний, компрессов, примочек, ванночек и сидячих ванн при геморрое, различных кожных высыпаниях, ранах, экземе, лишаях, дерматитах, бородавках, полипах, а также моют голову при зуде, перхоти и выпадении волос. При геморрое применяют мазь из свежего сока зеленой травы на линолине.

Проваренная в масле или смальце, она дает весьма действенную мазь, применяемую при воспалениях и расширении вен и прежде всего при зудящем геморрое.

Из высушенной травы готовят чай, для которого берут чайную ложку с верхом растительного сырья на 1/4 л воды, доводят до кипения и настаивают 10 минут. Этим чаем успешно лечат желтуху, задержание мочи, запоры и заболевания селезенки.

Льнянка лекарственная считается хорошим средством от повреждений кожи, пигментации (пятен на коже) и вообще нечистой кожи. Для этого выжимают сок из сорванной травы и смазывают им кожу или втирают в нее сок.

Отваром промывают больные глаза, полощут горло при ангине, настоем травы на теплой воде делают примочки при грибковых заболеваниях, от лишая, для лучшего роста волос. В отваре купают детей, страдающих диатезом.

СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ И ПРИМЕНЕНИЯ.

НАСТОЙ. 1 столовую ложку сухой измельченной травы льнянки на 2 стакана кипятка, настоять 2 часа, процедить, принимать по 0,5 стакана 3 раза в день до еды. Как наружное средство этот же настой использовать для обмываний и компрессов при сыпях, угрях, гнойниках, язвах, фурункулах.

ОТВАР. 20 г травы льнянки отварить в 0,5 л молока. Полученную кашицу применять для компрессов при геморрое.

Для лечения геморроя используют компрессы из отвара 20 г травы в 0,5 л молока. При этом быстро уменьшаются боли и воспалительные процессы.

МАЗЬ. Для приготовления мази сок из свежей травы смешивают со сливочным маслом или две части травы нагревают с пятью частями свиного сала до испарения воды, затем процеживают и выжимают.

Мазь готовят из равных частей цветков льнянки, дубовой коры и водяного перца. Берут 12 г, которые намачивают в растопленном свином сале, периодически размешивая, затем подогревают и процеживают и сливают в стеклянную банку. Мазь наносится на небольшой марлевый тампон и полностью вводится в анальное отверстие на 4—5 часов. Она оказывает обезболивающее действие при сильных геморроидальных болях и прекращает геморроидальное кровотечение.

СПИРТОВАЯ НАСТОЙКА. Экстракт из сухой травы льнянки готовят на 40% спирте в

соотношении 1:1, принимают по 1—3 чайные ложки перед сном как слабительное средство.

Две части травы заливают одной частью 70% спирта, оставляют сутки настояться в закрытом сосуде, прибавляют 10 частей свиного сала и нагревают на водяной бане в открытой посуде до полного испарения спирта. Смесь отжимают, процеживают. Образованную светло-зеленую мазь применяют на поврежденные участки тела.

Противопоказания. Растение ядовито, прием его внутрь в больших дозах может вызвать отравление.

ЛОПУХ ПАУТИНИСТЫЙ.

Описание. Семейство: — сложноцветные. Широко известные, повсеместно распространенные растения, произрастающие на сырых местах, около жилья, в огородах, у дорог, на полях, в садах и т. п.

Применение. Отвар корня лопуха (50,0—60,0 г на 1 л воды) употребляют внутрь при лечении разных кожных заболеваний, при чирьях, фурункулезе, сыпях, при золотухе, рахите как кровоочистительное средство. Кроме того, этот отвар принимают при разных болезнях мочеполовых органов, в том числе и венерических, как мочегонное, очищающее почки и мочеточники средство. Пьют этот отвар и при хронических запорах. При сахарной болезни пьют отвар корней лопуха или следующей смеси: створок фасоли, корней лопуха и листьев черники в равных дозах. Берут 50,0—60,0 г смеси на 1 л воды, намачивают в течение ночи, утром кипятят 5—7 минут, еще немного настаивают, процеживают, легко отжимая остаток, и весь отвар выпивают за день в 6 приемов.

При подагре пьют чай из следующей смеси: корней лопуха — 25,0 г, корневищ пырея — 20,0 г, травы череды — 20,0 г, травы трехцветной фиалки — 30,0 г и вероники лекарственной — 20,0 г.

Берут 40,0 г этой смеси на 1 л воды и кипятят на медленном огне 15 минут. Пьют по 3 стакана в день, причем первый раз натощак.

Наружно. Для ванн ревматикам и артритикам делают отвар из корней лопуха, травы вереска, крапивы, багульника, татарника, листьев брусничника — доза не ограничена.

Долго незаживающие раны лечат мазью, ко-

торую готовят следующим образом: 75,0 г измельченного свежего корня лопуха настаивают целые сутки в теплом месте в 200,0 г подсолнечного масла (предпочтительно брать миндальное), потом варят 15 минут на медленном огне и процеживают в баночку.

При выпадении волос и вообще при болезнях кожи на голове 2 раза в неделю моют голову в отваре корня лопуха и цветов ноготков — лопуха 20,0 г, а ноготков 10,0 г на 1 л воды. Некоторые к этим компонентам добавляют еще 15,0 г шишек хмеля.

Корень лопуха, порезанный на небольшие кусочки, сушат в легкой печи. Ежегодно корни заготавливают свежие.

Хранение. Корни лопуха хранят в ящиках, выложенных бумагой.

МЕЛИССА ЛЕКАРСТВЕННАЯ.

Описание. Многолетнее травянистое растение с разветвленным сильным корневищем. Стебель прямостоячий, четырехгранный, ветвистый, высотой более 1 м. Листья черешковые, супротивные, яйцевидные, по краям зубчатые. Цветки на коротких цветоножках, собраны по 3—10 штук в ложные мутовки, располагаются в пазухах верхних листьев. Чашечка колокольчатая, двугубая, нижняя — двузубая, а верхняя — плоская с тремя зубцами.

Растение — прекрасный медонос, цветет с июля по сентябрь. Распространено почти по всем южным районам европейской части России.

Сбор. Для лекарственных целей используют листья мелиссы и верхушки стеблей, которые собирают дважды на протяжении лета до опадания цветков и сушат в помещении с хорошей вентиляцией, попеременно переворачивая.

Химический состав. В траве обнаружены эфирное масло (до 0,3 %) с сильным лимонным запахом, содержащее цитраль, мирцен, гераниол, цитронеллаль; аскорбиновая кислота (до 150 мг), смола, горечь, дубильные вещества, кофейная, омановая и урсоловая кислоты.

Свойства. Лучше всего та, что приятно пахнет. Природа ее горяча и суха во II степени. Она обладает разреживающими и растворяющими свойствами. Помогает при закупорках мозга. Делает приятным запах изо рта, веселит сердце и укрепляет его. Помогает при всех черно-

желчных болезнях. Устраняет страх и сердцебиение. Согревает желудок. Рассеивает ветры. Способствует перевариванию пищи. Укрепляет печень. Прекращает выделение слизи. Вылечивает экзему. Доза ее на прием — 2,94 грамма. Заменителем является 1/3 кожуры лимона.

Авиценна писал о мелиссе лекарственной: «Мелисса помогает от всех заболеваний, вызванных слизью и черной желчью. Придает очень приятный запах дыханию. Помогает при закупорках мозга и устраняет дурной запах изо рта. Бодрит и укрепляет сердце; прекращает (перебой) сердца. Способствует пищеварению и помогает от икоты».

Основное действие растения — болеутоляющее, спазмолитическое и гипотензивное.

Применение. Мелиссу применяют при неврозах, истерии, бессоннице, повышенной половой возбудимости, атеросклерозе, шуме в ушах. Рекомендуют принимать настои и отвары из нее при болях в желудке и кишечнике, малокровии, запорах, метеоризме и гипертонической болезни.

НАСТОЙ. Две столовые ложки измельченного сырья заливают 2 стаканами кипятка, настаивают 1 час. Процедить. Выпить в течение дня в 4 приема.

При сердцебиении, токсикозах беременности и в климактерический период настоей мелиссы принимают по 1/2 стакана три раза в день.

Настой мелиссы полезен людям пожилого возраста для уменьшения спазматических явлений в кишечнике, для усиления секреции пищеварительных желез и улучшения аппетита. Дозировки обычные.

При метеоризме, плохой деятельности желудочно-кишечного тракта, невралгиях, одышке настоей мелиссы принимают по 2/3 стакана три раза в день до еды.

При истерических припадках и обмороках на нервной почве мелиссу принимают в виде настоя (1/2 стакана на прием) или порошка — 4 г измельченной травы на 100 мл воды (однократная доза).

В этих же дозировках препараты мелиссы лекарственной можно принимать при болезненных менструациях, для стимуляции месячных и в качестве лактогонного средства.

НАСТОЙ (для наружного применения). 4 столовые ложки травы заливают 0,5 л кипятка,

настаивают 1 час. Кашицу из листьев применяют наружно при ушибах, отеках, нарывах.

СПИРТОВАЯ НАСТОЙКА. При сильных душевных потрясениях, депрессии принимают настой мелиссы по 1/2 стакана три раза в день или настойку из мелиссы: 50 г листьев мелиссы заливают 200 мл 40% спирта и настаивают 14 дней в темном месте. Процедить. Принимать по 30—40 капель три раза в день после еды с водой.

ВАННЫ. В качестве укрепляющего средства при упадке сил и нарушениях обмена мелиссу применяют для ванн: смешивают мелиссу в равных частях с такими растениями: тысячелистника — 20,0 г, полыни — 20,0 г, душицы — 20,0 г, корневищ аира болотного — 20,0 г, перечной мяты — 20,0 г, сосновых почек и побегов (собранных в феврале-марте) — 20,0 г. Все это смешивают и варят в закрытом сосуде в 10 л воды на протяжении 30 мин. Дают остыть, процеживают и вливают в ванну с горячей водой. Купаются 15 минут. Температура ванны 37—38° С.

При запорах небольшая лекарственная клизма (1 чайная ложка сока мелиссы на 200 мл кипяченой воды) значительно улучшает самочувствие больного.

СБОРЫ. При атеросклерозе, сопровождающемся заметным ухудшением памяти, рекомендуется принимать настой из травы мелиссы и травы полыни, взятых в равных количествах (3 чайные ложки измельченной смеси залить 0,5 л кипятка), настаивать 30 минут, процедить. Принимать по 0,5 стакана три раза в день после еды.

ЭФИРНОЕ МАСЛО ИЗ МЕЛИССЫ. Это масло в дозе 2 г понижает кровяное давление, урежает частоту пульса и снимает одышку. Такой же эффект достигается, если на короткое время поставить у постели больного свежий букет мелиссы.

Наружно применяют масло из мелиссы для втирания при нарушениях сердечной деятельности и кровообращения и для охлаждения при перегреве.

ПОРОШОК. Смесь порошка корки лимона и травы мелиссы (в соотношении 2:1) принимают при токсикозах беременности для снятия тошноты и рвоты.

Противопоказания. Следует соблюдать осторожность, употребляя настой из мелиссы. При наружном применении он безвреден, но если

его выпить, может создаться впечатление, что это был крепкий напиток.

МАК ГОЛОСТЕБЕЛЬНЫЙ.

Свойства. Авиценна писал о маке: «Морской мак, рогатый, плод которого изогнут наподобие бычьего рога, очищает и отрывает; очищает он сильно. Цветки дикого мака сводят следы язв у скота. Всеми видами мака, кроме морского, смазывают карбункулы. Из дикого мака с оливковым маслом делают лекарственные повязки на язвы, и он их устраняет. Морским маком с инжиром смазывают (суставы) при подагре, и это помогает. Если варить в воде корень мака, пока половина ее не испарится, и дать ее выпить, это помогает при воспалении седалищного нерва».

Препараты из целого растения усиливают работу сердца и оказывают сосудосуживающее действие. Кровяное давление сначала понижается, а затем значительно повышается.

Применение. Применяют настой травы при плевритах, детских поносах, гастралгии. Настой цветков в прошлом считали эффективным средством при желтой лихорадке. Отвар корней применяется как снотворное.

Для удаления волос с каких-либо участков тела берут все растение (мак-самосейка), сжигают его и золу втирают в кожу. Волосы на месте втирания уже не вырастают.

При радикулите или воспалении седалищного нерва порошком из семян мака, смешанным с медом, растирают пораженное место и это снимает боль.

Для снятия приступов кашля смешивают 10 г лепестков мака с 5 г корня бедренца, заливают 400 мл кипятка и настаивают ночь. Принимают каждый час по 2 столовые ложки.

Мак можно использовать как снотворное средство. Для этого отваривают 1 головку мака в литре воды и принимают на ночь по 1 столовой ложке отвара.

Лепестки мака, смешанные с медом, делают обильным семя. Одноразовая доза - 6 г.

Кашицей из цветков мака народная медицина рекомендует убирать рубцы от язв и ран.

При циститах, когда наблюдается сильное жжение в области мочеиспускательного канала, помогает однократный прием 10 г семян мака внутрь.

При легочных заболеваниях для скорейшего выведения мокроты используют сбор: трава вероники - 20 г, лист мать-и-мачехи - 20 г, цветы мальвы - 30 г, лепестки мака - 30 г. 40 г смеси заливают на ночь 1 литром кипятка, утром процеживают и выпивают в течение дня равными порциями.

Прием семян мака внутрь по 10 г ежедневно делает обильным молоко у кормящих женщин.

МОЛОЧАЙНЫЕ.

Описание. Род растений семейства молочайных. Это однолетние или многолетние травы, содержащие млечный сок (отсюда и название). Листья цельные, супротивные. Цветки без околоцветника. Мужские цветки обычно собраны вокруг единственного женского цветка с 3-гнездной завязью. Все вместе цветки образуют зонтиковидное соцветие. Плод — коробочка, распадающаяся на три створки.

В России известно около 200 видов. Основными из них являются: лозный, болотный, острый, кипарисовый, огородный, высокий.

Растет молочай по лугам, между кустарниками, на опушках, горных склонах, но чаще — по залежам, засоряет посевы.

Наибольшее распространение получил молочай огородный, который встречается на Украине, Северном Кавказе, в средней полосе России.

Свойства. Это растения, которые содержат млечный сок. Используют все растение целиком. Природа их горяча и суха во II степени и обладает жгучими свойствами. Их млечный сок разъедает больной зуб и выводит с лица шрамы. Все виды молочайных растворяют слизь и выводят слизистую влагу. А если их млечный сок накапать на инжир, высушить и съесть, то растворится слизь в большом количестве и вылезут прыщи, а также разестся лишнее мясо вокруг ногтя. Они вызывают образование язв и язвочек на коже, но вылечивают проказу. Доза млечного сока на прием—0,18 грамма. Все молочайные ядовиты. Самое сильнодействующее — это млечный сок, затем семена, затем листья. Если смазать тело млечным соком, то он удалит волосы с тела.

Авиценна писал о молочае огородном: «Если немного млечного сока молочая бросить в пруд с рыбой, то вся рыба заснет и всплывет. Моло-

чай огородный вызывает сильную тошноту. Он гонит воду».

Применение. Молочай огородный, как и большинство видов молочая, ядовит. Он применяется при лечении гнойных ран, остеомиелита, дизентерии, скарлатины, коклюша, малярии, эпидемического паротита. Чай из травы молочая принимают при язвенной болезни и раке желудка, настоем корня - при пороках сердца, аппендиците, болезнях легких.

НАСТОЙ. 1 чайная ложка сухой травы на стакан кипятка, настаивать 1 час, процедить. Применяется для лечения сифилиса. Пьют по 1 чайной ложке три раза в день до еды.

ПОРОШОК. Наружно порошком корня присыпают язвы, фурункулы, ожоговые поверхности.

Порошок корней с молоком применяют как сильное слабительное средство (1-2 г на 150 мл молока).

СОК. Сок молочая иногда используют как сильное рвотное средство, а также для выведения бородавок и мозолей.

Млечный сок молочая огородного, разведенный в воде (1:100), пьют при раке желудка, печени, матки по 5 капель три раза в день.

При чесотке и лейшманиозе применяют сок молочая, смешанный с серой в соотношении 1:1.

МАЗЬ. Мазь из порошка корней молочая острого (чайная ложка порошка на 100 несоленого сливочного масла или свиного сала) применяется при опухолях кожи, раке губы.

Противопоказания. Внутреннее применение молочая как сильно ядовитых растений требует большой осторожности.

МАТЬ-И-МАЧЕХА.

Описание. Семейство: сложноцветные. Ранней весной на глинистых и глинисто-меловых почвах склонов холмов, оврагов, а также на межах, окраинах полей, в сухих рвах, окраинах лугов, переходящих в пахоту, появляются желтые цветы, похожие на одуванчик, которые цветут до середины мая. После цветения начинают развиваться листья. Это и есть мать-и-мачеха. Растение многолетнее, травянистое с ползучим, подземным, ветвистым корневищем. Листья округлосердцевидные, угловато-неровнозубчатые, плотные, по форме немного напоминают

нижнюю поверхность лошадиного копыта, снизу беловойлочные («теплые — мать»), сверху гладкие («холодные — мачеха»). Листочки цветущего стебля чешуйчатые, яйцевидно-ланцетные, прямостоящие, острые, часто буроватые. Корзинки (соцветия) до и после цветения поникшие. Распространено растение повсеместно.

Сбор. Собирают цветы этого растения ранней весной, а молодые листья — через 2—3 недели после того, как обсеменяются корзинки.

Хранение. Листья и цветы хранят в деревянных ящиках, выстланных бумагой.

Свойства. Это растение имеет желтый листок и растет по берегам вод. Природа ее уравновешенна. Обостряет зрение. Помогает при кашле и удушье. Припарка из ее листьев сразу вскрывает гнойники.

Авиценна писал о мать-и-мачехи: «Листья ее заставляют вскрываться гнойники и рассасывают их в начале их образования. Свежие, они доводят до созревания трудно созревающие опухоли. Она входит в состав лекарств, обостряющих зрение. Говорят, что она лучшее лекарство от кашля и «стоячего дыхания» (одышки), это можно подтвердить так: если ты возьмешь ее сухие листья или корень и будешь ими окуриваться и вдыхать (ее дым), то польза ее станет явной».

Применение. Мать-и-мачеха применяют от всех видов простудных болезней и воспалений в области груди и горла. Собирают полностью распустившиеся цветки в марте — апреле и только появившиеся после них листья — до июня. Листья и цветочные головки хорошо просушивают в тени и для употребления смешивают.

ЧАЙ. Чай из мать-и-мачехи действует как противовоспалительное, отхаркивающее и кровоочистительное средство. Этот чай можно применять и наружно при ожогах, воспалениях, нарывах, расширении вен.

ЛИСТЬЯ, СОК. Прикладывать ко лбу свежие листья растения при головной боли, а сок из листьев закапывать при воспалении среднего уха.

Отварами и настоями лечат многие болезни: золотуху, водянку, туберкулез легких, катар желудка. Дымом из сухих листьев унимали зубную боль и приступы астмы.

НАСТОЙ. При простудном кашле хорошо

помогает настой травы. Для этого полную столовую ложку сухих измельченных листьев заливают стаканом кипятка, настой выдерживают полчаса, после чего процеживают, остужают и пьют по две чайные ложки до шести раз в день. Можно от кашля готовить и отвар (порции те же), принимаемый 3—4 раза в день по столовой ложке. Иногда используют смесь из цветков и листьев, подобная заварка целебна и для лечения верхних дыхательных путей.

3 столовые ложки цветков или листьев заливают 400 мл кипятка, настаивают 3—4 часа в теплом месте. Принимают по 1/2—2/3 стакана 3 раза в день за полчаса до еды.

При воспалительных заболеваниях желудка и кишечника пьют настой из 30 г листьев на литр кипятка (по 1 стакану 2—3 раза в день за полчаса до еды).

ОТВАР. Крепкий отвар из мать-и-мачехи и листьев жгучей крапивы прекращает выпадение волос, уменьшает перхоть и зуд. Отваром моют голову, а затем волосы полощут в травяном настое. Для этого две столовые ложки сухих листьев камчужной травы и крапивы заваривают в стакане кипятка. ОТВАР настаивают, процеживают, а остаток отжимают в настой. Пользуются настоем еще для примочек и компрессов при раздражении кожи и нарывах.

Отвар из листьев мать-и-мачехи применяют при воспалительных заболеваниях почек и мочевого пузыря.

15 г листьев заливают стаканом горячей воды, кипятят на медленном огне 10 минут, настаивают 1 час. Процедить. Принимать по 1 столовой ложке 4 раза в день за полчаса до еды.

Для возбуждения аппетита принимают по 1/2 стакана отвара мать-и-мачехи три раза в день перед едой.

В этих же целях пьют настой цветков мать-и-мачехи по 1/2 стакана за 30—40 минут до еды.

Настои, отвары растения можно применять в качестве смягчающего кожу средства при брите, если кожа очень чувствительная.

На 500 мл воды берется 3 столовые ложки сухих листьев мать-и-мачехи. Готовят настой или отвар и применяют его в горячем виде как компресс.

СОК. Отжимать в мае-июне из листьев. Применяется как отхаркивающее и противовоспалительное средство при хронических бронхи-

тах, действует смягчающе при бронхиальной астме. Принимать по 1 столовой ложке сока и меда 3 раза в день после еды.

Свежий сок листьев закапывают в нос при насморке по 2—3 капли три раза в день.

Свежие листья растения прикладывают к фурункулам для их быстреего созревания.

Сухие листья мать-и-мачехи заваривают как чай и пьют при грудных болезнях, при водянке, кашле, удушье.

Кашицу из листьев прикладывают к опухолям, затвердениям молочной железы, к ранам.

При начинающемся мастите применяются компрессы из листьев, размоченных в горячем молоке или сливках. 2—3 процедуры обычно ведут к обратному развитию заболевания.

Свежий сок листьев с сахаром или медом принимают по 2 чайные ложки три раза в день при туберкулезе.

СБОРЫ. При болезненных и нерегулярных месячных пьют настой из листьев лапчатки гусиной и мать-и-мачехи. Компоненты берутся поровну.

При заболеваниях мочевого пузыря смешивают в равных количествах сухие листья мать-и-мачехи, толокнянки и брусники. Заваривают и пьют как чай.

Как мочегонное и потогонное средство мать-и-мачеха применяется в сборах: лист мать-и-мачехи — 40 г, измельченные плоды малины — 40 г, трава душицы — 20 г.

2 столовые ложки смеси заливают 200 мл кипятка, настаивают (хорошо укутав) два часа в теплом месте. Принимают по 1 стакану настоя на ночь в горячем виде.

При легочных заболеваниях, хронических бронхитах, простуде полезно пить настой из следующих трав: плоды аниса, лист брусники, лист мать-и-мачехи, плоды малины, цветки липы.

Отвар корней первоцвета, солодки, листьев мать-и-мачехи. Измельченные корни первоцвета, солодки (по 1 чайной ложке) и сухие листья мать-и-мачехи (1 десертная ложка) заливают двумя стаканами холодной воды, настаивают 2 часа, кипятят 10 минут, процеживают. Пьют отвар теплым 2—3 раза в день при бронхите, пневмонии.

КОСМЕТИКА. В косметике применяются настои и отвары из листьев мать-и-мачехи: лед,

приготовленный из отвара или настоя растения, можно использовать утром для протирания кожи лица вместо умывания.

ВАННОЧКИ. При краснеющей, шелушащейся коже рук можно делать ванночки из настоя листьев мать-и-мачехи. Состояние кожи улучшается уже после 4—5 процедур.

НАРЦИСС.

Описание. Род многолетних луковичных растений семейства амариллисовых. Цветки обычно желтые или белые, одиночные или по несколько на верхушке цветоноса. В России встречается только один вид — нарцисс узколистный, растущий редкими небольшими группами в Закарпатье и на Кавказе. Нарцисс любит альпийские луга, склоны гор, низменности, горные долины.

Свойства. **ЛУКОВИЦА НАРЦИССА.** Она обладает горячей природой. Если выпить 8,8 грамма с медовой водой, то вызовет рвоту и убьет всех глистов. А если выпить 11,7 грамма с медовой водой, то вызовет выкидыш. Если луковицей нарцисса смазать половой член, то это очень укрепит его. Если три луковицы размочить в течение суток в молоке, растереть и смазать половой член, кроме головки, то это укрепит его у страдающих половым бессилием и принесет большую пользу. Данное свойство нарцисса особенно ценно.

Авиценна писал о нарциссе: «Корень (нарцисса) особенно в смеси с мукой из плевел и медом извлекает шипы и острия стрел. Нарцисс сводит веснушки; особенно (помогает) от этого корень нарцисса при укусе. Корень нарцисса замешивают с медом и викой чечевицеобразной, и (эта смесь) способствует вскрытию трудно созревающих гнояников. Из его корня делают лекарственные повязки на опухоли нервов. Нарцисс сушит раны и крепко их склеивает, даже разрывы сухожилий. Растертый с медом (нарцисс прикладывают) на ожоги огнем, на ранения нервов и на глубоко лежащие язвы. Если смешать нарцисс с викой чечевицеобразной и медом, он очищает язвы от грязи. Масло нарцисса полезно для нервов, а из корня его делают лекарственные повязки при опухолях нервов, при их узловатости и при болях в суставах.

Масло нарцисса рассасывает твердые и холодные опухоли в грудобрюшной преграде,

если им натирать грудь. Нарцисс помогает от болей в матке и в мочевом пузыре. Если выпить 4 дирхама (дирхам — 3 г) нарцисса в подслащенной медом воде, он выгоняет плод живым или мертвым. Масло нарцисса открывает сжавшуюся матку и помогает от болей в матке».

Все виды нарцисса очень ядовиты.

Применение. Нарцисс применяется для лечения воспалительных заболеваний кожи, подкожной клетчатки, опухолевидных образований. Он хорошо помогает при маститах. Луковицу растения измельчают, смешивают с рисовой кашей (1:1) и прикладывают к воспаленному месту. Улучшение наступает очень быстро — снижается температура, уменьшаются боли и отечность. Также нарцисс применяется для ускорения созревания фурункулов и карбункулов.

Масло нарцисса в качестве наружного средства помогает при геморрое, болях в коленных суставах и при радикулите.

Масло нарцисса в небольших дозах (3—5 капель на полстакана воды) усиливает половое влечение. Если же выпить 12 г сока луковицы с медовой водой, то это вызовет выкидыш.

ОДУВАНЧИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Описание. Семейство Сложноцветные. Многолетнее травянистое растение. Листья многочисленные, прижатые к почве или приподнимающиеся, собраны в прикорневую розетку, с крылатыми черешками, обратнойцевидные, большей частью струговидные, перисторассеченные, с треугольными, ланцетными или линейными долями и более крупной копьевидной конечной долей. Иногда листья цельные, ланцетные. Безлистный стебель — обычно одна толстая цветочная стрелка, полая внутри, в период цветения паутинисто-опушенная в верхней части. Цветки ярко-желтые, собраны в соцветие корзинку. Цветет с мая до августа. Плоды — семянки с хохолком. Подземный орган — толстый стержневой корень. Все растение содержит млечный сок, богатый различными веществами. Встречается в садах, огородах, на лугах, около жилья, дорог, на лесных полянах.

Химический состав. В корнях содержатся тритерпеновые соединения (тараксарол, таракастерол и др.), стерины (ситостерин, стигмастерин), тараксол, инулин, флавоноиды,

лютеолин-7-гликозид, космозин и др.

В соцветиях и листьях растения есть каротиноиды, аскорбиновая кислота, витамин E, йод, рибофлавин и др.

Применение. Отвары и экстракты из корней одуванчика лекарственного возбуждают аппетит, стимулируют желчеобразовательную функцию печени и способствуют желчеотделению, активизируют секрецию пищеварительных соков в желудке и кишечнике, обладают мочегонным действием. Препараты из одуванчика уменьшают уровень сахара в крови. В народной медицине применяют настойку корней при экземе, венерических заболеваниях. Траву и корень используют при лечении заболеваний печени, желчного пузыря, желтух различного происхождения, гастрита, спастического колита, геморроя. Отвар одуванчика тонизирующе действует на организм при обменных заболеваниях, активизирует лактацию, является легким послабляющим средством. Растение применяют также как жаропонижающее, потогонное и глистогонное средство. Препаратам свойственно успокаивающее, снотворное и отхаркивающее действие. В традиционной медицине корень одуванчика лекарственного применяют в случаях заболевания почек, мочевого пузыря, селезенки и при почечно-каменной болезни. Сок свежих растений или корней используют в качестве примочек при венозных нарушениях, укусах змей, недостаточности лактации у кормящих матерей, воспалении лимфатических узлов.

СБОР. Отвар корней одуванчика, стальника, любистока и крушины. Столовую ложку смеси из равных частей компонентов заливают 400 мл холодной воды и настаивают 2 часа, кипятят 15 минут, процеживают. Пьют в день по 2 стакана при ожирении и запорах.

Настой корней одуванчика, стальника колючего, корневика аира и листьев мяты перечной. Столовую ложку измельченной смеси заливают стаканом кипятка, настаивают 3 часа, процеживают. Выпивают в течение дня при холецистите или гепатите.

Отвар корней марены красильной, одуванчика, горечавки желтой и листьев мяты лимонной. Столовую ложку смеси заливают 300 мл холодной воды, настаивают 2 часа, кипятят 10 минут, процеживают. Пьют утром и вечером по

две трети стакана при желчнокаменной болезни.

Еще один сбор от желчно-каменной болезни. Отвар корневища касатика, корней одуванчика, цикория обыкновенного и девясила высокого, листьев мяты перечной. Столовую ложку смеси заливают стаканом кипятка и настаивают 1,5 часа, кипятят 10 минут, процеживают. Пьют через день по 1,5—2 стакана.

Отвар корней солодки голой, лопуха большого, одуванчика обыкновенного, мыльнянки обыкновенной, коры ивы и листьев крапивы двудомной. Две столовые ложки смеси заливают 500 мл кипятка, настаивают 15 минут, кипятят 10 минут, процеживают. Принимают через 2—3 часа по 0,5—1 стакану при ревматизме в активном течении.

Одуванчик — ценное пищевое растение, которое используется в деликатесной кухне во Франции, в Испании, Японии и широко культивируется с целью получения салатной зелени и пищевого корня. Высушенные и поджаренные корни используются как суррогат кофе. На Украине одуванчиком лечат токсический зоб.

ПАПОРОТНИК МУЖСКОЙ

Описание. Семейство многоножковые. Многолетнее травянистое споровое растение без надземного стебля, с толстым, довольно коротким, косым корневищем с остатками листовых черешков, от которого отходят тонкие жесткие корни. Листья собраны у поверхности земли пучком. Они длинные (до 1,2 м), крупные, эллиптически продолговатые, двоякоперисторассеченные, с короткими утолщенными черешками, покрытыми буроватыми, блестящими, ланцетными чешуйками. Первичные доли (20—40 пар) листьев рассечены на вторичные дольки, которые несут по краю тупые или острые зубчики, но не игольчатые. На нижней стороне верхней части листа к концу лета развиваются бурые кучки спорангиев, закрытые почковидным покрывальцем, располагающиеся в два ряда вдоль срединной жилки. Молодые листья до распускания улиткообразно свернуты, затем раскручиваются. Растет преимущественно в сырых местах, среди кустарников, в тенистых, но не глухих лесах.

Химический состав. В корневищах есть производные флороглюцина, относящиеся к про-

стым фенолам и названные суммарно фимизином, содержание которого достигает 1,8—4% (он губительно действует на ленточных глистов), а также дубильные вещества, эфирное масло, сахар, жирные масла, воски, крахмал.

Применение. В народной и официальной медицине препараты папоротника мужского используются при глистной инвазии. Лечение следует проводить под наблюдением врача. За один-два дня до приема препаратов назначают безжировую диету, а на ночь перед днем лечения — слабительное, утром делают клизму. В ветеринарии препараты применяются при глистных инвазиях, однако следует строго проводить ветеринарный контроль.

Противопоказания. Нельзя употреблять препараты людям с сердечной недостаточностью, стенокардией, гипотонией, при миокардите, острых болезнях печени, почек, беременности.

ПАСТУШЬЯ СУМКА ОБЫКНОВЕННАЯ

Описание. Семейство Крестоцветные. Многолетнее травянистое растение с достаточно высоким стеблем (до 50 см). На стебле располагаются мелкие выемчатые листья и мелкие цветочки на концах ветвей. Крошечные плоды треугольной формы напоминают сумку с которой некогда ходили пастухи. Прикорневые листья собраны в розетки, перисто-раздельные, с треугольными, зубчатыми долями, черешковые. Растет пастушья сумка на пустырях и в огородах, как сорняк среди посевов, на окультуренных и удобренных лугах. В течение лета в средней полосе вырастает четыре поколения пастушьей сумки.

Химический состав. В растении содержатся алкалоид бурсин, эфирные масла, серосодержащие и дубильные вещества, сапонины, фитонциды, холин, а также ряд органических кислот (лимонная, винная, яблочная), микроэлементы (медь, калий, хром, марганец, железо), а в листьях — витамины С, К, О, В₂, провитамин А.

Применение. Целебные свойства растения известны с древних времен. Врачи Древней Греции использовали пастушью сумку как горчичное растение. Античные врачи больше интересовались семенами. В средние века растение начали применять как кровоостанавливающее средство. Препараты из пастушьей сумки улучшают перистальтику кишечника, помогают при

простудных заболеваниях, болезнях почек, печени, мочевого пузыря, нарушении обмена веществ, в том числе при сахарном диабете, ревматизме, малярии. В народной медицине пастушью сумку применяют как кровоостанавливающее средство, при гипертонической болезни, токсикозе беременных, гастритах, язве желудка, туберкулезе, сахарном диабете, ревматизме, а сок из свежих побегов растения — для промывания ран, компрессов или растираний при ушибах и контузиях мягких тканей. Молодые побеги и листья съедобны и широко используются населением полесских районов.

СБОР. Отвар корней девясила высокого, одуванчика, цикория обыкновенного и травы пастушьей сумки. Столовую ложку смеси из равных частей компонентов заливают 300 мл холодной воды, настаивают 1,5 часа, кипятят в течение 10 минут, процеживают. Принимают по 2 столовые ложки перед едой 2—3 раза в день при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, гастрите.

ПЕРВОЦВЕТ.

Описание. Семейство: — первоцветные. Многолетнее травянистое растение с розеткой прикорневых листьев овальной или яйцевидно-овальной формы, постепенно суженных в крылатый черешок, сильно морщинистых, по краям волнистых, городчато-зубчатых. Из середины розетки вырастает один или несколько безлистных цветоносных стеблей, с цветами наверху, собранными в поникший зонтик. Цветы желтые с трубчатым венчиком с небольшим отгибом, с 5 оранжевыми пятнами в зеве. Корневище очень короткое, вертикальное с пучком тонких корней. Цветет с апреля до июня. Растет на лугах, в кустарниках, на лесных полянах и в разреженных лесах, над дорогами, на склонах. Распространен повсеместно.

Собирают отдельно растение с цветами и отдельно корни.

Применение. Напар, иногда отвар 30,0—40,0 г корней на 1 л воды принимают как отхаркивающее средство по полстакана 2—3 раза в день при сухом кашле и бронхитах.

Напар цветов 20,0 г на 1 л воды или целого растения 40,0—60,0 г на 1 л воды принимают при кашле, бронхите, насморке и вообще при всех видах простудных болезней, связанных

с недомоганиями горла и легких, а также для промывания ноздрей. Такой же напар пьют при хронических запорах, при мигрени и как мочегонное средство. На детей этот напар действует слегка снотворно.

При мигрени от приема такого пара пре-кращается раздражающая чувствительность на свет и постепенно проходит головная боль.

Хранение. Цветы и листья и отдельно корни хранят в коробках, выложенных бумагой.

ПОЛЫНЬ ГОРЬКАЯ.

Описание. Семейство: сложноцветные. Многолетнее травянистое растение, достигающее высоты до 1—1,5 м. Стеблей обычно бывает несколько, они прямостоячие, ребристые, часто красноватые, внизу деревенеющие, наверху разветвленные. Листья крупные, длина 3—15 см, ширина 2—12 см, зеленые, снизу имеют серебристое опушение, перисто-рассеченные. Нижние листья черешковые, верхние — сидячие. Прицветные листья цельные. Листорасположение очередное. Цветки очень мелкие, розовые или красноватые, наружные — женские, внутренние — обоеполые, собраны в яйцевидные корзиночки, которые по одной или группами сидят в пазухах кроющих листочков на коротких цветоносных веточках, образуя метельчатые соцветия. Цветет в июле — августе. Плоды — мелкие семянки без хохолка. Подземные органы — многоглавое одревесневающее корневище и ветвистые многочисленные бурые корни.

Очень популярное, всем известное растение. Полынь горькая, имеет широкое распространение, растет по пустырям, паровым посевам, ме-жам, полям и фактически является сорняком. Цветет в июле-августе.

Полынь — самое горькое растение в мире, горечь ощущается даже при разведении в 10 000 раз. В древности победителям Олимпийских игр в награду подносили питье с полынью. Римляне употребляли ее настой как средство для укрепления желудка. В Китае же считали, что если носить в сандалиях свежие листья полыни, восстанавливается аппетит. Путешественникам по морю полынь помогает избежать морской болезни. При волнении хорошо понюхать пучок полыни или положить под подушку — скорее заснешь.

Сбор. Лекарственным сырьем являются хорошо развившиеся, но не распустившиеся корзинки и трава, а также корни, выкопанные осенью. Корни не моют, сушат и лишь затем очищают щеткой.

Химический состав. В корнях содержится эфирное масло — до 0,1 %, из которого выделен дигидроматрикариевый эфир, смолы, инулин, алкалоиды, следы кумаринов, дубильные вещества.

Свойства. Авиценна в «Каноне врачебной науки» писал о лечебных свойствах полыни:

«Чернобыльник полезен от холодной головной боли в виде лекарственной повязки или обливания. Отвар из него приносит пользу от закупорки в носу и от насморка. Если сидеть в его отваре, это дробит камни в почках и гонит месячные, он также полезен от язв (в матке) и способствует изгнанию последа и плода. В виде питья или лекарственной повязки чернобыльник помогает при сжатии матки, раскрывая её, а также при затвердении в матке».

Вкус ее весьма горек. Лучшим видом ее является свежая полынь с желтыми цветами. Природа ее горяча во II и суха в I степени. Обладает открывающими свойствами. Если смешать ее сок с медом и дать выпить, то это поможет при инсульте и желтухе. Повышает остроту слуха и убивает глистов. Вызывает мочеиспускание и месячные, вылечивает геморрой и делает лицо блестящим. Излечивает застарелые лихорадки. Но она вызывает головную боль. Если ее положить в сундук, то моль не тронет вещи. Если ее растолочь, завязать в хлопчатобумажную тряпку и положить в кипящую воду, а затем приложить к глазу с кровоизлиянием, та кровь рассосется. Если отжать ту тряпицу, то с нее вытечет кровь. Если 5,88 грамма ее смешать с медом и дать при геморрое, то поможет, а также окажет пользу при трещинах заднего прохода. Если 20,5 грамма ее сварить в воде, а отвар разбрызгать, то она уничтожит блох. Если же сделать окуривание, то все пресмыкающиеся покинут дом. Если, маслом полыни смазать тело при телесной слабости, то поможет. Ее сироп готовят так: возьмите 69,5 грамма ее травы и размочите в воде в течение суток, а затем сварите, отцедите, прибавьте 353 грамма сахара или меда и варите до сгущения, а затем употребите. Свойства этого сиропа та-

ковы, что он помогает при болезнях печени и желудка, при уплотнении селезенки и желтухе, которая возникает от жара, изгоняет ветры из тела и помогает при колике. Помогает также при всякой болезни мочевых путей и выводит камень с мочой. Заменителем ее является цитварная полынь.

Применение. СОК ПОЛЫНИ ГОРЬКОЙ. Способ его приготовления: возьмите свежей полыни, размельчите, выжмите сок и высушите на солнце, а затем употребите. Природа его горяча и суха, обладает высушивающими и вяжущими свойствами. Помогает при застарелых лихорадках и открывает закупорку печени. Доза его на прием 4,4 грамма. Он очищает желудок от желтой желчи. Его вредное действие устраняет ревень. Заменитель — листья горькой полыни в тройной дозе.

Сок полыни горькой (другой вариант). Отжимать в августе из зелени (накануне цветения). Регулирует работу желудка, повышенную или пониженную кислотность. Снимает вздутие живота и катаральные явления в желудке. Принимать по одной столовой ложке сока и меда 3 раза в день до еды. Кроме этого свежий сок полыни способствует остановке наружных кровотечений. Применяется в виде повязок, смоченных соком.

В настоящее время биотерапевт А. И. Афанасьева рекомендует с помощью полыни производить тотальное очищение организма от простейших микроорганизмов: одноклеточных жгутиковых, гемолитического стафилококка, протеуса, кошачьих лямблий, трихомонад и так далее, которые нарушают обмен веществ в организме, ведут к воспалению тонкого кишечника, разнообразным болезням печени и желчных путей, кожным заболеваниям (диатез, аллергия, крапивница, экзема, псориаз и так далее), разнообразным простудным заболеваниям с выделением слизи. Как показала практика, организм большинства людей заражен этой гниеродной инфекцией из-за неправильного питания, образа жизни. Поэтому регулярный прием отваров полыни, спринцевание ею — весьма действенная процедура, которую необходимо регулярно выполнять. А сам горький вкус стимулирует нашу жизнедеятельность, дает прекрасный тонус. Вкус кофе, дым сигареты, жгучесть алкоголя — это разновидности горького

вкуса, которыми приучило человечество себя стимулировать, а заодно и разрушать. Отвар и настойка полыни—проверенное веками средство, дающее столько чудотворных благ. Недавно по-латыни назвали ее «Артемизией» — в честь знаменитой богини Артемиды, открывшей многие целебные свойства трав.

ЧАЙ. Чайную ложку сухой травы заваривают 1/4 л кипятка и настаивают 10 минут. Ежедневно пьют 3 раза в день по чашке этого горьковатого напитка, помогающего при вялости пищеварения, чувстве переполненности желудка, вздутиях и газах, желчно-каменной болезни, недостаточном выделении желчи, при желтухе и камнях и песке в почках. Кроме того, чай из полыни активизирует кровообращение и улучшает обмен веществ. Поэтому его рекомендуют при ожирении и других нарушениях обмена веществ.

НАСТОЙ. При метеоризме, запорах пьют настой полыни горькой по 1-2 столовых ложки три раза в день за 30 минут до еды.

При похудении, после тяжелых болезней больным дают пить настой или отвар полыни в обычной дозировке.

Полынь издавна считалась «женской травой». Она имеет большое применение в акушерстве и гинекологии: при аменорее, дисменорее принимают настой полыни по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Для усиления родовых схваток, а также для снятия боли при трудных родах полынь применяют в той же дозировке.

СИРОП. При болезнях печени, желудка, мочевыводящих путей и почек применяют сироп полыни горькой. Делают его следующим образом: 100 г травы вымачивают в колодезной воде 24 часа, затем варят в течение получаса на медленном огне в плотно закрытой посуде. Добавляют 400 г сахара или меда и варят еще 15-20 минут. Принимают сироп по 1 десертной ложке три - четыре раза в день за полчаса до еды.

ПРОТИВ ГЛИСТОВ. Для избавления от остриц делают клизмы из настоя полыни (после очищения кишечника) с чесноком (в стакане настоя отваривают 1 среднюю головку чеснока).

В медицинской практике применяются также высушенные соцветия цитварной полыни как противоглистное средство (аскариды,

острицы) под названием «цитварного семени». Высушенные цветочные корзинки растирают в ступке и принимают после соответствующей подготовки больного в смеси с сахаром, вареньем, медом, сиропом по 5,0 г «цитварного семени» (для взрослых) 3 раза в день за 1,5-2 часа до еды в течение 2 дней; после последнего приема на ночь назначается слабительное.

НАРУЖНО. Перед дальней ходьбой ноги мыли полынным отваром, будто бы так они меньше устают.

В виде припарок прикладывалась при ушибах и вывихах.

Отвар или настой полыни применяется при ушибах, ссадинах, припухлостях в виде примочек.

Ванна из корней полыни. Измельченные корни полыни обыкновенной заливают водой, настаивают 2 часа, кипятят 10 минут, процеживают. Ванну (36—37°) принимают на ночь при подагре, неврозах, климаксе. Курс лечения—12—14 ванн.

Цитварная полынь еще на веники в крестьянские избы, ее подкладывали под рогожи, чтобы унять клопов и блох.

Бородавki можно свести, если ежедневно смачивать их крепким настоем полыни или ее соком.

СБОР. При печеночных коликах народная медицина рекомендует принимать по три стакана отвара из следующего сбора: листья шалфея, ягоды можжевельника, трава полыни. Все берется поровну. 2 столовые ложки смеси заливаются 500 мл воды. Кипятить 10 минут на медленном огне, процедить, долить кипяченой воды до 500 мл.

При колитах и других заболеваниях кишечника пьют 4 - 5 раз в день настой из листьев полыни и шалфея, взятых в равных частях.

Две столовые ложки смеси залить стаканом кипятка, настоять 2 часа. Принимать по 1 столовой ложке 4-5 раз в день. Во время лечения пить жидкий отвар из риса вместо чая.

Для удаления неприятного запаха изо рта готовят настой из полыни горькой, листьев мяты и шалфея в равных частях. 1 столовая ложка сбора заливается 200 мл кипятка. Настоять 1 час, процедить.

Порошок и отвар из корня полыни, выкопанного осенью, применяют при параличах, паре-

зах, судорогах. Порошок дают по 1 г три раза в день перед едой, настой или отвар - по 1 столовой ложке 3 раза в день.

НАСТОЙКА ПОЛЫНИ. Готовят из высушенной мелко нарезанной травы растения на 70-градусном спирте в соотношении 1:5, настаивают 21 день в темном месте, процеживают.

Принимать по 20 г 1 раз в день, но не более 2-3 раз. Применяется при гастритах, протекающих с пониженной кислотностью. Рекомендуются также для повышения аппетита после перенесенных истощающих заболеваний.

Упаренный спиртовой настой полыни в народной медицине применяют как противоопухолевое средство при раке матки и желудка. Пьют с водой по 20-25 капель три раза в день перед сдой.

Противопоказания. Ядовитое растение. Применение полыни горькой при беременности противопоказано. Нельзя применять при язвенной болезни. Полынью не следует злоупотреблять, особенно при малокровии. Продолжительное, чрезмерное применение полыни, даже в невысоких дозах, может повлечь за собой, судороги и конвульсии, галлюцинации, а то и явления помешательства.

ПОВИЛИКА.

Описание. Повилика — однолетнее бесхлорофильное растение, паразитирующее на рядом растущих травах, овощах, кустарниках. Прикрепляется к стеблям других растений присосками. Стебель желтовато-красноватого цвета. Листья представлены в виде мелких чешуек. Цветки собраны в густые круглые соцветия. Плод — округлая или коническая коробочка. Цветет повилика в мае—июне.

Распространена повилика по всей стране, кроме районов Крайнего Севера.

Сбор. Используется надземная часть растения. Стебли повилики очищаются от посторонних примесей, режутся на небольшие кусочки до 10 см длины и высушиваются при температуре 40 градусов.

Свойства. Лучший вид — повилика красного цвета, которая имеет семена и растет на тимьяне. Запах ее резкий, а сама она тонкая. Природа повилики горяча и суха в III степени. Она вызывает послабление, помогает при кошмарных сновидениях, витилиго, веснушках и шрамах на

лице. Она очищает тело, успокаивает тревогу и сердцебиение. Выводит черную желчь, изгоняет глистов, ветры и уменьшает половую силу. Доза ее на прием — 14,7 грамма. Она вредна для легких. Ее вредное действие устраняет яблоко. Заменителем является чабрец в равном количестве.

Авиценна писал о повилики так: «Очищает, выводит разреженные излишки из сосудов. Обременяет желудок вследствие своего вяжущего свойства, но очищает сосуды и выводит находящиеся в них излишки. Повилика, в особенности поджаренная, укрепляет желудок. Выпитая с уксусом, она прекращает икоту, открывает закупорки в печени и в желудке и укрепляет их. Сок ее удивительно хорош от желтухи. Выжатый сок дикого (вида), растертый в порошок и посыпанный на вино, укрепляет слабый желудок».

Применение. Применяется в качестве мочегонного, болеутоляющего средства. В последнее время появились данные о противораковых свойствах повилики.

НАСТОЙ. 20 г сухой травы на 200 мл кипятка. Настаивать 1 час. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

При опущениях матки и маточных кровотечениях пьют настой травы в обычной дозировке по 1 столовой ложке 3 раза в день, одновременно делая спринцевания из настоя.

Настои и отвары повилики пьют при онкологических заболеваниях различной локализации по 2 столовые ложки 3-4 раза в день.

СЕМЕНА. При неврастении, истерии используются семена повилики. Пьют по 3 г 3-4 раза в день. Отвар семян пьют по 1 столовой ложке 3 раза в день при импотенции, неврастении.

Семена и сок повилики очень помогают от застарелых лихорадок.

ПУСТЫРНИК.

Описание. Семейство: губоцветные. Многолетние травянистые растения с зеленым опушенным прямым, большей частью ветвистым, стеблем, высотой 30—100 см. Нижние листья округлые или яйцевидные, с сердцевидным основанием, почти до середины пальчато-пятираздельные, средние продолговато-эллиптические или ланцетные, трехраздельные или трехлопастные, все кверху крупно-городчато-пиль-

чатые, с пушком, острые, сверху темно-зеленые, снизу светло-зеленые. Верхняя губа венчика пурпуровая, нижняя губа посередине желтая, с пурпуровыми крапинками (изредка венчик белый). Цветы собраны густыми мутовками, сидящими в пазухах прицветных листьев. Прицветники немного колючие. Цветет с июня до конца сентября. Растет на засоренных местах, по пустырям, на склонах, над обрывами, в запущенных садах, под заборами, на кладбищах, распространен повсеместно.

Сбор. Собирают все растение во время цветения, срезывая снизу в той части, где стебель менее упругий, обычно, где начинаются листья. Сырье состоит из облиственных веток с мутовками цветков.

Хранение. Хранят пустырник в ящиках, выложенных внутри бумагой

Свойства. Запах его похож на винный, а корень у него черный и круглый как яблоко. Удаляет бородавки. Если выпить 2,94 грамма его плодов, то вызовет удивительные сновидения.

Применение. Применяют пустырник для лечения гипертонии, стенокардии, сердечно-сосудистых неврозов, а также при пороках сердца и базедовой болезни. Отвары из этой травы успокаивают центральную нервную систему, усиливают сокращение сердечной мышцы, снимают одышку и заметно понижают артериальное давление. Как сердечное лекарство настойка травы пустырника совершенно безвредна — никаких нежелательных последствий она не вызывает.

ОТВАР. 15 граммов мелко порезанной сухой травы заливают стаканом воды и недолго кипятят. Остуженный отвар процеживают и пьют по одной - две столовые ложки три раза в день за полчаса до еды.

При нарушениях менструального цикла, при фибромиомах матки настоем пустырника пьют по 1/3 стакана три раза в день.

При маточных кровотечениях траву пустырника заваривают и пьют как чай.

При беременности на протяжении всего срока пьют чай из травы пустырника для улучшения общего состояния, кровообращения, сна.

СОК. При базедовой болезни пользуются свежим соком пустырника: 30—40 капель на ложку воды. Чтобы и зимой не переводился свежий сок, о нем заботятся заранее: добытый

из летней травы сок смешивают со спиртом один к одному, смесь закупоривают в стеклянной посуде. Консервированный сок принимают из расчета 20—30 капель три раза в день.

НАСТОЙКА. Готовится на 70% спирте из расчета 1:5. Настаивают 7 дней, в темном месте, процеживают. Пьют по 30-50 капель три раза в день.

НАРУЖНО. В качестве наружного средства трава пустырника чаще применяется в сборах: трава пустырника — 2 части, лист подорожника большого — 2 части, шалфей лекарственный — 2 части, корень солодки голой — 1 часть, цветы ромашки — 1 часть. 2 столовые ложки смеси залить 300 мл кипятка, настаивать 1 час, процедить. Применять в виде примочек и компрессов при ожогах, травмах, пролежнях.

СБОР. При гипертонической болезни 1-2 степени трава пустырника чаще используется в сборах: цветы боярышника, трава омелы, трава пустырника, трава сушеницы. Всего берут по 1 столовой ложке, перемешивают. 1 столовую ложку смеси заваривают стаканом кипятка, настаивают 2 часа, процеживают, пьют по 100-150 мл три раза в день.

При нервном возбуждении, бессоннице принимают успокоительный чай, в состав которого входит пустырник: листья мяты перечной, трава зверобоя, трава пустырника, трава тысячелистника, цветки ромашки аптечной, листья ореха грецкого. Смесь берется в соотношении 1:2:2:1:1:1. Столовую ложку смеси заливают стаканом кипятка, настаивают 1 час и пьют по 1/2 — 3/4 стакана 3 раза в день.

При нервном возбуждении, истерии, климактерических неврозах народная медицина предлагает следующий сбор: лист мяты — 30 г, трава пустырника — 30 г, корень валерианы — 20 г, шишки хмеля — 20 г. 2 столовые ложки сбора заливают 200 мл кипятка, настаивают 1 час, процеживают. Пьют по 1/3 стакана три раза в день.

ПОРОШОК. Часто отвары и настои пустырника заменяют приемом порошка из сухой травы. Принимают порошок по 1 г три раза в день.

При метеоризме и кишечных коликах пьют порошок травы пустырника по 1 г три раза в день или настоем травы по 1/3 стакана три раза в день.

Противопоказания. Не рекомендуется ис-

пользовать препараты пустырника при пониженном давлении и замедлении сердечного ритма. В слишком больших дозировках пустырник опасен. В день нельзя принимать более 2 стаканов чая.

ПИОН УКЛОНЯЮЩИЙСЯ, МАРЬИН КОРЕНЬ

Описание. Семейство Лютиковые. Многолетнее травянистое растение высотой до 1 м, с коротким многоглавым корнем. Листья очередные, дваждытройчатые. Стебли одноцветковые. Цветки пурпурно-розовые, диаметром 8—13 см, с 5 лепестками, многочисленными тычинками. Цветет в мае — июне. Распространен в лесной зоне европейской части России.

Сбор. Корни собирают осенью при увядании стеблей.

Химический состав. Корни пиона содержат 1,6 % эфирного масла, метилсалицилат, бензойную и салициловую кислоты, крахмал (79,5 %), гликозид салицин, сахар (до 10 %), танины, следы алкалоидов.

Применение. Препараты из пиона используют в народной и официальной медицине, в гомеопатии, преимущественно в виде настойки, приготовленной из корней. Употребляется настойка в качестве седативного средства при неврастенических состояниях с повышенной возбудимостью (климакс, тиреотоксикоз, невроз, остаточные явления травматической энцефалопатии), при бессоннице, первичной и диабетической импотенции, ипохондрических и фобических состояниях, вегето-сосудистых нарушениях различной этиологии. Побочных явлений препараты пиона не дают.

ПОДОРОЖНИК (большой и средний).

Описание. Семейство: подорожниковые. Многолетнее травянистое растение высотой 10—60 см с небольшим корневищем и розеткой прикорневых листьев. Листья эллипсоидной формы или ланцетовидные, гладкие, слегка опушенные. Растет подорожник преимущественно на лугах, вдоль дорог и просек, на полянах, как сорняк.

Сбор. Лекарственным сырьем являются листья, собираемые в течение всего лета и высушенные в тени или на чердаке. Не следует перебивать сырье.

Хранение. Семена, хорошо просушенные - в плотно закупоренных коробках.

Химический состав. В листьях и корнях подорожника имеются гликозид аукубин, горькие и дубильные вещества, каротин, витамины С, К и фитонциды (последним объясняются высокие противомикробные свойства листьев). Кроме того, листья богаты сапонинами, олеиновой кислотой, содержат фруктозу, галактозу.

Свойства. Сущность его состоит из земли и воды. Природа его поэтому холодна и земляниста. Обладает вяжущими и отвлекающими свойствами. Лучшим видом является большой и зеленый подорожник. Природа его холодна и суха во II степени. Его сок помогает при опухлях уха и глаза. Он останавливает кровохаркание и очищает легкие. Помогает он и при язвах почек и мочевого пузыря, прекращает выделение кровавой мочи, открывает закупорку печени и селезенки, останавливает образование семени, помогает при ожогах огнем, а также вылечивает раковые язвы. Доза его на прием — 4,4 грамма. Но он вреден для мозга. Его вредное действие устраняет фиалка. А заменителем является щавель.

Применение. ОТВАР. При гастритах может применяться отвар, приготовленный из семян из расчета 20 г на 200 мл воды, по 2 столовые ложки 3 раза в день. 10 г высушенного сырья (листья) на 200 мл кипятка. Кипятить 5-7 минут, процедить. Принимать по 1/2 стакана три раза в день.

НАСТОЙ. 1 столовую ложку высушенных и измельченных листьев заливают в эмалированной посуде стаканом кипятка, закрывают крышкой и настаивают на водяной бане 30 минут, процеживают. Пьют по 1/2-1/3 стакана три раза в день.

При раке желудка, лёгких, при поносах и воспалении мочевого пузыря настой подорожника принимают три раза в день по 1/2 стакана перед едой.

При поносах и болях в кишечнике пьют настой или отвар листьев подорожника по 1/2 стакана три-четыре раза в день.

В акушерстве и гинекологии настой и отвар листьев подорожника применяется при воспалении матки и придатков. Пьют по 1/2 стакана три раза в день.

СОК. Сок из листьев подорожника. Отжи-

мать в июне-июле из свежих листьев. Хорошо отжимается сок из предварительно замоченных на 1...2 ч листов. Сок можно при желании профильтровать через полотняный мешочек. Используют по 30...50 мл (можно со столовой ложкой меда разведенной в 0,5 стакана протиевой воды) 3 раза в день до еды 2...4 недели, особенно весной и осенью. Хорошо помогает как противовоспалительное средство при катарах дыхательных путей, при пониженной кислотности желудка.

При энтеритах, а также при острых и хронических колитах можно применять сок подорожника внутрь по 1 столовой ложке 3 раза в день за 15 минут до еды. Курс лечения 30 дней. Установлено, что сок из свежих листьев обладает бактериостатическим действием и может с успехом применяться для лечения плохо заживающих язв, ран, флегмон.

Сок подорожника пьют по 1 столовой ложке три раза в день за 30 минут до еды при язвенной болезни желудка. Сок разводится кипяченой водой (40-50 мл).

Компрессы из сока подорожника применяют для лечения злокачественных новообразований.

Если впускать каплями выжатый сок листьев подорожника при боли в ушах - боль успокаивается, а от жевания корня, его стебля или от полоскания их отваром проходит зубная боль.

НАСТОЙКА ИЗ ЛИСТЬЕВ ПОДРОЖНИКА. 20 г сухих измельченных листьев заливают 200 мл водки или 70% спирта и настаивают 14 дней в темном месте. Процедить. Снижает артериальное давление. Пить по 30 капель три раза в день.

СИРОП. Молодые листья нарезать и аккуратно уложить в банку. Каждый сантиметровой слой обильно залить медом (можно засыпать сахаром). Уминая массу, заполнить всю банку. Подорожник настаивать на меду (сахаре) около 10 дней, затем полученный сироп слить. Применять при воспалении верхних дыхательных путей, кашле, для отхаркивания, а также при желудочных и кишечных заболеваниях.

СЕМЕНА ПОДРОЖНИКА. Природа их холодна и суха. Лучшими являются сочные, с черноватым и красноватым оттенком. Обладают вяжущими свойствами. Помогают при закупорке печени, почек и болезни седалищного

нерва. Прием по 8,8 грамма. Семена подорожника способствуют прекращению поноса и останавливают кровотечение любого органа. Но они вредны для легких. Их вредное действие устраняет мед. А заменителем являются семена щавеля огородного.

Семена подорожника используются как слабительное. Для этого их употребляют в целом или истолченном виде по 1 столовой ложке на ночь или утром до еды, с киселем или чаем. Перед приемом семена обливают кипятком или кипяченой водой и быстро сливают (чтобы не потерять слизь). Действие наступает через 5-12 часов. Иногда рекомендуют иначе: столовую ложку семян заварить пол стаканом кипятка, дать остыть, а затем выпить вместе с семенами.

Семена подорожника полезны от кровохарканья, а чечевичная похлёбка, в которую его кладут вместо свеклы, помогает от астмы.

При воспалении слизистых оболочек, при кожных заболеваниях местно применяют измельченные семена подорожника, распаренные в горячей воде.

Эти же семена можно применять при возникновении трещин сосков у кормящих матерей.

Семена подорожника, истолченные в порошок, принимают при поносе по 1 г 3-4 раза в день.

НАРУЖНО. Подорожник употребляют местно при ушибах, порезах, нарывах, воспалениях кожи, ожогах, свежих мозолях и укусах насекомых. Для этих целей могут употребляться не только свежие листья и их сок, но и листья сушеные; перед накладыванием на поврежденную поверхность их предварительно размачивают в воде.

Путники обращаются к подорожнику каждый раз, как натрут или побьют ноги: чистые размятые листья подсушивают царапины, унимают боль.

При слоновьей болезни делают лекарственную повязку, которая препятствует увеличению (опухоли) и способствует ее опаданию.

Ванна из корней подорожника большого. Измельченные корни подорожника большого заливают кипятком (50: 1000), кипятят 20 минут, настаивают полчаса. Ванну (36—37°) принимают в течение дня при гнойниковых поражениях кожи, экземе. Курс лечения — 12—14 ванн.

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. Благоприятный эф-

фект оказывают блюда из растения при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, гастритах, колитах, сахарном диабете. Они оказывают обще тонизирующее действие, повышают аппетит, общий тонус организма, работоспособность, уровень гемоглобина и дают прибавку в массе.

Для приготовления фитодиетических блюд используют молодые листья подорожника. Из них можно в бытовых условиях приготовить различные салаты в сочетании с луком, салатом, хреном, картофелем, крапивой, лебедой, запеканки, каши, напитки, пюре и котлеты, щи и пр.

Салат из подорожника: 150 г молодых листьев растения, 50 г зеленого или репчатого лука, 20 г тертого хрена, 30 г крапивы, яйцо, 30 г сметаны, соль, лимонная кислота по вкусу. Перед приготовлением салата крапиву и подорожник окунуть в кипяток, дать стечь воде, мелко порубить.

Щи с подорожником: 150 г молодых листьев подорожника 50 г сметаны, яйцо. Листья растения мелко порубить, опустить в полу готовый бульон, заправить зеленым луком и зеленью. Употреблять в горячем и охлажденном виде со сметаной, майонезом, добавив круто сваренное яйцо.

Подорожник, тушенный с зеленью: 200 г листьев растения 50 г зеленого лука, 30 г моркови, 50 г первоцвета, 10 г пшеничной муки, 10 г сливочного масла. Промыть и нашинковать листья подорожника, тушить в небольшом количестве воды. За 20...25 мин. до готовности добавить пассированный лук. Когда зелень станет мягкой, заправить ее мукой, солью и перцем.

Суповая заправка из подорожника. Листья подорожника промыть в проточной воде, высушить, измельчить в ступке, просеять через сито. Хранить в стеклянных банках. Использовать для заправки супов и щей.

СБОР. При женском бесплодии народная медицина рекомендует следующий состав: 30 г сухих листьев подорожника, 10 г высушенных измельченных корней подорожника, гвоздика (пряность) - 5 цветков. Смесь варить на кипящей водяной бане 15 минут, затем добавить 250 г меда и варить еще 10 минут. Принимать по 1 столовой ложке три раза в день при женском бесплодии.

Корень подорожника, его семена и листья - лечебное средство против закупок печени и почек.

ПОДОРОЖНИК ЛАНЦЕТОЛИСТНЫЙ.

Описание. Семейство: подорожниковые. Многолетнее травянистое, иногда опушенное растение; цветоносные стебли вырастают из середины небольшой розетки ланцетовидных листьев. Колос очень густой, яйцевидно-продолговатый. Растение общеизвестное, произрастающее обыкновенно по сухим лугам, при дорогах, тропинках, на межах, склонах, в клеверищах.

Хранение. Листья подорожников хранятся в деревянных ящиках, внутри выложенных бумагой.

Применение. Средство от кашля и катаров. Подорожник ланцетолистный - растение для лечения всех легочных заболеваний. Листья и редко собираемые корни растения содержат вещества, которые смягчают кашлевое раздражение, снимают спазмы, вызывают растворение слизи и обладают отхаркивающим действием. Подорожник полезен при желудочно-кишечных болезнях, улучшает кровообращение и стимулирует кроветворение.

Сок. Соком из свежих листьев подорожника смазывают язвы и фурункулы, обрабатывают ожоги и раны от укусов животных. Свежий сок, закапанный в ухо, облегчает боль, его также используют для снятия воспаления глаз. Употребление листьев растения как средство кровоочистительное и обволакивающее.

НАСТОЙ. При всех видах катаров желудочно-кишечного тракта применяют напар из листьев в дозе 50,0-60,0 г на 1 л воды. Пьют теплым: натошак 1 стакан, а остальное за весь день в 4 приема, каждый прием через час после еды.

СБОР. При катаре желудка наиболее полезно применять листья подорожника ланцетолистного в смесях с другими растениями, а именно: листьев ланцетолистного подорожника - 40,0 г, травы зверобоя - 40,0 г, золототысячника - 20,0 г, сушеницы болотной - 40,0 г, корня аира - 10,0 г, травы перечной мяты - 10,0 г, спорыша - 20,0 г, цветов тысячелистника - 15,0 г, семян тмина - 6,0 г; 40,0 г этой смеси заливают 1 л кипятка и в закрытой посуде настаивают целую ночь; вы-

пивают натощак 1 стакан, а остальное в 4 приема, каждый прием через час после еды.

При болезнях мочевого пузыря принимают листья ланцетолистного подорожника в смеси с другими травами: ланцетолистного подорожника - 40,0 г, травы грыжника - 40,0 г, листьев толокнянки - 40,0 г, побегов туи - 30,0 г, соцветий цмина - 30,0 г, березовых почек - 30,0 г, травы спорыша - 30,0 г. 40,0 г этой смеси заливают 1 л сырой воды и настаивают целую ночь, утром кипятят 10 минут и принимают, как предыдущий отвар.

НАРУЖНО. Помятые листья ланцетолистного подорожника и тысячелистника, взятые в равных частях, считаются кровоостанавливающим, антисептическим, заживляющим раны средством.

Хранение. Листья подорожников хранятся в деревянных ящиках, внутри выложенных бумагой.

ПЫРЕЙ ПОЛЗУЧИЙ.

Описание. Семейство: злаковые. Многолетнее травянистое растение с длинным ползучим корневищем и приподнимающимися, гладкими, голыми, а сверху облиственными стеблями. Листья узколинейные, шероховатые. Цветки собраны в прямые, длинные и узкие колосья. Цветет в июне — июле. Произрастает на рыхлых почвах. Широко известный распространенный корневищный сорняк.

Сбор. Лекарственным сырьем служат очищенные от земли корни и влагалища листьев.

После того, как вы его собрали, надо помыть в холодной воде, расстелить на короткое время на солнце и ветре, чтобы завял, и потом высушить на чердаке.

Хранение. Порезанные сухие корневища пырея хранят в мешках.

Химический состав. В фазу цветения пырей содержит 9 % протеина, 2,7 % жира, 31 % клетчатки, 47 % безазотистых экстрактивных веществ. В корневищах имеются полисахарид трицитин, камедь, слизь, яблочная и другие кислоты, эфирные масла, каротин, витамин С, крахмал, сапонины.

Свойства. Авиценна в «Каноне врачебной науки» писал о пырее: «Он полезен при свежих ранах, если приложить его к ним, особенно его корень, обладающий свойством заживлять. Он

препятствует (возникновению) всяких катаров. Выжатый сок его, варенный с медом или с вином, — и то и другое берется в равном по весу количестве — является отличным лекарством для глаза. Составляют это лекарство (так): берут выжатый сок сила, половину его количества мирры, треть — перцу и треть — ладана и смешивают. Это прекрасное лекарство, которое следует хранить в медной коробочке. Семена его и корень прекращают рвоту и препятствуют просачиванию (материи) в желудок. Семена его в лекарствах для слизывания гонят (мочу) и дробят камни вследствие своей сухости, сочетающейся с горечью; корень его и отвар тоже полезны от язв мочевого пузыря. (Он) склеивает кровоточащие раны. Его отвар выводит камни, а семена гонят мочу и закрепляют».

Лучшим видом является свежий пырей. Природа его холодна и суха в 1 степени. Он делает мочеиспускание обильным и растворяет камень. Помогает при язве мочевого пузыря, доза — 4,4 грамма, но перед употреблением его нужно сварить. Если из семян приготовить густую эмульсию и выпить, то она раздробит камни почек. Он времен для селезенки. Его вредное действие устраняет фиалка.

Применение. Препараты пырея ползучего эффективны при фурункулезе, угрях, диатезе, рахите, геморрое. При этих заболеваниях их принимают внутрь в виде настоев, отваров, сока из листьев и одновременно пользуются ваннами из пырея (на курс лечения — 10—15 ванн).

СОК. Для приготовления сока пырея стебли тщательно моют, ошпаривают кипятком, пропускают через мясорубку. Полученную массу разбавляют водой в соотношении 1:1, отжимают и кипятят 3—5 минут на слабом огне. Если сок необходимо хранить в течение долгого времени, его заливают водкой в соотношении 1:1 и ставят в холодное место, плотно закрыв.

Сок пырея принимают по 1/2 стакана три—четыре раза в день перед едой при маточных кровотечениях и обильных менструациях.

Сок из свежих листьев принимают при желчно-каменной болезни по 1 стакану три раза в день в течение 15—20 дней.

НАСТОЙ. В народной медицине нередко настоем корневищ используется и как потогонное средство при простудных и лихорадочных

заболеваниях. Благодаря наличию сахаров и витаминов пырей относится к питательным, тонизирующим, восстанавливающим силы, улучшающим сон и аппетит средствам. Его используют при простуде, для улучшения зрения, при лечении гипертонической болезни, злокачественных опухолей и сахарного диабета.

2 столовые ложки измельченного корня заливают вечером 0,5 л кипятка, настаивают всю ночь в плотно закрытой посуде. На следующий день принимают настой пырея по 150 мл три раза в день за 30 минут до еды в теплом виде.

Способ приготовления настоя из корневищ пырея ползучего: 4 чайные ложки измельченных корневищ заливают стаканом холодной кипяченой воды и настаивают 12 часов. Получившуюся жидкость сливают в другую посуду, а оставшиеся корневища заливают стаканом кипятка на 30 минут. Затем смешивают обе жидкости и выпивают получившийся настой в течение дня при подагре, остеохондрозе и других болезнях обмена.

Как мочегонное средство настой корневищ употребляется при водянке, отеках различного происхождения, воспалительных заболеваниях мочевых путей и органов мочеиспускания: цистите, нефрите и мочекаменной болезни. Настой корневищ принимают внутрь как болеутоляющее средство при ревматизме, люмбаго, различных артритах, желчекаменной болезни.

Как противовоспалительное, смягчительное и отхаркивающее средство настой корневищ растения довольно часто назначают при обильной мокроте, кашле хроническом бронхите, туберкулезе легких, а также при гастрите, энтерите, заболеваниях печени и желчного пузыря. Прием настоя корневищ нормализует работу кишечника и является неплохим средством при запорах.

ОТВАР. 2 столовые ложки измельченного корня заливают 500 мл кипятка, кипятят 10 минут. Принимают по 0,5 стакана три раза в день за полчаса до еды.

При подагре, остеохондрозе, артритах отвар и настой пырея принимают по полстакана три раза в день до еды.

В этих же дозах пить препараты пырея при циррозе печени и асците.

Отвар пырея принимают по 1/2 стакана три раза в день за полчаса до еды как «кровоочи-

тельное средство».

При болезнях желудочно-кишечного тракта, желчно-каменной и мочекаменной болезни делают отвар из 60 г измельченных корневищ на 1 литр воды. Кипятят 5 минут, настаивают 1 час. Принимают по 1/2—1 стакану три раза в день.

СБОР. Напар из корневищ пырея (60,0 г на 1 л кипятка) принимают при желудочно-кишечных заболеваниях, при желчных и почечных камнях, при всех кожных болезнях, при фурункулезе, а также как отхаркивающее средство. В последнем случае применяется смесь из пырея, липового цвета, цветов бузины черной, листьев подбела и цветов коровяка. Все компоненты в смеси берутся в равных частях. Принимают ежедневно по 3 стакана такого напара в дозе— 1 столовая ложка смеси на стакан кипятка. Этот напар принимают при многих грудных заболеваниях.

СПИРТОВАЯ НАСТОЙКА. 100 г корневищ в л водки упаривают до половины. Принимают по 15 - 30 мл 4—5 раз в день при заболевании сердца, желтухе, холецистите, цистите, сахарном диабете, как мочегонное при почечно-каменной болезни по 250 мл 3 раза в день.

ВАННЫ. Измельченные корневища пырея ползучего заливают кипятком (50:1000), кипятят 15 минут, процеживают. Ванну (36—37°) принимают на ночь при астении, сахарном диабете, ночном недержании мочи. Курс лечения — 12—14 ванн.

КЛИЗМЫ. При заболеваниях толстого кишечника, а также при геморрое отвар корневищ пырея в обычной дозировке рекомендуется вводить в виде микроклизм по 50 мл ежедневно. Курс лечения — 10—15 процедур.

ПЫРЕЙНЫЙ МЕД. Старый рецепт от простуды: варят 1/4 фунта (102,5 г) корневищ пырея в 1 л воды и процеживают. Затем отвар кипятят с 1/2 л меда, получая таким образом пырейный мед. При грудных катарах принимают ежедневно по 2 столовых ложки этого лекарства.

РОМАШКА (дикая, аптечная).

Описание. Семейство: сложноцветные. Однолетнее хорошо известное, популярное травянистое растение, не требующее особого описания. Цветет с мая до осени (интенсивно в мае-июле). Растет по сорным местам, у дорог, в огородах, на пустырях и около жилищ.

Сбор. Собирают только вполне распутившиеся цветы-корзинки (особенно с мелкими корзинками).

Хранение. Цветы ромашки хранятся в тщательно закрытых коробках.

Свойства. Природа ее горяча и суха во II степени. Обладает рассасывающими свойствами. Если умыться ее соком, то это нагонит сон. Корень помогает женщине, у которой молоко затвердело в груди, и исцеляет холодные опухоли. Отвар корня гонит мочу, вызывает месячные, выводит кровь, свернувшуюся и задержавшуюся в желудке, излечивает холодные опухоли, а также исцеляет опухоли матки и рассасывает их. Масло ромашки заставляет потеть и помогает при костных болях, а также вызывает рубцевание злокачественных язв и помогает при геморрое. Оно согревает все холодные члены и помогает простуженному. Доза на прием — 5,88 грамма. Но ромашка вредна для почек и мочевого пузыря. Заменителем является цитварная полынь. Говорят, что если отжать сок свежего растения и смазать яички, то увеличится половая сила. Запах ромашки способствует потоотделению. Если съесть 8,8 грамма ее с медом, то она выведет ту кровь, которая стекла в желудок. Ромашка Помогает при водянке, желтухе, геморрое и открывает устье геморроидальной шишки. Но она вредна для желудка. Ее вредное действие устраняет анис.

Сок ромашки. Отжимать в июле-августе из всего цветущего растения. Оказывает противовоспалительное действие на кожу и слизистую. Снижает болевые ощущения (колики) в области желудка и кишечника, поглощает газы. Рекомендуются при повышенной кислотности. Принимать по одной столовой ложке сока и меда 3 раза в день до еды.

РЯСКА.

Описание. Ряска — многолетнее травянистое растение с очень коротким стеблем, длина его достигает только 2-3 мм. Растение представляет собой круглую зеленую пластинку, плавающую на поверхности воды. Цветки однополые, находятся в соцветиях у основания растения. Плод — горошковидный, односемянный. Цветёт ряска в мае—июне.

Распространено по всей территории России, кроме районов Крайнего Севера.

Свойства. Лучшим видом является ряска, растущая в пресной воде. Природа ее холодна и влажна во II степени. Обладает отвлекающими свойствами. Если сделать припарку из ряски на область кишечника, то можно вылечить опухоль. Она полезна при горячей форме подагры и болях в костях. Но вредна при холодной природе костей.

Авиценна писал о лекарственных свойствах ряски малой: «(Ряска) в виде мази останавливает кровь во всяком месте. Морская действует сильнее. Ее прикладывают при горячих опухолях (на места воспалений. Примечание автора), при роже и при герпесе. Так же действует и чечевицеобразная ряска с толокном. Ее прикладывают в виде мази при горячей подагре (имеется в виду острый артрит) и горячих болях в суставах. Если ее прокипятить в старом оливковом масле, это размягчает нервы. Из ряски делают лекарственную повязку на кишечную грыжу и это заставляет ее сморщиться».

Применение. Настойку ряски принимают в качестве желчегонного, противоглистного и жаропонижающего средства по 20 капель три раза в день.

Как общеукрепляющее средство пьют настойку ряски малой по 25 капель три раза в день.

При аллергических заболеваниях применяют порошок и настой ряски малой в обычной дозировке. Курс лечения — 1 месяц.

Препараты из ряски малой можно применять при злокачественных новообразованиях любой локализации. При этом доза препарата должна быть увеличена с полтора раза против обычной.

НАСТОЙ ТРАВЫ. 1 столовая ложка сухой измельченной травы заливается 200 мл кипятка. Настаивать 1 час, плотно закрыв. Процедить. Пить по 1/3 стакана три раза в день.

ОТВАР. Ряску в виде отвара внутрь применяют при аллергических заболеваниях, крапивнице, ангионевротических отеках и витилиго, а как наружное средство рекомендуется при карбункулах, опухолях, рожистом воспалении, укусах змей и конъюнктивитах.

НАСТОЙКА РЯСКИ. Чайная ложка измельченной сухой травы на 50 мл водки. Настаивать 14 дней, принимать по 20 капель три раза в день.

ПОРОШОК ТРАВЫ. Принимать по 1-2 г три

раза в день.

НАРУЖНО. Наружно ряску применяют в виде припарок при ревматизме, подагре. Для этого ее насыпают в марлевый мешочек, опускают в кипящую воду на 3-5 сек, дают немного остыть и прикладывают к больному суставу на 1-2 часа (зафиксировав повязкой).

РЕВЕНЬ.

Описание. Семейство: гречишные. Многолетнее травянистое растение. Стебель высотой до 2 м, прямой, голый, полый, диаметром до 4 см, мелкобороздчатый, с остающимися листовыми пленчатыми влагалищами. Прикорневые листья цельные, на длинных черешках, равных по длине листовой пластинке, очень крупные, длиной 15—60 см. Стеблевые листья более мелкие, верхние — сидячие. Цветки мелкие, желтые, многочисленные, собраны группами по 5—6 штук. Соцветие длинное, метельчатое, состоящее из нескольких цветоносов, выходящих из пазух верхних листьев. Цветет в мае — июне. Плод — трехгранный орешек. Подземный орган — корневище.

Сбор. Используются «зрелые» корни имеющие возраст несколько лет. Корни очищают, делят на несколько частей и сушат в тени.

Химический состав. Черешки ревеня содержат витамины С, В, каротин, органические кислоты, а корневища — антрагликозиды (до 6%), агликоны, таногликозиды, смолистые вещества, большое количество оксалатов калия и кальция, хризофановую, яблочную и аскорбиновую кислоты.

Свойства. Природа его горяча и суха в 1 степени. Обладает укрепляющими свойствами. Укрепляет печень и желудок, вылечивает желтуху. Помогает при болезнях почек и мочевого пузыря. Рассасывает уплотнение селезенки, а также помогает при болезни матки. Если сделать припарку, то поможет при грыже и сделает тело блестящим. Доза его на прием — 0,091 грамма. Если человек будет держать его во рту, то с легкостью выхаркнет слизистую мокроту при простуде. Он помогает при кислой отрыжке и паховой грыже. Он вреден для горячей природы печени. Его вредное действие устраняет цикорий или его сок. Заменителем являются барбарис и шафран.

Авиценна писал: «Из (ревеня) с некоторыми

жидкостями делают лекарственные повязки на горячие опухоли. В виде мази с уксусом он помогает от лишаев. Он очень помогает при (ушибах) от падения или удара. (Он) полезен также при разрывах мышц, если его пить в душистом вине. Если смазаться его маслом, это тоже помогает при разрыве мышц, при болях в них и растяжениях. Он полезен при грыже.

Ревень помогает от астмы и кровохарканья. Он полезен для печени и желудка, при слабости желудка и болях в нем, а также при (всяких) внутренних болях, при икоте и грыже. Он способствует сморщиванию селезенки. Ревень полезен от поноса вследствие несварения, от резей в кишках, от дизентерии, от болей в почках и мочевом пузыре, а также от болей в матке и при (маточных) кровотечениях. Ревень полезен от хронических и периодических лихорадок».

Применение. Измельченные корни проявляют как бы противоположные свойства. Употребляемые в маленьких дозах в виде чая, они действуют закрепляюще. Если же увеличить дозировку, они оказывают сильно послабляющее действие. Какая доза является незначительной, а какая большой — зависит от конституции человека и его возраста. Поэтому рекомендуя ремень надо знать эту особенность.

Ревень обладает также противовоспалительным, антисептическим, ветрогонным и желчегонным свойствами.

Считают, что ремень наиболее эффективно действует на лиц молодого возраста, а людям пожилым он не показан.

Препараты ревеня назначают при трещинах прямой кишки и геморрое, при атонии кишечника и спастических запорах, при запорах у беременных.

Применяется ремень внутрь в виде экстрактов, настоев, сиропов, таблеток, порошков.

НАСТОЙ РЕВЕНЯ. 1 столовая ложка измельченных сухих корней на стакан воды, настаивать 8 часов, утром прокипятить 3 минуты, процедить. Принимать по 1/3 стакана 2-3 раза в день.

Ревень лекарственный назначают при анемии и туберкулезе в виде настоя: столовую ложку корневищ залить стаканом кипятка, настоять 30 мин в теплом месте, процедить. Настой принимать в три приема в течение дня (перед едой).

Настойку смеси ревеня, горечавки желтой и аира используют при атонии (снижение активности моторики кишечника) и метеоризме.

При приеме препаратов ревеня моча, молоко и пот окрашиваются в желтый цвет. Больные должны знать это и не пугаться при виде такого явления.

ОТВАР. При маточных кровотечениях и болях в матке из стеблей растения готовят отвар: 2 столовые ложки измельченных стеблей залить стаканом кипятка, кипятить на медленном огне 20 минут. Процедить и пить по 1/3 стакана 3 раза в день.

ПОРОШОК. Порошок ревеня пьют по 0,5-2 г (детям по 0,1 г и выше).

Если корень ревеня растереть в порошок и смешать с уксусом, то он помогает при лишаях, кровоподтеках. Этот же состав помогает избавиться от веснушек.

СБОР. Ревень входит в состав многих сборов. Желчегонный сбор: цветы бессмертника - 3 г, корень ревеня - 2 г, цветы тысячелистника - 5 г. 1 столовую ложку смеси заливают стаканом кипятка и настаивают 1 час. Процеживают. Выпивают на ночь при задержке желчи.

НАРУЖНО. При грыже полезны припарки из распаренного корня ревеня или из его горячей кашицы.

В кулинарии ревень занимает одно из важных мест. При его приготовлении нужно помнить, что ревень содержит большое количество щавелевой кислоты, вредной для организма, и ее частично нейтрализуют творогом и молоком.

РЕВЕНЕВЫЙ КОМПОТ. 500 г черешков ревеня, 200 г сахара, лимонная корка, щепотка имбиря или изюм и сливки. Черешки промыть, очистить, нарезать на куски. 0,25 л воды прокипятить с сахаром, лимонной коркой (только из плодов, не подвергавшихся химической обработке), имбирем. Затем положить ревень и варить до готовности. Следить, чтобы он не разварился. Компот охладить, его можно подавать со взбитыми сливками.

Противопоказания. При приеме препаратов, содержащих ревень, моча, молоко и пот окрашиваются в желтый цвет. В щелочной среде - окраска красная. Следует избегать назначать больным подагрой и больным, страдающим почечно-каменной болезнью с оксалатными камнями. Ввиду того, что ревень может вызвать

кровоизлияние из прямокишечных вен, не рекомендуется применение его при геморрое.

РОДИОЛА РОЗОВАЯ, ЗОЛОТОЙ КОРЕНЬ

Описание. Семейство толстянковые. Многолетнее травянистое растение высотой до 30—50 см. Имеет несколько (2—5) прямостоячих ветвистых стеблей, на которых густо расположены поочередно сидячие мясистые листья продолговато-яйцевидной формы, зубчатые по краю или только на верхушке. Цветки желтые, на верхушке стеблей собраны в густые щитковидные соцветия. Цветет в июне—июле. Подземный орган — клубневидное бугристое корневище (бывает размером 10x15 см и весом 900 г) и несколько тонких корней. Снаружи корневища и корни буроватые или цвета «старой позолоты» со слабым перламутровым блеском, на изломе белые, а при сушке поверхность излома становится розовой. При соскабливании коры корневища появляется запах, напоминающий аромат розы. Растение встречается в Карпатах, Сибири, в альпийском и субальпийском поясах. Обитает на каменистых склонах, берегах горных рек и озер.

Химический состав. В корневищах и корнях содержатся фенольные гликозиды, среди которых главный — родиолозид, паратирозол, лактоны, дубильные вещества, эфирные масла, галловая, щавелевая, янтарная и лимонная кислоты, никотиновая кислота, витамин С.

Применение. Препаратам из золотого корня присущи тонизирующее, противовоспалительное, жаропонижающее, кровоостанавливающее и противоаллергическое действие. В народной медицине их используют при переутомлении, для стимуляции физической, умственной деятельности и аппетита, для снижения раздражительности и экстрасистолических нарушений ритма сердца, а также как противовоспалительное при лихорадках, лучевых поражениях, импотенции и гипотонии.

СНЫТЬ ОБЫКНОВЕННАЯ

Описание. Семейство Зонтичные. Многолетнее травянистое растение высотой 50—100 см. Стебель полый, в верхней части немного ветвистый. Нижние листья крупные, на длинных черешках, дваждытройчатые (то есть каждый из трех первичных листочков состоит, в свою

очередь, из трех вторичных), верхние—тройчатые, более мелкие, на коротких, расширенных во влагалищах черешках. Цветки белые, собраны в соцветия сложный зонтик, состоящий из 20—25 коротких неравных лучей. Частных оберток нет, общих тоже нет или они состоят из 1—2 листочков. Цветет в мае — июне. Плоды продолговатые, сжатые с боков. Подземный орган — длинные, ползучие корневища, в молодом состоянии белого цвета. Растет в лесах, образуя обширные заросли, среди кустарников, в садах, как сорная трава.

Химический состав. В листьях содержатся витамин С (до 60—100 мг % и более), лимонная, яблочная кислоты, минеральные соли, каротиноиды. В корневище имеются эфирные масла, сапонины, крахмал, смолы.

Применение. Сныть съедобна. Листья богаты витамином С, имеют своеобразный привкус и используются для приготовления щей, наряду со щавелем и крапивой, соусов. Для салатов собирают молодые до цветения сныти, не полностью развернувшиеся листья с черешками. Со стеблей, идущих в пищу, снимают кожицу. Щи из сныти по вкусу не уступают щам из капусты. Листья и стебли заквашиваются и зимой из них готовят щи. Настойку из корней применяют как компрессную при миозитах.

Ванна из корней сныти обыкновенной. Измельченные корни сныти обыкновенной заливают кипятком (40:1000), кипятят 10 минут, настаивают полчаса, процеживают. Ванну (36—37°) принимают на ночь при миозитах, полиартритах.

СОЛОДКА (ЛАКРИЧНИК).

Описание. Солодка голая — многолетнее травянистое растение семейства мотыльковых с мощной корневой системой, образующей под землей сложную сеть. Растение имеет короткое толстое многоглавое корневище, из которого выходит один отвесный, глубоко уходящий в землю простой или маловетвистый стержневой корень. Стебель у солодки прямостоячий, высотой до 200 см, сильно разветвленный, красноватого цвета, покрыт мелкими липкими железистыми волосками. Листья очередные, непарноперистые, листовые черешки ребристые. Листочки короткочерешковые, продолговатояйцевидные, покрыты липкими железистыми

волосками.

Цветки на коротких цветоножках, неправильные, фиолетового цвета, собраны в кисти. Плод — боб коричневого цвета, нераскрывающийся, с гладкой поверхностью.

В России встречаются в основном три вида солодки:

1. Лакричник гладкий — обыкновенная солодка. Растение почти все голое, листья с нижней стороны покрыты железистыми волосками, чашечные зубцы — линейно-ланцетовидные, длиннее чашечной трубки.

2. Лакричник железистоволосистый. Отличается тем, что имеет железистоволосистые стебли и листья, липкие с нижней стороны, чашечные зубцы одинаковой длины.

3. Лакричник гладкий уральский. Отличается от предыдущих видов тем, что все растение серовато-пушистое с более крупными лиловыми цветками, собранными в кисти.

Произрастает солодка большими зарослями по берегам степных рек, по степям, а также в виде злостного сорняка среди посевов. Растет в степной и лесостепной зоне, распространена на Северном Кавказе, в Казахстане и Средней Азии.

Химический состав. Корни солодки содержат около 8% сапонины глицирризин в виде калиевой и кальциевой соли глицирризиновой кислоты, 3—4 % флавоноидов, монои дисахариды, пектиновые вещества, липиды, аскорбиновую кислоту, эфирное масло, горечи, пигменты и др.

Свойства. Это сладкий желтый корень. Природа солодки уравновешенна. Обладает очищающими свойствами. Если ввести в глаз, то излечит язву в глазу. Помогает при плешивости. Полезна при кашле, для груди и легких, способствует их очищению. Полезна при болезни печени. Растворяет желтую желчь. Утоляет жажду. Устраняет жжение во время мочеиспускания и очищает почки. Но она не благоприятствует деторождению. Заменителем ее является инжир.

Применение. В книге «Чжуд-Ши» - главном трактате древнетибетской медицины - говорится о том, что ни одно кожное заболевание нельзя вылечить, если в состав лекарственных смесей не входит солодка.

Авиценна писал, что «солодка, или лакричный корень, ее выжатый сок, а также корень (прикладывают) при ногтееде с восковой ма-

зью на ожоги огнем, а выжатый сок наносят на раны. (Солодка) смягчит легочную трубку и очищает ее; она полезна и для горла и прочищает голос. (Солодка) полезна при жгучей моче, язвах почек и мочевого пузыря».

Солодка считается противокашлевым и противогриппозным средством. Корень применяют для приготовления противокашлевых чаев и как сырье для лакричных палочек. Оно обладает мочегонным действием, смягчает кашлевое раздражение, улучшает пищеварение и прежде всего служит превосходным средством от язв желудка и двенадцатиперстной кишки.

Корень применяли в качестве противоядия при отравлении недоброкачественным мясом и грибами, как общеукрепляющее средство, а также при легочных и желудочных заболеваниях, диабете и хроническом нефрите. Солодку считали вторым лекарственным растением после женьшеня для омолаживания организма и рекомендовали старикам.

В древнетибетской медицине препараты солодки были обязательными при лечении злокачественных новообразований (последние научные исследования подтвердили противоопухолевую активность препаратов солодки).

Препараты солодки понижают уровень холестерина в крови и способствуют рассасыванию холестериновых бляшек в кровеносных сосудах. Поэтому их можно и нужно применять при лечении атеросклероза.

ЧАЙ. Корень солодки входит как составная часть во многие лечебные чаи, прежде всего в кровоочистительные, стимулирующие обмен веществ, действующие против кашля и легочных заболеваний.

Солодковый корень в сочетании с другими травами оказывает более благоприятное влияние, чем взятый отдельно. Один солодковый корень - в виде чая или лакрицы - может вызвать чувство головокружения.

Корни солодки входят в грудной эликсир. Применяют как отхаркивающее по 20-40 капель несколько раз в день. Детям столько капель дают, сколько ребенку лет.

НАСТОЙ. Настой корня солодки (1 столовая ложка корня солодки заливается в термосе 1 стаканом кипятка, настаивается 3-5 часов) пьют по 1 столовой ложке 3-4 раза в день как отхаркивающее средство, обволакивающее,

противовоспалительное, противоаллергическое средство.

Как противоаллергическое средство корень солодки пьют в виде настоя по 1/2 стакана три раза в день.

Для омоложения организма. Заварить 1 чайную ложку на стакан кипятка, принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

При лечении язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки необходимо пить настой корня солодки в течение месяца. Сделать перерыв 15 дней. Затем курс повторить. Язвенная болезнь после такого лечения обычно не возвращается.

ОТВАР КОРНЯ. При использовании отвара корня солодки (10 г на 200 мл кипятка) по 1/2 стакана 3 раза в день в течение 3...4 недель у больных исчезает боль, тошнота, улучшается аппетит, нормализуется кислотность желудочного сока, постепенно исчезает язвенный дефект слизистой желудка.

ВОДОЧНАЯ НАСТОЙКА ИЗ КОРНЯ СОЛОДКИ. Готовится в соотношении 1:5. Принимают ее по 30-40 капель три раза в день при злокачественных новообразованиях, понижении функции яичников и в климактерическом периоде.

ПОРОШОК. Корень солодки может быть применен в виде порошка. Принимают его по 2 г три раза в день за 15 минут до еды. Порошок корня можно применять во всех случаях, когда показано применение препаратов солодки.

При опрелостях, пролежнях порошок корня солодки используют в качестве присыпки, и это оказывает хорошее действие.

С успехом используется лакричный порошок в виде отвара (15 г корня на 200 мл воды, по 1 столовой ложке 4-5 раз в день) в качестве отхаркивающего и смягчительного средства.

СИРОП СОЛОДКОВОГО КОРНЯ. 4 г густого экстракта солодкового корня смешивают с 86 г сахарного сиропа и к полученной смеси добавляют 10 г спирта. Сироп используется как противовоспалительное, отхаркивающее и смягчающее средство.

Другой рецепт приготовления сиропа из корня солодки. Солодку очищают от коры, измельчают в тонкий порошок и заливают холодной водой (12-15 г порошка на 600 мл). Кипятят на медленном огне до тех пор, пока не останется

200 мл. Пить от чайной до столовой ложки три раза в день перед едой (доза подбирается индивидуально, в зависимости от возраста и заболевания).

При хроническом алкоголизме делают состав: хвощ полевой - 1 часть, корень солодки - 1 часть. 100 г смеси заливают 3 литрами кипятка, кипятят 10 минут на медленном огне, настаивают 1 час, процеживают. Пьют по 1 стакану три раза в день за 15 минут до еды.

Бесценным свойством солодки является ее способность помогать организму усваивать другие лекарственные препараты и усиливать их действие.

При бронхоэктатической болезни, хроническом бронхите, и во всех случаях, когда затруднено отхождение мокроты, применяют препараты солодки в обычной дозировке.

СБОР. При лечении простудных заболеваний готовят следующий состав: измельченный корень солодки - 40 г, цветки липы - 60 г. 2 столовые ложки смеси заварить стаканом кипятка, кипятить на водяной бане 15 минут, процедить, отжать, долить кипяченой воды до первоначального объема. Принимать по 1 стакану 2-3 раза в день.

Отвар корней первоцвета лекарственного, солодки голой, фиалки душистой и семян тмина. Desertную ложку смеси измельченных корней и чайную ложку семян тмина заливают 300 мл холодной воды, настаивают 1 час, кипятят 15 минут, через 5—7 минут процеживают. Пьют по 2 столовые ложки 3—4 раза в день при бронхите, астме, коклюше.

Отвар корней окопника лекарственного, алтея, солодки голой и листьев мяты лимонной. Столовую ложку смеси из равных частей компонентов заливают стаканом холодной воды и настаивают 1,5 часа, кипятят 10 минут, процеживают. Выпивают в два приема перед едой при язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

Отвар корней солодки голой, девясила высокого, дягиля лекарственного, мыльнянки обыкновенной, валерианы лекарственной и цветков ромашки аптечной. Столовую ложку смеси заливают 300 мл воды, настаивают 2 часа, кипятят 10 минут, процеживают. Пьют по стакану 2 раза в день при хроническом запоре.

Отвар корней стальника колючего, солодки голой, марены красильной, лопуха большого.

Столовую ложку смеси (1:1,5:1,5:2) заливают стаканом кипятка, варят 15 минут. Принимают по 1,5—2 стакана в течение дня при диатезе, аллергии, ревматоидном артрите.

Препараты солодки в обычных дозировках принимают для усиления потенции.

Настои и отвары из корня солодки принимают в обычной дозировке при ранних и поздних токсикозах беременности.

Противопоказания. При продолжительном приеме солодки и особенно часто после применения карбенокселона наблюдаются повышение артериального давления, задержка жидкостей вплоть до появления отеков, нарушения в половой сфере - ослабление либидо, развитие гинекомастии, ограничение или исчезновение оволосения и др.

ТЫСЯЧЕЛИСТНИК (ПОЛЫНЬ).

Описание. Семейство - сложноцветные. Упругий стебель его дорастает до 50 см. Корневище ползучее с побегами. Стебель прямой, немного волосистый, как и листья. Листья двоякоперистые. Цветы обыкновенно белые, но встречаются (редко) розовые или с фиолетовым оттенком, мелкие, во многих продолговатых сложных щитках. Запах растения бальзамический, приятный. Цветы пахучие, на вкус горькие. Цветет со второй половины мая до конца лета. Распространен во всех областях, обыкновенно по лугам, полям, межам, у дорог, по склонам, кустарникам, лесам.

Сбор. Цветы собирают во время цветения, а листья в конце апреля и в мае.

Хранение. Трава, листья и цветы, высушенные в тени хранятся в жестяных коробках.

Свойства. Природа его горяча и суха во II степени. Обладает отрывающими и разреживающими свойствами, помогает при простуде и застарелой головной боли. Растворяет желтую желчь, вызывает месячные, дробит камень и выводит его, а также рассасывает свернувшуюся кровь. Выводит мелких и крупных глистов. Вызывает выкидыш. Если сделать дома окуривание им, то все звери и пресмыкающиеся обратятся в бегство. Доза его, на прием — 4,4 грамма. Его цветок лучше цветка полыни.

Авиценна писал о тысячелистнике: «Жженный (тысячелистник), особенно с клещевиной или с маслом редьки, помогает от «лисей» бо-

лезни. Тысячелистник сантолиновый, если его отварить с каким-нибудь маслом, вследствие своего открывающего свойства полезен дляращения медленно растущей бороды. Он действует как вяжущее на десны. Он рассасывает слизистые опухоли, а если отварить его с айвой, это приносит пользу при трудно рассасывающихся опухолях.

Он не подходит для свежих ран, а наоборот, щиплет их. Отвар его полезен при разрыве мышц и при хроническом, трудно (излечимом) воспалении седалищного нерва. Отвар его полезен при затрудненном «стоячем дыхании»; лучше всего (действует) отвар его соцветий. Он гонит месячные, изгоняет плод и дробит камни в мочевом пузыре и в почках; нагретое масло его помогает при сжатии устья матки и при затрудненном мочеиспускании. Он полезен при ознобе, если его смешать с маслом».

Применение. Растение обладает противоспалительными, антисептическими, вяжущими, общеукрепляющими свойствами, а также слабым местно-анестезирующим действием.

Тысячелистник считается эффективным кровоостанавливающим средством. Применяется при различных кровотечениях, чрезмерных месячных. Препараты растения расширяют желчные пути и улучшают отток желчи, повышают диурез.

Применяется при гастрите, язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки, при язвенных колитах, болезнях печени, почек, мочевого пузыря. Наружно тысячелистник применяют при лечении ран, язв, пролежней, геморроя, при гнездной плешивости и герпесе.

НАСТОЙ. 1 столовую ложку травы и цветков заливают 300 мл кипятка, настаивают в течение часа в теплом месте. Процеживают. Выпивают в течение дня.

При поносах, дизентерии, нарушениях моторной функции желудка и кишечника пьют настой тысячелистника 40 г на 1 литр воды. Кипятят на водяной бане 15 минут, настаивают 45 минут, процеживают) по 200 мл три раза в день.

При гастритах с пониженной кислотностью, при язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки пьют настой тысячелистника по 1/3 стакана три раза в день. После приема препарата боли обычно исчезают через 20-30 минут.

Препараты тысячелистника оказывают хо-

роший эффект в климактерическом периоде (при «приливах к голове и груди»). Пьют настои и отвары в обычной дозировке.

Настой тысячелистника или его сок принимают для усиления лактации у кормящих женщин.

При фурункулезе и геморрое хорошо помогает чай из настоя 30 г травы тысячелистника на 1 л кипятка. Настаивают 20 минут, процеживают и пьют в горячем виде 3-4 раза в день.

НАСТОЙ (для наружного применения). 3 столовые ложки сухой измельченной травы заливают 2 стаканами кипятка и настаивают 1 час. Процеживают. Применяют для орошений, спринцеваний, полосканий и обмываний.

НАСТОЙКА НА ВОДКЕ. 4 столовые ложки сырья заливают 100 мл водки, настаивают 7 дней, процеживают. Принимают по 20 капель три раза в день через час после еды.

ОТВАР. 2 столовые ложки сухой измельченной травы заливают стаканом кипятка, кипятят на водяной бане 15 минут, охлаждают 45 минут при комнатной температуре, процеживают и отжимают, добавляют кипяченой воды до первоначального объема. Принимают по 1 столовой ложке три раза в день.

При воспалительных заболеваниях печени и почек пьют настой или отвар тысячелистника в обычной дозировке.

При болезненных менструациях, туберкулезе и анемии настой или отвар тысячелистника пьют по 1/3 стакана три раза в день (или пьют сок растения по 30 капель три раза в день).

СОК. Отжимать в июле-августе из всего цветущего растения. Снижает сердцебиение (тахикардию), приливы крови и головокружение (при климаксе). Нормализует менструацию. Помогает при расширении вен, геморроях и других венозных заболеваниях. Принимать по одной столовой ложке сока и меда 3 раза в день до еды.

При нарушениях сердечного ритма принимают сок тысячелистника по 30-40 капель три раза в день (с небольшим количеством вина).

При остром бронхите пьют сок тысячелистника по 1-2 столовые ложки 3 раза в день или настойку по 30 капель 3-4 раза в день. Эти препараты оказывают хороший эффект.

Сок из листьев тысячелистника с медом, по 3 чайных ложечки в день принимают для усиления

ния аппетита, улучшения обмена веществ, при болезни печени и женских болезнях.

ЖИДКИЙ ЭКСТРАКТ ТЫСЯЧЕЛИСТНИКА. Готовят на 40-процентном спирте. Принимают по 30-40 капель три раза в день. При всех видах кровотечений назначают настой или отвар тысячелистника по 1/3 - 1/4 стакана три-четыре раза в день.²

НАРУЖНО. При носовых кровотечениях или кровотечении из ран тысячелистник назначают местно в виде турунд или примочек.

Сок, выжатый из листьев тысячелистника и нанесенный на свежую рану, останавливает кровотечение и способствует заживанию. Действие сока в отношении заживления ран очень эффективно. Старые язвы, долго гноящиеся раны, чирьи, фурункулы, абсцессы, при маститах и пр. успешно излечиваются соком из тысячелистника. На пораженную поверхность накладывают повязки с соком тысячелистника на 2-3 часа, затем повязку меняют.

Зимой почти такое же действие, как сок свежих листьев, оказывает напар из цветов этого растения с примесью 1/3 по весу цветов ромашки. В этом же напаре хорошо мыть лицо, особенно молодым женщинам. Кожа приобретает бархатистость и матовый цвет.

Настой из цветков тысячелистника (1 столовая ложка на стакан кипятка) применяют для ванночек при геморрое, а также при всех видах кровотечений. Пьют настой по 1/3 стакана три раза в день.

При фибромиомах, мастопатиях препараты тысячелистника применяют как внутрь, так и наружно (в виде примочек или влагалищных тампонов).

При воспалительных заболеваниях кожи в местах воспаления прикладывают растертые в кашицу листья тысячелистника и это оказывает хороший эффект.

МАЗЬ. При воспалении кожи к больному месту прикладывают истолченные и превращенные в массу листья тысячелистника или смазывают эти места мазью из тысячелистника: горсть цветов и листьев тысячелистника растирают в однородную массу и смешивают с несоленым топленным свиным салом. Точно так же готовится и мазь из окопника, только вместо листьев и цветов берут растертый корень окопника. Мазь рекомендуется приготавли-

вать небольшими порциями и лучше всего применять свежеприготовленную.

МАСЛЯНАЯ ВЫТЯЖКА. Настой из свежего растения на оливковом масле (1:5) применяют для лечения инфицированных ран как у человека, так и у животных.

СБОР. При воспалениях мочевого пузыря рекомендуется следующий сбор: 2 столовые ложки тысячелистника, 2 столовые ложки листьев живучки ползучей, столовую ложку коры березы. Смешать. 2 чайные ложки смеси залить 500 мл кипятка, варить 5 минут, настоять полчаса, процедить. Весь отвар выпить в течение дня в 4 приема.

При язвенной болезни желудка и хронических гастритах следующий сложный сбор: плоды шиповника - 30 г, плоды укропа - 30 г, трава сушеницы болотной - 10 г, трава хвоща - 10 г, трава репешка - 20 г, трава полыни - 20 г, трава зверобоя - 40 г, трава тысячелистника - 70 г, лепестки розы - 10 г, лист подорожника - 40 г, цветы ромашки - 10 г, цветы календулы - 10.

6 г смеси залить 500 мл кипятка и томить (но не кипятить) на медленном огне или в духовке. Настаивать 2 часа. Процедить. Пить по 100 мл 4 раза в день после еды.

При геморрое народная медицина рекомендует следующий сбор: кора крушины, лист кассии, трава тысячелистника, плоды кориандра, корень солодки. Все берется поровну, измельчается и размешивается. 2 столовые ложки сбора заливают стаканом кипятка, нагревают на водяной бане 15 минут, настаивают при комнатной температуре 1 час, процеживают и отжимают. Принимать на ночь по 1/2 стакана.

Также при геморрое полезны клизмы с настоем травы тысячелистника (микроклизмы по 100 мл ежедневно в течение 12 дней).

Прыщи на теле, чирьи и сыпи, как считают, нужно лечить путем очищения крови, а для этой цели употребляют напар из следующей смеси трав: шалфея, полыни и розмарина по 1 столовой ложке; тысячелистника, ягод можжевельника, подорожника ланцетолистного, крапивы большой, зверобоя и центаврии - по 2 ложки; хвоща - 3 ложки. Все смешивают, берут из этой смеси 4 столовых ложки, каждая с верхом, заливают 1 литр кипятка и парят целую ночь; днем в 8 приемов выпивают весь этот напар.

При воспалении мочевого пузыря рекомендуют пить отвар из таких растений: тысячелистника - 2 столовых ложки, манжетки - 1 ложку, корня аира - 1 ложку, березовых почек - 2 ложки, листьев толокнянки - 2 ложки. Этой смеси берут 2 столовых ложки, заливают 2,5 стакана сырой воды и кипятят 5-7 минут; отставляют с огня и через полчаса процеживают. Весь этот отвар выпивают за день в 4 приема.

Сильные боли в желудке (спазмы) успокаивают при употреблении чая из смеси цветов ромашки и тысячелистника, по 1 столовой ложке на стакан кипятка. При этом на область желудка кладут грелку.

При вздутии живота очень хорошим средством считается отвар из смеси следующих трав: семян тмина - 2 ложки, семян укропа - 1 ложка, листьев тысячелистника - 2 ложки, мелко порезанной овсяной соломы - 3 ложки, корня аира 1 ложка и крупно потертого корня валерианы - 1 чайная ложка. 3 столовых ложки этой смеси, каждая с верхом, заливают 3 стаканами сырой воды. Кипятят 15 минут. Выпивают по 3 стакана за день.

ПОРОШОК. При порезах, проколах в качестве кровоостанавливающего средства применяют смесь тысячелистника и крапивы жгучей: листья тысячелистника - 10 г, лист крапивы жгучей - 10 г.

Смесь тщательно измельчить, перемешать и полученным порошком засыпать раневую поверхность.

ВАННА. Ванны возбуждают деятельность почек и устраняют внутренние кровотечения (в желудке, кишечнике, легких, почках, матке, мочевом пузыре и мочевыводящих путях), воздействуя извне. Особенно благотворны сидячие ванны с тысячелистником для женщин и девушек, которые страдают болями в подчревной области, спазмами и нарушениями менструального цикла. Ванны следует сочетать с приемом чая.

ОТ ТЛИ. Тысячелистник рекомендуют применять против листной тли. Обычным настоем опрыскивают растение 1-2 раза для получения хорошего эффекта.

Противопоказания. Внутреннее применение всех видов тысячелистника как ядовитого растения требует осторожности. Длительное употребление растений и передозировка вызывают

головокружение и кожные сыпи. Точно соблюдать дозировку.

ТИМЬЯН (другое название **ЧАБРЕЦ**).

Описание. Семейство - губоцветные. Многолетнее травянистое растение длиной 5—30 см, с лежащими, укореняющимися стеблями, при основании деревянеющими; цветущие ветки восходящие. Листья мелкие, яйцевидные, короткочерешковые. Венчики розовые, иногда белые. Цветы собраны в головки. Цветет с мая до осени. Растет (в зависимости от вида и разновидности) по сухим склонам, борам или в степях, на песчаных почвах, в сухих сосновых лесах, на межах, холмах, лесных полянах. Распространены повсеместно.

Сбор. Собирают всю траву, когда она в цвету.

Хранение. Трава чебреца хранится в хорошо закупоренных коробках.

Свойства. Лучшим видом его является зеленое растение с острым запахом. Природа его горяча и суха во II степени. Обладает растворяющими и отрывающими свойствами. Помогает при плотных опухолях и открывает плотную флегмону. Растворяет камень мочевого пузыря и выводит. Выводит слизь из головы и помогает при зубной боли, если принять с едой. Он способствует пищеварению, выводит ветры и растворяет слизь. Делает обильными мочеиспускание и месячные. Выводит плоских глистов и изгоняет из утробы мертвый плод. Согревает тело в зимнюю стужу, прекращает дрожь в теле. Очищает кожу от мелкой сыпи. Доза его на прием — 2,94 грамма. Если 8,8 грамма его растолочь, смешать с водой и медом и выпить, то очистятся печень и желудок, поможет при колите и растворятся влаги, а также он вызовет половое влечение и поможет при слабости. Если выпить 8,8 грамма его с уксусом и медом, то это поможет при холодной форме головной боли, выведет излишки слизи из головы и очистит мозг. Но он вреден для почек. Заменителем его является мята или Melissa.

Применение. Напар из тимьяна пьют как чай при плохом пищеварении, вздутии в кишечнике, при почечных недомоганиях, а также как кровоочистительное, мочегонное и укрепляющее желудок средство. Доза: 10,0-15,0 г на 1 л кипятка.

Наружно траву тимьяна употребляют для

ароматических ванн при болезнях нарушенного обмена веществ, а особенно в детской практике.

Чай из тимьяна рекомендуется женщинам при болезненных менструациях. Кроме того, он помогает и при родах.

Спиртовая настойка травы тимьяна -20 г сырья на 1/4 л крепкого спирта - дает тимьянный спирт, действующий благотворно при вывихах, растяжениях, ушибах, повреждениях сухожилий и связок при перегрузках у спортсменов. Во всех подобных случаях он приносит заметное облегчение.

Ванна из чебреца. Измельченные растения чебреца заливают кипятком (50:1000), кипятят при закрытой крышке 5 минут, процеживают. Ванну (36—37°) принимают на ночь при суставном ревматизме, параличах, травматических поражениях с парезами и параличами, отеках, а также как гигиеническую ароматическую. Курс лечения — 14—18 ванн.

ФИАЛКА.

Описание. Семейство: фиалковые. Многолетнее травянистое растение с ползучим корневищем, из которого вырастают стелющиеся надземные и подземные побеги. Прикорневые листья, сидящие пучками, — короткоопушенные, при основании сердцевидные, почковидные или округло-яйцевидные. Цветы пахучие, сине-фиолетовые, на довольно длинных цветоножках. Цветет в апреле-мае. Растет чаще всего как одичалая по садам, паркам и лесам. Распространена в средней и южной полосах Европейской части России.

Сбор. Собирают отдельно весной и летом - все растение вместе с корнями и корневищами.

Хранение. Все растение сушат в тени и хранят в ящиках, выложенных внутри бумагой.

Химический состав. В корнях обнаружены сапонины, следы салициловой кислоты, алкалоид виолин. В цветках содержится эфирное масло.

Свойства. Лучше всего фиалка насыщенного цвета и с сильным запахом. Природа ее холодна и влажна во II степени. Обладает размягчающими свойствами. Если нюхать ее, то успокоится головная боль, возникшая от жары. Если смазать ею голову, то это увлажнит ее и нагонит сои. Фиалка помогает при кашле, возникшем от жары. Размягчает грудь и печень. Ее масло

помогает при уплотнении костей. Вызывает ослабление. Следует брать 14,7 грамма свежей и 5,88 грамма сухой фиалки. Но она вызывает ослабление. Ее вредное действие устраняет айва. Если хорошенько растолочь лепестки фиалки, отжать сок, смешать с сахаром и дать выпить детям при выпадении заднего прохода, то поможет. Заменителем ее являются кувшинка и солодка в ее же дозе.

ФИАЛКА ТРЕХЦВЕТНАЯ (другое название АНЮТИНЫ ГЛАЗКИ).

Описание. Семейство: фиалковые. Фиалка трехцветная — травянистое одно- или двулетнее растение высотой 5—45 см. Стебель простой или ветвистый, немного облиственный, покрытый короткими волосками (как и листья), лежащий, к верхушке восходящий или прямой. Нижние листья сердцевидно-яйцевидные, а верхние — ланцетные. По сторонам листа два крупных перистораздельных прилистника с крупной верхней долей. Цветы крупные, венчик значительно больше чашечки, два верхних лепестка обычно темно-фиолетовые или синие. Боковые лепестки наклонены к двум верхним лепесткам и прикрывают нижние их края; нижние и боковые лепестки при основании имеют волоски. Венчик не превышает чашечки, верхние лепестки белые, средний и нижний ярко-желтые. Растение сорное.

Сбор. Собирают все растение во время цветения, сушат на открытом воздухе в тени.

Хранят в коробках, выложенных внутри бумагой.

Свойства. Авиценна писал о свойствах фиалки: «Фиалка в виде лекарственной повязки с ячменным толокном успокаивает горячие опухоли. Так же действуют и ее листья. Фиалка, если ее нюхать или применять в виде мази, успокаивает головную боль кровяного происхождения. Фиалка в виде мази или питья полезна от горячего воспаления глаз. Фиалка полезна от горячего кашля и смягчает грудь, особенно же фиалковое варенье на сахаре. Фиалковый сироп полезен при плеврите и воспалении легких. Фиалка полезна от воспаления желудка. Фиалковый сироп помогает от болей в почках и гонит мочу, а сухая фиалка гонит желчь, фиалковый сироп, к тому же, нежно смягчает естество и помогает от выпадения прямой кишки».

Применение. Фиалка трехцветная — испытанное старинное домашнее средство от молочного струпа и экзем, которым так часто подвержены грудные дети.

ЧАЙ. Чай из фиалки (2 чайные ложки на стакан горячей воды, настаивать 10 минут) принимают не только внутрь, одновременно он в виде компрессов на голову или примочек на лицо помогает при затыжном и столь надоедливом воспалении сальных желез. Чай из анютиных глазок останавливает поносы и возбуждает деятельность почек и мочевого пузыря, усиливает выделение мочи и таким образом помогает при ревматических заболеваниях, подагре и ишиасе.

Траву трехцветной фиалки в виде чая считают в народе очень хорошим кровоочистительным средством при венерических болезнях.

При атеросклерозе пьют чай из фиалки трехцветной (15 г на стакан кипятка) 2-3 раза в день. Общее состояние улучшается уже через месяц после начала лечения.

НАПАР. Чаще всего употребляют напар фиалки (водный настой) 20,0 г на 1 стакан кипятка по полстакана или по 1 стакану трижды в день. Злоупотребление большими дозами вызывает раздражение кишечника.

Напар травы трехцветной фиалки принимают как кровоочистительное средство при разных кожных заболеваниях (экзема, чирьи, сыпи).

НАСТОЙ ТРАВЫ. 2 столовые ложки сухой травы заливают 500 мл кипятка, настаивают 1 час, плотно укутав, процеживают. Пьют по 1 столовой ложке три раза в день.

НАСТОЙ ТРАВЫ (для наружного применения). 100 г сухой травы заливают 1 литром кипятка, настаивают 2 часа, процеживают.

НАСТОЙКА ФИАЛКИ НА ВОДКЕ. 20 г на 100 мл. Настаивать 7 дней. Дают детям пить при диатезах и экземе по 20 капель три раза в день.

ОТВАР ТРАВЫ. 20 г сухой травы залить 200 мл кипятка, кипятить на водяной бане 15 минут, настаивать 45 минут, процедить, отжать, долить кипяченой водой до 200 мл, принимать по 1 столовой ложке три раза в день.

1 чайная ложка на стакан кипятка. Кипятить 10 минут, процедить. Обладает рвотными и слабительными свойствами.

Как отхаркивающее средство настои и от-

вары фиалки трехцветной пьют по 1 столовой ложке три раза в день.

При бронхиальной астме, почечно-каменной болезни и циститах препараты фиалки трехцветной дают больным в обычной дозировке.

СБОР. После тяжелых родов дают роженице чай из травы трехцветной фиалки, смешанной с травой череды, листьями грецкого ореха и земляники, каждого в равном количестве; для напара берут 50,0—60,0 г смеси на 1 л кипятка. Принимают 5—6 раз в день по полстакана. Утверждают, что такой чай очищает кровь и матку от послеродовых выделений.

При золотухе применяют так называемый «аверин чай», который пользуется большой популярностью и представляет собой смесь травы фиалки, листьев грецкого ореха и череды в равных долях. 1 столовая ложка смеси заваривается в стакане кипятка 1 час, процеживается. Пьют «аверин чай» по 1/2 стакана три-четыре раза в день. Применяют его также и как наружное средство.

ПОРОШОК. Как отхаркивающее средство можно давать сухой порошок травы по 1 г (детям — по 0,5 г) три раза в день.

ВАННЫ. Местные и общие ванны с настоем и отваром фиалки делают при кожных заболеваниях, пиодермиях, экземе, фурункулезе.

НАРУЖНО. При мастите лечебный эффект оказывает измельченная в кашицу трава фиалки. Прикладывается в виде компресса на 3-4 часа. Затем меняют на свежую.

Противопоказания. Длительное применение препаратов из фиалки и передозировка могут вызвать рвоту, понос и зудящую сыпь. Противопоказанием к применению фиалки трехцветной служат гепатиты и гломерулонефриты.

ХВОЩ ПОЛЕВОЙ.

Описание. Семейство: хвощевые. Многолетнее травянистое растение с черноватыми подземными (частично и надземными) членистыми корневищами, на которых часто имеются круглые клубеньки—как бы орешки (эти орешки съедобные, особенно в испеченном виде), мучнистые, напоминающие немного по вкусу картофель. Стебли двоякого вида: плодоносящие появляются ранней весной, неветвистые, высотой 10—20 см, красновато-белые, сочные, с большими влагалищами о 8—9 зубцах на каж-

дом членике стебля, на верхушке несут овально-цилиндрический спороносный колос; бесплодные стебли развиваются позже первых — ветвистые, высотой до 50 см, жесткие, бороздчатые, членистые и с влагалищами, имеющими 8—10 черных зубцов с белой каймой. Ветви их расположены кольцами в узлах стебля, иногда образуют вторичные более мелкие веточки. Ветви простые, прямостоящие (в отличие от других видов хвоща), бороздчатые с влагалищами с 4—5 зубцами.

Споры появляются в апреле-мае. Растет на паровых полях, на лугах, около канав (признак кислой почвы), на берегах рек, на песках. Распространен повсеместно.

Сбор. Собирают летние побеги в сухую погоду и быстро сушат на чердаках. Собранный влажным или разложенный толстым слоем быстро чернеет.

Хранение. Трава хранится в ящиках, выложенных внутри бумагой.

Свойства. Применяют зрелое растение. Природа его холодна и суха в 1 степени. Он помогает при слабости десен и укрепляет их, а также прекращает кровохарканье. Помогает при опухоли желудка и печени. Закрепляет естество, прекращает месячные у женщин. Если сделать припарку, то поможет при язвах кишечника и с легкостью высушит их. Доза его на прием — 5,88 грамма. Но он вреден для горла. Его вредное действие устраняет мята.

Если сварить его и отвар выпить, то он поможет при паховой грыже. Весьма полезен для почек и мочевого пузыря, а также для желудка, печени и легких. Очень помогает при слабости мышц. Если сделать припарку и приложить к яичкам, то рассосется опухоль. Вели же варить хвощ в воде до тех пор, пока останется половина воды, и выпить, то это поможет при слабости сердца. А если женщина каждое утро будет пить по большому кубку его отвара, то очень пополнеет, лицо ее станет чистым, и она похорошеет. Хвощ очищает мужские половые органы.

Применение. Хвощ очень популярное растение, употребляемое при болезнях почек и мочевого пузыря.

Препараты хвоща полевого обладают противоопухолевой активностью и рекомендуют применять их при онкологических заболеваниях.

ЧАЙ. Для чая собирают серовато-зеленоватые четырехгранные летние побеги, появляющиеся с июня на месте отмирающих спороносных побегов. Траву сушат в тени при температуре около 40° С. На 1/4 л воды берут 2 чайные ложки травы. Заваренный чай настаивают около получаса. Он усиливает отделение мочи и используется при болезнях почек, подагре и ревматизме.

СВЕЖИЙ СОК ХВОЩА ПОЛЕВОГО. Отжимать в июне-июле из свежих растений. Благодаря наличию кремневой кислоты является тонизирующим средством для укрепления тканей, мобилизует защитные силы организма. Принимать по одной столовой ложке сока и меда 3 раза в день до еды.

При маточных кровотечениях помогает свежий сок травы, принимаемый по 1 чайной ложке 4-5 раз в день.

НАПАР. Принимают напар или отвар хвоща в количестве 30,0 г сухого растения на 1 стакан воды, по 2-3 стакана в день. Считается, что употребление хвоща удаляет почечные камни, уменьшает боль в области пузыря, увеличивает выделение мочи, уменьшает отеки и опухоли, уменьшает количество белка в моче, очищает мочеточники от всяких шлаков. Этим самым хвощ улучшает общее состояние обмена веществ, потому что влияет на печень, селезенку и кишечник.

НАСТОЙ. Используют для лечения настоем полевого хвоща 2 столовые ложки измельченного полевого хвоща заливают 0,5 л кипятка в термосе, настаивают и пьют по 2 ст. ложки 5 раз в день, отвар (2 ст. ложки хвоща заливают 0,5 л воды, кипятят 30 мин, настаивают и пьют по 1/3 стакана 2-3 раза в день после еды). Этим же отваром можно обрабатывать раны и полоскать ротовую полость и горло при фарингите, ангине.

ОТВАР. Отвар и жидкий экстракт хвоща полевого применяется в качестве мочегонного средства при отеках, обусловленных недостаточностью кровообращения, а также при воспалительных заболеваниях мочевого пузыря и мочевыводящих путей, плевритах с большим количеством экссудата; кроме того, полевой хвощ используется как кровоостанавливающее средство при геморроидальных и маточных кровотечениях.

Хвощ полевой нормализует водно-солевой обмен в организме, способствует выведению холестерина и различных токсических веществ (свинец, ртуть).

4 столовые ложки заливают стаканом кипятка, кипятят на водяной бане 15 минут, настаивают 45 минут, процеживают, добавляют кипяченой воды до первоначального объема. Принимают по 1/2 стакана три раза в день.

Отвар из сухой травы хвоща полевого, если его ежедневно принимать по 2-3 стакана в день, хорошо очищает мочевые пути от шлаков, увеличивает мочеотделение, разрушает почечные камни.

Отвар травы хвоща усиливает работу сердца и очищает коронарные сосуды от излишков холестерина. Поэтому он полезен в пожилом возрасте. Пьют отвар по 1/2 стакана три раза в день.

Отвар травы хвоща полевого помогает при паховой грыже и при общей мышечной слабости. Пьют по 1/3 стакана три раза в день в течение 1 месяца.

НАРУЖНО. 4 столовые ложки на 2 стакана кипятка. Настаивают 2 часа. Процеживают.

Наружно настой из хвоща употребляют для примочек при болезнях кожи, на раны, чирьи и т. п.

При зловонном дыхании втягивают в ноздри и прополаскивают рот водным настоем из хвоща: 2 столовых ложки хвоща на 2 стакана воды парят целую ночь.

НАСТОЙ ДЛЯ СИДЯЧИХ ВАНН. 4 столовые ложки на 1 литр кипятка, настоять 1 час, процедить.

При потливости ног делают ножные ванночки из настоя или отвара хвоща полевого ежедневно за час до сна. Курс лечения - 10 -12 процедур.

Компресс, сделанный из отвара хвоща полевого, помогает при опухании яичек.

СБОР. Хвощ считается необходимым компонентом в смесях для лечения подагры и ревматизма, а также при болезнях, сопровождающихся отеками и застойными явлениями. В редких случаях приходилось встречать применение хвоща как кровоостанавливающего средства.

При заболеваниях мочевых путей следующий сбор: корень калгана 30 г, трава хвоща полевого - 40 г, лист подорожника - 40 г. 2 столо-

вые ложки смеси залить стаканом кипятка, кипятить на водяной бане 15 минут, настаивать 45 минут, процедить, отжать, добавить кипяченой воды до первоначального объема. Пить по 2/3 стакана три раза в день в теплом виде.

При болезненном выделении мочи пьют горячий чай из напара смеси травы хвоща и цветов ромашки поровну. Прием - 3 стакана в день.

При спазмах мочевого пузыря пьют глотками, но часто, горячий напар из цветов васильков и травы хвоща, смешанных поровну. В то же время делают массажи области пузыря, а потом кладут на низ живота подушечку, наполненную горячим распаренным хвощом.

При начавшемся кровоизлиянии в мозг рекомендуется следующий сбор: хвощ полевой, кора дуба, корень ежевики, пастушья сумка, листья малины. Всего взять поровну. Измельчить, размешать. 2 столовые ложки смеси залить 500 мл кипятка и варить до тех пор, пока не останется половина жидкости. Процедить. Остывший отвар пить глотками в течение всего времени, пока не кончится кровотечение или кровоизлияние.

ВИНО. Вино из хвоща полевого обладает кровоостанавливающими свойствами. 20 г сухой измельченной травы на 0,5 л белого вина. Настаивать 7 дней, процедить. Пить по 50-100 мл 3 раза в день при различных кровотечениях.

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. Молодые побеги хвоща полевого добавляют в салаты для снятия чувства весенней усталости и авитаминоза.

ПОРОШОК. Порошок из высушенной травы хвоща полевого принимаемый по 1 г три - четыре раза в день. Это помогает при дизентерии и кровавом поносе. Разбавленный в воде (50 г на литр), он помогает также при нерегулярных менструациях и кровохарканье.

При общей слабости и исхудании народная медицина рекомендует принимать препараты из хвоща полевого в течение месяца.

КОСМЕТИКА. Зарекомендовал себя полевой хвощ и в домашней косметике. Особенно благотворны компрессы из его настоев и отваров для укрепления волос, при воспалении жирной и пористой кожи.

Противопоказания. Применение противопоказано при остром воспалении почек, опасно даже при небольшом раздражении. Внутреннее применение требует точной дозировки.

ШАФРАН.

Свойства. Лучший вид — это шафран красного цвета. Природа его горяча во II и суха в I степени. Он обладает приятным запахом, растворяющими и переваривающими свойствами. Вызывает тяжесть в голове и нагоняет сон. Очищает глаз от бельма. Укрепляет и веселит сердце так, что от избытка радости человек может умереть, если примет 4,4 грамма. Он очень полезен для улучшения дыхания и делает обильным мочеиспускание, усиливает половое влечение и с легкостью выводит плод из утробы. Укрепляет печень и помогает при водянке, улучшает цвет лица, а также способствует тому, что действие лекарств доходит до самых отдаленных частей тела. Растворяет плотные опухоли. Доза его на прием — 0,18 грамма. Если смазать им заднепроходное отверстие, то усилится половое влечение.

Лекарственным средством являются пестики цветков. Применяется для регуляции менструального цикла.

Установлено, что шафран в виде спиртовой вытяжки успокоительно влияет на центральную нервную систему. У женщин, на матку, шафран оказывает возбуждающее действие, а в больших дозах вызывает ее сокращения, что раньше применялось для абортов. Это опасно, поскольку всего несколько граммов шафрана могут оказаться смертельной дозой для взрослого человека.

ШАЛФЕЙ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ.

Описание. Семейство губоцветные. Полукустарник высотой до 50 см с четырехгранными стеблями, супротивными продолговатыми, длинночерешковыми листьями. Цветки двугубые, синеволетовые, крупные, расположены мутовками в пазухах верхних редуцированных листьев в виде рыхлых колосовидных соцветий. Плоды — черно-бурые, мелкие орешки. Растение имеет довольно ароматный, приятный запах.

Химический состав. Листья и корни шалфея лекарственного содержат 2—2,5% эфирного масла, терпены, дубильные вещества, флавоноиды, урсоловую и олеаноловую кислоты, парадифенол, дитерпены. В составе масла обнаружены цинеол, туйон, туйол, пинен, сальвен, борнеол, камфара, цедрен и другие терпеноиды,

обуславливающие эффективность применения листьев шалфея.

Применение. Если сварить стебли этого растения вместе с листьями и дать отвар выпить женщине, то это сделает обильными месячные. А также он изгонит мертвый плод из утробы. Если выпить его сок или смазать голову, то вызовет почернение волос и рубцевание язв, вылечит сыпь.

СБОР. Отвар корней цикория обыкновенного, дягиля лекарственного, одуванчика лекарственного и листьев шалфея. Столовую ложку смеси из равных частей компонентов заливают 300 мл холодной воды, настаивают 2 часа, кипятят 10 минут, процеживают. Принимают в течение дня при гиперсекреторном гастрите.

Ванна из морковного сока и шалфея. Из свежих корнеплодов моркови выжимают сок и смешивают с настоем шалфея (30:500). Ванну (37° С) принимают в любое время дня при экземе, радикулите. Курс лечения — 12—14 ванн.

ЦИКОРИЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ

Описание. Семейство Сложноцветные. Многолетнее травянистое растение, достигающее высоты 30—120 см. Стебель прямостоячий, ребристый, в верхней части с растопыренными ветвями. Прикорневые листья выемчато-перисто-раздельные, нижние и средние стеблевые — ланцетные, острозубчатые, верхние стеблевые листья мелкие, цельнокрайние, ланцетные или линейные. Цветки голубые, редко белые, венчик раскрывается только до полудня. Соцветия — корзинки шириной до 4 см, сидят поодиночке или по 2—3 в пазухе верхних мелких листьев. Цветет все лето. Плод — семянка. Подземный орган — длинный, утолщенный, веретеновидный корень. Встречается часто. Растет по краям дорог, часто как сорное растение, возле канав, на пустырях, на межах, близ изгородей, на лугах, по берегам рек.

Сбор. Корни цикория заготавливают поздней осенью или ранней весной, выкапывая при увлажненной почве, лучше после дождя, промывают в воде, просушивают, измельчают и поджаренные употребляют для приправ, приготовления отваров, настоев или так называемого цикориевого кофе.

Химический состав. Корень цикория содержит от 20 до 40% инулина, горькое вещество

интибин (0,10—0,20%), фруктозу (4,5—9,5 %), до 5% пентозанов, холин.

Применение. На организм человека действует, улучшая обмен веществ, усиливает пищеварение.

Народная медицина пользуется целым растением цикория, употребляя его при болезнях желудочно-кишечного тракта, при циррозах печени, опухоли селезенки, но самое главное применение оно находит при болезнях печени и особенно желтухе.

Для приготовления напара или отвара берут около 40,0 г высушенного растения на литр воды.

Наружно отвар травы цикория употребляют при лечении экземы с целью удаления струпа и очищения пораженного экземой тела. Для этого намачивают в отваре цикория льняные тряпочки, обкладывают ими экземные места и делают это до тех пор, пока на поверхности не остается от струпа чистое красное место (без эпидермиса) и без явлений воспаления. В отвар цикория, пока он горяч, кладут лепестки розы и траву хвоща; когда он остынет, процеживают и сливают в бутылку.

Хранение. Порезанная трава цикория хранится в ящиках, обложенных внутри бумагой.

ЧЕРЕДА ТРЕХРАЗДЕЛЬНАЯ.

Описание. Семейство: — сложноцветные. Черда трехраздельная—однолетнее травянистое растение с прямым и сильно ветвистым стеблем высотой 15—100 см. Листья (и стебель) с редкими волосками, суженные в короткий крылатый черешок, большей частью трехраздельные с пильчатыми долями, из которых средняя крупнее. Корзинки буро-желтые, прямостоящие, по одной или по две на кончиках веток. Цветы желтые, трубчатые. Каждая корзинка окружена двурядной колокольчатой оберткой с удлиненными наружными листочками. Семянки малые (похожие немного по форме на сеянки подсолнечника) с двумя зазубренными остями, благодаря которым цепляются за одежду человека и шерсть животных. Цветет с июля до сентября. Растет у прудов, рек, при канавах, по окраинам болот, на илистых влажных почвах, в сырых огородах. Сорняк. Распространена повсеместно.

Сбор. Собирают в начале цветения все рас-

тение, срезая его в том месте, где начинаются ветки, или же отдельные ветки, на которых цветы только начали распускаться.

Применение. В народной медицине широко применяется при кожных болезнях, при рахите, золотухе, артритах, подагре; кроме того, как легкое потогонное и мочегонное средство.

Внутрь употребляют навар (а некоторые и отвар — 10 минут) 4 столовых ложек порезанной травы на 1 л кипятка. Напар настаивают целую ночь, а с утра начинают принимать по полстакана 3—4 раза в день.

Вот очень хороший кровоочистительный сбор, употребляемый при кожных заболеваниях, а также при золотухе и рахите: череды — 10,0 г, листьев грецкого ореха 5,0 г, травы трехцветной фиалки — 20,0 г, корня лопуха — 15,0 г, цветов глухой белой крапивы — 10,0 г, цветов тысячелистника — 10,0 г, листьев черной смородины — 10,0 г и листьев земляники — 15,0 г. Все смешивают, берут 20,0 г смеси, заливают 1 л протиевой воды и кипятят на слабом огне 10 минут. Пьют ежечасно по винной рюмке (30,0 г), а детям дают по 1 столовой ложке.

Эту же смесь с добавлением листьев толокнянки 30,0 г и березовых почек 15,0 г, таким же способом приготовленную и применяемую, употребляют при хронических болезнях почек.

Хранение. Череду хранят в ящиках, выложенных бумагой.

ЧИСТОТЕЛ БОЛЬШОЙ.

Описание. Многолетнее травянистое растение, содержащее млечный сок оранжевого цвета. Все растение покрыто редкими волосками или почти голое, с прямостоячими ветвистыми побегами длиной до 30—90 см. Стебель у чистотела прямой, ребристый. Листья крупные, очередные, перисторассеченные на эллиптические доли. Сверху листья ярко-зеленые, снизу сизоватые. Цветки золотисто-желтые, собраны на концах стеблей зонтиками, имеют цветоножки длиной 2—2,5 см. Плоды — стручковидная многосемянная коробочка, раскрывающаяся снизу вверх и имеющая длину до 6 см. Семена мелкие, блестящие, темно-коричневого цвета. Корневище у чистотела короткое, многоглавое, с немногочисленными корнями.

Распространен чистотел по всей России.

Сбор. Используют все растение (трава, сок,

корни). Собирают траву в начале и во время цветения, срезая на расстоянии 5...10 см от земли, и сушат. Сушку следует проводить быстро на открытом воздухе в тени или в хорошо проветриваемом помещении.

Химический состав. В чистотеле содержатся алкалоиды, близкие по строению к алкалоидам опия, в частности производные нефтенатридина (хелидонин, гомохелидонин, хелеритрин, сангвинарин, оксисангвинарин, хелерубин, хелилутин), производные протопина, а также алкалоиды группы диизохинолина (берберин, коптисин, спартеин). Кроме того, в чистотеле обнаружены каротин, аскорбиновая кислота, органические кислоты (хелидоновая, хелидоновая, яблочная, лимонная, янтарная), флавоноиды, сапонины, эфирные масла, фитонциды, смолистые вещества.

Свойства. Это тонкие корни желтого цвета. Природа его горяча и суха во II степени. Обладает очищающими и промывающими свойствами. Если ввести в глаз, то обострит зрение и выведет бельмо. Открывает закупорку печени. Делает обильным мочеиспускание. Очищает ногти от белых пятен, вылечивает проказу и растрескивание ногтя. Если выпить его отвар, то это поможет при болях в костях. Доза его на прием — 1,47 грамма. Еще одно важное свойство чистотела, сока его листьев — отрывающее. Если смазать его соком бородавки, то они сойдут; если применять в виде клизм (на 2 литра воды одна столовая ложка сока чистотела), то оторвет и выведет полипы из толстого кишечника.

Авиценна в книге «Канон врачебной науки» писал о свойствах чистотела: «Он сводит с ногтей белые пятна. Выжатый сок (чистотела) вытягивает из головы густую влагу и очищает мозг от излишков, а корень его помогает от зубной боли. Он сводит бельмо на глазу и обостряет зрение, если смазывать им глаза, а также очищает их от густой влаги. Особенно (полезен) его выжатый сок. Корень его полезен от (желтухи). Он полезен от резей в кишках и имеет свойство гнать (мочу). Его прикладывают с вином на герпес и это помогает. Корень его жуют, чтобы успокоить зубную боль. Если на углях выпарить до половины выжатый из него сок, он обостряет зрение. Если слепнет птенец ласточки, мать приносит ему это растение, и он

прозревает. Поэтому его называют «ласточкинским».

Применение. В его отваре по деревням купали детишек для снятия чесотки и золотухи. Он делал тело чистым - отсюда и его название. С помощью чистотела лечили кожный туберкулез, или волчанку, избавлялись от желтухи и желчных камней, за что у лекарей он слыл как желтушник. Его соком, набранным из корней, сводили веснушки и бородавки. Понятно, прозвище бородавник досталось растению как раз за это его наружное употребление. Прозорником чистотел называли из-за применения от болезни глаз. Нередко «желтомолочник» заменял йод. Травой чистотела парили молочные кринки и горшки, чтобы молоко не скисало, окуривали скот от падежа. Это обусловлено наличием в растении ряда биологически активных веществ, обладающих противомикробным, противоопухолевым, противовирусным, противовоспалительным и ранозаживляющим свойствами.

Особенно показан чистотел при предраковых состояниях, после операций по поводу злокачественных опухолей (задерживает рост метастазов).

Эффективен чистотел при холециститах, холангитах, подагре, ревматизме, геморрое, коклюше, бронхиальной астме.

НАСТОЙ. 1 столовая ложка цветущей травы на 200 мл кипятка. Настоять 1 час, пить по 1/3 стакана три раза в день. Пить при заболеваниях печени и желчевыводящих путей.

При лечении неврозов и вегетососудистой дистонии настой или отвар травы чистотела пьют по 1/2-1/3 стакана три раза в день.

При бронхиальной астме, коклюше пьют настой травы с цветками по 1/3 стакана три-четыре раза в день.

При полипах носоглотки полощут нос и горло настоем травы чистотела с травой ромашки (1:1). Столовую ложку смеси заливают стаканом кипятка, настаивают 2 часа, процеживают. Полоскание проводят 3-4 раза в день.

ОТВАР. 30 г травы заливают 0,5 л кипятка, кипятят 5 минут, настаивают 45 минут, процеживают. Пьют по 1/2 стакана три раза в день за 15 минут до еды.

Настой и отвар травы в обычной концентрации применяют при аменорее и сифилисе. Пьют

по 2 столовые ложки три раза в день до еды.

НАРУЖНО. В виде настоя трава чистотела иногда применяется в лечении зудящих дерматозов (экзема, дерматит и др.) в стадии острого воспалительного процесса и мокнутия. Чаще использовались ванночки с настоем чистотела из расчета 10 г на 100 мл кипятка с последующим охлаждением до 37 °С в течение 15...20 мин ежедневно. На 2...3-й день лечения ощущение зуда у больных заметно уменьшалось, устранялись явления гиперемии, отека, мокнутия, наступало заживление эрозийных поверхностей.

Как наружное средство чистотел хорошо действует при раке кожи, псориазе, красной волчанке, бородавках, мозолях. Принимают его с хорошими показателями при полипозе гортани и кишечника.

Для лечения прыщей соком чистотела умывают лицо 1-2 раза в день (повторить 2 раза с интервалом 3-5 минут). После первого сеанса число прыщей может даже увеличиться, но после 3-4 дней они обычно пропадают.

Ванна из корней чистотела. Измельченные корни чистотела заливают холодной водой, настаивают 2 часа, кипятят 20 минут, процеживают. Ванну (36—37°) принимают на ночь при гнойничковых и раневых поражениях кожи, экземе, фурункулезе. Курс лечения — 8—12 ванн.

НАСТОЙ (для наружного применения). 30 г сырья заливают 1 литром кипятка, настаивают 1 час, процеживают.

СОК. Чтобы приготовить сок чистотела, надо надземные свежие части растения пропустить через мясорубку (предварительно вымыть), процедить через несколько слоев марли и разлить по бутылкам. Бутылки тщательно закрываются и ставятся в темное место. Через день каждую бутылку надо открывать и выпускать из нее воздух. Когда воздух перестанет выходить из бутылки, плотно закрыть ее, залить парафином и в таком состоянии сок может храниться годами.

При раке кожи ежедневно три раза в день смазывают кожу чистым свежим соком травы.

При мастите соком чистотела смазывают зону воспаления 3-4 раза в день.

При наружном использовании сока надо помнить, что любое смазывание пораженного участка надо делать дважды (с промежутком в 1-2 минуты). Первая порция действует на по-

верхностные слои кожи и как бы готовит почву для второй порции, которая впитывается вглубь кожи и действует на глубокие ее слои).

Это же правило относится и к лечению полипов носа.

Сок чистотела иногда принимают по 1-2 мл с водой и медом как болеутоляющее, успокаивающее и слабительное средство.

При онкологических заболеваниях пьют сок чистотела по схеме: от 1 капли, ежедневно прибавляя по одной до 20 и затем, убавляя по 1 капле. Пить с молоком.

Существует методика лечения рака печени соком чистотела с водкой (1:1). Принимают по 1 чайной ложке три раза в день, запивая водой.

СПИРТОВАЯ НАСТОЙКА. По другой методике при онкозаболеваниях внутренних органов небольшое количество свежей травы и цветков чистотела заливают спиртом, так, чтобы спирт только покрывал сырье. Настаивают 7 дней, процеживают. Пьют по 20 капель настойки, ежедневно прибавляя по 1 капле до 50 1 раз в день. Разводить настойку водой. От 50 капель снова опуститься до 20 (ежедневно уменьшая дозу на 1 каплю и закончить курс лечения). При необходимости курс повторить через 15 дней.

Настойку травы чистотела рекомендуется принимать при фиброме и фибромиоме матки.

Спиртовой экстракт из чистотела - 1/3 сырья на 2/3 чистого спирта - служит средством от болезни печени и желчного пузыря. Он усиливает отток желчи и успокаивающе действует как на кишечник, так и на воспаленную печень. Рекомендуется также отвар из 3 частей чистотела и по 1 части розмарина, ясенника и коры крушины. Этот чай помогает не только при болезнях печени и желчного пузыря, но используется также для стимуляции сердечной деятельности, снижения уровня сахара в крови и повышения кровяного давления. Чай из одного чистотела нужно пить в очень небольших количествах.

ОТВАР КОРНЕЙ ЧИСТОТЕЛА

1 столовая ложка измельченных корней на 0,5 литра воды. Кипятить 5 минут, настаивать 1 час, процедить, пьют при дизентерии по 1-2 столовых ложки три раза в день.

МАЗЬ. При лечении псориаза, экземы, мозолей, папиллом, бородавок, волчанки готовят мазь из порошка травы чистотела с вазелином или несоленым сливочным маслом (из расчета

1:1) и смазывают пораженные участки 2-3 раза в день.

Эту же мазь и сок чистотела применяют при лечении онкологических заболеваний кожи.

Для лечения долго не заживающих язв, в том числе и злокачественных, предлагается использовать мазь: трава чистотела - 2 части, трава росянки (мухоловки) - 1 часть, зацветающие верхушки зверобоя - 2 части, цветки календулы - 1 часть. Все тщательно смешивают, растирают, добавляют подсолнечное масло. Смазывают пораженные места этой мазью.

ВАННЫ. При псориазе делают горячие ванны из травы чистотела. Одновременно с ваннами (на 12 литров кипятка берется 300 г сухой или 500 г свежей травы, настаивают 1 час, процеживают) принимают настой чистотела.

КЛИЗМЫ. Методика лечения полипоза толстого кишечника клизмами из травы чистотела: берут 30-60 г травы чистотела в период цветения и заливают ее холодной водой в соотношении 1:10. Настаивают 8 часов и вводят в течение часа в виде лечебной клизмы (предварительно делают очистительную клизму). На курс лечения - 10-12 процедур. Через 1 месяц курс повторяют. После 3-5 курсов лечения люди обычно избавлялись от полипов.

КАК ИНСЕКТИЦИДНОЕ СРЕДСТВО (против вредителей растений). Настой готовят следующим образом: 1 кг сухой травы заливают 10-12 литрами кипятка и настаивают 2 суток. Средство защищает растения от тлей, щитовок, медяниц и других вредителей. Порошком травы чистотела опыляют овощные культуры для уничтожения блошек.

Противопоказания. Помните, что все части растения, особенно корни, ядовиты. Внутреннее применение требует очень большой осторожности и точной дозировки. Трава и млечный сок чистотела оказывают угнетающее действие на центральную нервную систему. Основными признаками отравления чистотелом являются тошнота, рвота, понос и паралич дыхательного центра. При обращении с этим растением следует соблюдать осторожность и осмотрительность.

ЯТРЫШНИК.

Описание. Семейство - ятрышниковые (орхидные). Многолетнее травянистое небольшое

растение с несколькими продолговато-эллиптическими дугонервными листьями, охватывающими единичную цветочную стрелку. Цветки с пурпурными пятнами, собраны в соцветие колос. Околоцветник лепестковидный, из шести лепестков, нижний отличается величиной и окраской, образуя широкую губу, снабженную горизонтальным или слегка восходящим шпорцем. Цветет в июне — июле. Подземный орган состоит из двух клубнекорней: старого, дряблого, и молодого, сочного, яйцевидно-овальной формы. Растет по лесным полянам, среди курстарников, встречается редко.

Сбор. Собирают молодые клубни ятрышников в конце лета. Их моют, нанизывают сырыми на нитку и выдерживают 3-4 минуты в кипятке, после чего вынимают и подвешивают в сухом месте (на чердаке). Хорошо высушенные и хранимые клубни имеют желтоватый или серовато-желтый цвет, стекловидные.

Хранение. Клубни хорошо хранят в жестяных коробках.

Химический состав. Основной составной частью корней ятрышника является высокомолекулярный полисахарид маннан, который способен гидролизоваться до маннозы (до 50%), кроме того, в них содержатся белковые вещества (5—! 5%), крахмал (15--31%), декстрин (13%), сахароза, горькие вещества, эфирное масло, нентозамин, метилпентозаны

Свойства. У него есть два корня: один полный, другой неполный. Цветок его пурпурный. Лучшим является, полный, пахнущий семенем. Природа его горяча и влажна во II степени. Его употребление увеличивает половую силу особенно если человек ежедневно ест по 8,8 грамма его корня (можно с молоком). А если положить ятрышник в оливковое масло и съесть, то укрепится половой член. Вызывает половое влечение. А если съесть сухой корень, то уничтожится половое влечение. Если полную дольку его корня съест мужчина, а потом будет иметь соитие, то от него родится мальчик, а если женщина съест неполную дольку, то родит девочку. Он полезен для улучшения слуха, рассасывает слизистые опухоли и открывает свищевые раны. Помогает при застарелых раковых язвах. Доза его на прием — 17 граммов. Но он вреден для желудка. Заменителем являются семена крапивы или люцерны.

Авиценна писал о свойствах ятрышника: «Полезен от болей в суставах и подагре. Увеличивает похоть. Полезен от ядов.

Говорят, что если выпить (ятрышник) в черном вине, это помогает от паралича, отклоняющего назад голову и шею. Он рассасывает слизистые опухоли.

Он очищает язвы, препятствует распространению герпеса, открывает почечуйные шишки и заживляет злокачественные и разъеденные язвы.

Если мужчина съест более крупный вид (ятрышника), то он станет порождать мальчиков, а если меньший вид съест женщина, она будет рожать девочек».

Применение. Клубни ятрышника обладают высокопитательными свойствами. Они богаты слизью.

Слизь ятрышника обладает обволакивающим, тонизирующим, противовоспалительным, противосудорожным и кровеотверным действием. Она применяется при желудочно-кишечных заболеваниях, особенно при поносах у детей, циститах, кашле, бронхитах, зубной боли. Она приносит пользу как общеукрепляющее и тонизирующее средство при нервном истощении, половом бессилии, слабости после тяжелых изнурительных болезней и слабости в старческом возрасте.

САЛЕП. Слизь ятрышника (другое ее название салепа) готовится непосредственно перед употреблением.

5 г мелко измельченных клубней замачивают в 50 мл холодной воды, затем постепенно добавляют кипятка, постоянно помешивая в течение 10-15 минут, пока не получится однородная масса. Принимают по 2 столовые ложки три раза в день до еды. Хранить полученную массу можно не более двух дней в холодильнике.

При дистрофии слизистой оболочки желудка после истощающих заболеваний, при отравлениях принимают по 1/4 (массы салепа) стакана 3 раза в день.

Если к полученной массе салепа добавить виноградного вина (1:4), то полученную смесь можно принимать как тонизирующее и общеукрепляющее средство.

В ПИТАНИИ. На Востоке люди употребляли клубни ятрышника при крайней слабости для восстановления потерянного здоровья. Для

питания взрослого человека, при отсутствии иных видов пищи, достаточно на сутки 40,0 г клубней, истолченных в порошок и приготовленных в виде эмульсий на воде (а еще лучше на молоке). При далеких переходах татарские воины запасались клубнями ятрышника на случай недостатка пищи.

В клубнях ятрышника, сравнительно малых по объему, накапливается мощный концентрат питательных веществ. Принимаемые в соответствующем количестве, клубни восстанавливают силы истощенного и больного человека. Это необходимое средство для поддержания сил и у дряхлых стариков, у туберкулезников, у людей, которые перенесли тяжелые и продолжительные кровотечения (в том числе геморрой), потеряли силу и здоровье после тяжелых переживаний.

ОТВАР. Принимают внутрь отвар из 3,0-10,0 г клубней ятрышника на 180,0 г воды при поносах, катаре толстых кишок и при катаре мочевого пузыря. Отвар готовят следующим образом: нужную дозу порошка взбалтывают в 10 частях холодной переваренной воды, затем добавляют 90 частей кипящей воды и снова взбалтывают, пока не получится густоватая, однообразная, бесцветная и немного прозрачная слизь. Вместо воды можно брать молоко, что способствует повышению питания.

Отвар клубней или порошка ятрышника (10 г на стакан воды или молока) принимают при воспалительных заболеваниях кишечника и мочевого пузыря.

При зубной боли в дупло больного зуба вкладывают ватку, смоченную отваром порошка ятрышника, и боль уменьшается.

КЛИЗМЫ. Водную ятрышниковую эмульсию с успехом употребляют в клизмах при поносах, в том числе и дизентерийных: к ятрышниковой эмульсии добавляют еще при этом отвар из льняного семени (1 чайную ложку семян льна на 1 стакан кипятка).

СПИРТОВАЯ НАСТОЙКА. При летних детских поносах применим следующий рецепт: 120,0 г салепа (ятрышникового порошка) и спирта 96° всего только около 0,5 г - каждые два часа по чайной ложечке.

ПОРОШОК. Отвар порошка из клубней ятрышника восстанавливает потенцию.

10 г порошка в течение 15 минут взбалтыва-

ют в стакане кипятка или кипящего молока до получения однородной массы. В жидкость добавляют 1/4 стакана хорошего вина. Пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день.

Отвар порошка ятрышника в воде или молоке (1:10) принимают как противозачаточное средство по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Отзывы и пожелания, а также заявки направляйте по адресу: 346300 Ростовская обл. г. Каменск-Шахтинск, а/я 75 Генеше.

24. 11. 1998 г.

