

Рим Билалович Ахмедов
Растения — твои друзья и недруги



«Растения — твои друзья и недруги»: Китап; Уфа; 2006
ISBN 5-295-03886-6

Аннотация

В этом издании впервые в отечественной литературе по фитотерапии даются сведения о противопоказаниях лекарственных растений. Рим Ахмедов, автор широко известной книги «Одолень-трава», рассматривает более трёхсот растений с их побочными проявлениями, что позволит читателям грамотно, без вредных последствий для здоровья, использовать растительные средства при лечении различных заболеваний.

Рим Ахмедов
Растения — твои друзья и недруги

*Посвящаю дочери Лилии Римовне — талантливой
продолжательнице моего дела в области траволечения*

Растения — твои друзья и недруги

Лечение натуральными растительными средствами в наши дни успешно конкурирует с официальным медикаментозным лечением. Книжный рынок заполнили всевозможные лечебники и справочники по фитотерапии. Аптеки предлагают приобрести не один десяток видов популярных трав и корней, лечебных чаев и травяных сборов, а у стихийно расплодившихся целителей их перечень и вовсе неиссякаем, вплоть до самых редкостных и экзотических растений.

Не секрет, иногда сами врачи, не видя пользы от своих стереотипных медицинских

назначений, или же в дополнение к проводимому лечению, советуют: а вы попейте такие-то травы. Насколько компетентными бывают подобные советы, можно судить хотя бы по такому примеру. Человеку, заболевшему гломерулонефритом, врач порекомендовал попить мочегонные травы и воспользоваться самым, казалось бы, безобидным средством — толокнянкой. Её даже детям дают при воспалении почек и мочевого пузыря. Начал больной пить отвар толокнянки, и закончилось это ещё более сильным обострением болезни. Откуда было знать врачу, что толокнянка, действительно обладающая сильным бактерицидным, противовоспалительным и мочегонным действием, противопоказана именно при гломерулонефрите? Это ведь в лекарственных препаратах, выпускаемых фармакологической промышленностью, имеются вкладыши с перечнем побочных проявлений и противопоказаний, а на продаваемые травы это правило пока не распространяется.

Лекарственные растения не терпят в отношении к себе панибратского, легкомысленного обращения. Выручил я однажды одного товарища из беды: ему неминуемо грозила операция, а я простыми народными средствами избавил его от камней в жёлчном пузыре. Травяные отвары безболезненно и бесследно растворили их, эти опасные камешки, словно кусочки рафинада в чае.

Некоторое время спустя он прибегает ко мне в расстроенных чувствах: «Эх, чего я натворил! Хотел вылечить от желчных камешков старшего брата. Теми же травами, что ты мне давал. Начал он пить отвары, а от них разыгрался сильный панкреатит. В больницу угодил».

Я вынужден был отчитать его за самодеятельность: почему со мной не посоветовался? Ведь нельзя одним и тем же лекарством лечить всех людей подряд! В случае с ним я подбирал травы, а главное их пропорции, сугубо для него, учитывая результаты обследований, анализы, сопутствующие заболевания. А его брату, принимая во внимание неполадки с поджелудочной железой, я бы переиначил травяной комплекс. Тогда и лечение пошло бы на пользу.

«Вот те на, — озадаченно произнёс он. — Выходит, одни и те же травы кому-то могут быть хорошим другом, а для кого-то стать врагом?» Да, он был недалёк от истины. Пришлось побеседовать с ним об опасности непродуманного самолечения даже, казалось бы, самыми безобидными травами.

Здесь уместно вспомнить слова замечательного армянского врача-естествоиспытателя Амирдовлата Амасиаци, произнесённые более пятисот лет назад: «...Все, порождённое в мире Творцом-богом, делится на три рода веществ: либо пища, либо лекарство, которое может быть полезно для тела, либо яд, который причиняет ему вред, меняет природу человеческого тела и убивает его».

Амирдовлат не указывает на то, что тут не может быть категорического разделения границ, оно и так понятно, что без умения определить истинную природу вещества и пища, неправильно выбираемая, способна нанести существенный вред человеческому телу, и лекарства, принимаемые по невежеству наобум, могут превратиться в убивающий яд, в то время как сам яд в разумных дозах иногда приносит неоценимую пользу, становясь надёжным лекарством, спасающим от смертельной болезни.

Разговор этот я затеял, имея в виду прежде всего окружающий растительный мир, которому посвящена книга. По моему глубочайшему убеждению, нет в природе нелекарственных растений — есть только наше незнание их целебных свойств. Это касается прежде всего той части флоры, которая остаётся за пределами внимания фармакологов и народной медицины.

Мало того, очень часто мы не умеем правильно использовать общеизвестные травяные лекарства, имеющиеся едва ли не в каждом доме. Чуть ли не панацеей от всех болезней считаются лук и чеснок, в лечебных целях используют морковь, томаты, свёклу, смородину, клюкву, яблоки и прочие овощи, фрукты, ягоды. То же самое можно сказать о душице, зверобое, ромашке, шиповнике, боярышнике и других наиболее популярных лекарственных растениях. Редко кто задумывается над тем: а подойдут ли они лично ему?

Из многолетнего общения с лечебными травами я вынес ещё одно убеждение: в природе нет ни одного растения, которое не имело бы каких-либо противопоказаний или побочных проявлений. Если даже они пока не выявлены, это не означает, что их вовсе не существует. В той или иной степени они имеются у любых видов лекарств. Последствия иногда дают знать о себе не сразу, а по прошествии длительного времени, когда организму уже исподволь нанесён ущерб.

Вот почему я давно задался целью обобщить существующие в фитотерапии сведения не столько о показаниях, сколько о противопоказаниях применяемых в медицине дикорастущих и культивируемых лекарственных растений, стараясь не упустить из виду даже малоизвестные травы. Сведения эти я собирал по крупицам, опираясь и на собственный опыт, и на выводы авторитетных фитотерапевтов. Не претендуя на абсолютную полноту, они, надеюсь, будут постепенно обогащаться новыми наблюдениями. Если мне пока удалось охватить чуть более трёхсот растений, то их список со временем тоже расширится. Неоценимую помощь своими советами могут оказать практикующие целители и сами больные, проходившие лечение растительными средствами.

Следует отметить, что указанные противопоказания касаются растений, применяемых самостоятельно, в отдельности друг от друга. Но и при составлении многокомпонентных травяных сборов необходимо отнестись к ним взвешенно, избегая возможного усиления однотипных побочных проявлений. Вдумайтесь в это и сделайте для себя соответствующие выводы, прежде чем приступить к лечению своих недугов.

1. АБРИКОС ОБЫКНОВЕННЫЙ

Для меня, как и для прочих жителей средней полосы и северных районов России, это прежде всего лакомство, употребляемое в свежем виде непродолжительно и в небольшом количестве. Чаше приходится иметь дело с курагой — высушенными абрикосами. Исследованиями установлено, что 100 г кураги оказывают на процесс кроветворения такое же влияние, как 40 мг препаратов железа или 250 г свежей говяжьей печени. Даже один этот факт свидетельствует о ценном лечебном действии абрикосов на кроветворные органы человека.

Курага богата солями калия, сахарозой, лимонной, никотиновой, салициловой и другими органическими кислотами, содержит в себе витамины С, ВВ, Р, а также микроэлементы — железо, медь, марганец, кобальт. По содержанию каротина абрикос не уступает яичному желтку.

Авиценна считал абрикос самым нежным, полезным и абсолютно «женским» фруктом. В самом деле, многими столетиями проверено, что он улучшает рост волос, делает нежной увядающую кожу, а главное — продлевает жизнь, повышает устойчивость к возникновению злокачественных опухолей.

В лечебной практике оправдывают себя следующие рецепты.

ЗАБОЛЕВАНИЯ СЕРДЦА. Залить стаканом кипятка 50 г кураги, настоять 3-4 часа, процедить. Принимать по половине стакана настоя в день.

Или: измельчить 1 чайную ложку семян, залить 1 стаканом кипятка и размешать до состояния эмульсии. Выпить за день в два-три приёма. Это отличное средство для ослабленного сердца.

УХУДШЕНИЕ ЗРЕНИЯ. Ежедневно принимать по 1/4 стакана свежего сока 3 раза в день на протяжении 1-2 месяцев (пока длится сезон).

АТЕРОСКЛЕРОЗ. Пропустить через мясорубку 100 г кураги. Принимать по 1 столовой ложке массы 2-3 раза в день. Через месяц сделать перерыв на пару недель и курс повторить при необходимости несколько раз.

Добавлю, что абрикосовый сок полезен при болезнях почек и мочевого пузыря, анемии, расстройствах нервной системы, икроножных судорогах, пониженной и нулевой кислотности желудочного сока, заболеваниях кишечника, сопровождающихся гнилостными

процессами.

* * *

Однако не все могут принимать эти вкусные и нежные плоды безнаказанно.

Абрикосы, в особенности курага, противопоказаны при сахарном диабете (в кураге до 84% Сахаров).

Свежие плоды вредны при остром гастрите с высокой кислотностью желудочного сока. Могут они изрядно навредить и тем, кто страдает язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки.

Желательно отказаться от лечения абрикосами при некоторых заболеваниях печени, панкреатите.

Следует помнить, что содержащийся в абрикосах провитамин А (каротин) не усваивается при пониженной функции щитовидной железы. В таких случаях больным целесообразно назначать медикаментозный чистый витамин А.

Нельзя есть абрикосы на голодный желудок, тем более натощак, а также после шашлыков, плова или другой трудноперевариваемой пищи. Не вздумайте сразу после абрикосов выпить холодную воду — откроется понос.

Любителям орешков из семян не следует забывать о том, что среди нескольких тысяч сортов абрикосов, особенно дикорастущих, есть такие, семена которых могут содержать сильнейший яд — синильную кислоту. Разовая доза свыше 20 г может вызвать отравление.

2. АВРАН ЛЕКАРСТВЕННЫЙ



У одного больного цирроз печени сопровождался упорным асцитом — водянкой живота. Дважды откачивали по 8-10 литров жидкости. Бессильными оказались как медикаментозные препараты, так и травяные мочегонные отвары. Выручил авран. К нему за помощью обращаются лишь опытные травники, высоко ценя его за сильное слабительное и мочегонное действие, подчас незаменимое при брюшной водянке, а также сильных отёках, вызванных сердечной недостаточностью, иногда и при экссудативном плеврите при раке

лёгких. Авран применяют и при пороке сердца, желтухе, психических, кожных и некоторых других заболеваниях.

К счастью, растение не относится к общеизвестным, мало кто знаком с ним, ни в одной аптеке его не купишь и не у всякого травника найдёшь, иначе бы не избежать при частом обращении с ним больших неприятностей, так как авран очень ядовит. Сведения о нём можно найти только в очень редких справочниках.

Между тем авран распространён во всей европейской части России, исключая самые северные районы, а также на Украине, в Беларуси, на Кавказе, в Западной Сибири, Казахстане. Его одиночные белые цветки можно увидеть по сырым местам, на заливных лугах, по берегам рек, болотам. Встречается нечасто. Во всяком случае мне не удавалось собрать его в желаемом количестве.

Профессор С. А. Томилин в 1949 году установил, что авран действует на сердце аналогично наперстянке и обладает сильным слабительным действием, и считал его ценным средством при заболеваниях сердца с сердечной недостаточностью и наличием асцита. В отличие от наперстянки, ценность аврана заключается в том, что он не кумулирует, то есть не накапливается в организме. Несмотря на малую доступность аврана, приведу в пример наиболее эффективные способы его применения.

СЕРДЕЧНАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ. Неполную чайную ложку травы залить 150 мл кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать по 50 мл настоя 3 раза в день. Так как авран раздражающе действует на желудок и кишечник, в этот настой желательно добавить 2-3 столовые ложки слизи крахмала.

ПОРОК СЕРДЦА, особенно осложнившийся отёками и асцитом. 3-4 чайные ложки травы залить стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1-2 столовые ложки 2-3 раза в день или через день — установить индивидуально, так как у большинства больных после приёма настоя возникают водянистые испражнения, и асцит исчезает почти на полгода.

ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ КОЖИ (экзема, зуд, почесуха, дерматиты, застарелые раны и язвы). Высушить растение, истолочь в порошок и принимать по 0,2 г 3 раза в день, запивая водой. Если нет возможности взвесить, пользуются народной мерой — «на кончике ножа».

ТРОФИЧЕСКАЯ ЯЗВА. Свежее растение измять, приложить к язве и прибинтовать. Повязку с травой менять 3-4 раза в день. Одновременно принимать по 0,2 г порошка травы 3 раза в день. За одно лето можно избавиться от этой, казалось бы, неизлечимой язвы.

* * *

Из-за сильной ядовитости авраном надо пользоваться с осторожностью, строго дозируя, желательно под контролем врача. При отравлении возникает понос с кровью и коликами, передозировка вызывает судороги, коллапс.

Авран противопоказан при энтероколитах и колитах с жидким стулом, эрозивном гастрите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при синдроме раздражённого кишечника.

Для тех, кто за рулём: даже незначительная передозировка или длительность лечения могут вызвать у человека невосприимчивость к зелёной части спектра.

3. АГАВА АМЕРИКАНСКАЯ

Это комнатное растение часто путают с алоэ или считают его разновидностью, хотя относятся они к совершенно разным семействам (агава — из семейства амариллисовых, а алоэ — из семейства лилейных). И родина у них разная: агавы — из Южной Америки, а алоэ — из Южной Африки.

У агавы, в отличие от алоэ, нет древовидного стебля. Сочные, зелёно-пёстрые листья

поднимаются прямо от корневой системы, да и колючки у неё совсем иные. Однако в народе никакой разницы между этими растениями не замечают, зачастую используя в одних и тех же лечебных целях, потому что химические и фармакологические свойства у них почти одинаковые.

Агава более всего известна тем, что в Мексике из её сока делают прославленную национальную водку — текилу. А вот алоэ для этих целей не годится. Как, впрочем, имеются и некоторые рецептурные различия при целом ряде болезней.

СПОНДИЛЁЗ (отложение солей в межпозвонковой области шеи). Один средней величины лист (а точнее: 50 г) измельчить в кашу, залить 200 мл водки, настоять в тёмном месте 8-10 дней, ежедневно потряхивая. После процеживания принимать по 10-15 капель 3 раза в день перед едой. Ещё больший эффект одновременно с этим лечением даст ежедневное натирание шейных позвонков настойкой ягод красной бузины или корней сабельника.

АСЦИТ. 1 чайную ложку сока, выжатого из листа, развести в 0,5 л кипячёной воды. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день. Возраст агавы должен быть не менее трёх лет.

ЖЕЛТУХА, БОЛЕЗНИ ПЕЧЕНИ. Высушить на воздухе листья агавы, растереть в порошок и принимать по 0,2— 0,5 г 3 раза в день, запивая обычной кипячёной водой, однако действие можно усилить настоем травы репешка или плодов шиповника,

ИШИАС (воспаление седалищного нерва). Крупный лист разрезать вдоль и приложить к больному месту. У некоторых при повышенной чувствительности кожи ощущается сильный жар, даже значительная боль, но бояться этого не надо, никаких осложнений это не вызовет. Уменьшить раздражение кожи можно помазав болезненное место свежим творогом. Это лечение ишиаса считается одним из самых лучших и надёжных.

* * *

Противопоказания у агавы примерно такие же, как у алоэ. Но имеется у неё ещё одна особенность. Агава противопоказана тем, кто планирует иметь детей. Дело в том, что в растении содержатся вещества анордрин и динордрин, подавляющие детородность (зато они могут послужить эффективным противозачаточным средством).

4. АДОНИС — ГОРИЦВЕТ ВЕСЕННИЙ



Башкиры называют его жёлтым подснежником — его крупные цветы горят жарким золотом на полуголых чёрных пригорках сразу после схода снега.

Врачи называют его сердечной травой — используют, в основном, при различных заболеваниях сердца: при сравнительно лёгких формах хронической недостаточности кровообращения, неврозах сердца, вегетососудистой дистонии, инфекционных заболеваниях, протекающих с симптомами ослабления сердечной деятельности.

Рецептов для лечения сердца множество, но почти все они сводятся к одному: для настоя брать не больше 5-6 г на 200 мл кипятка и принимать по 1, редко по 2 столовые ложки 3 раза в день.

Но имеются у адониса оригинальные, практически неизвестные способности. К примеру, адонис эффективен при судорогах наркоманов, вызванных кокаином. Предварительное введение настоя или настойки адониса предотвращает смертельные исходы. Эти препараты предупреждают также наступление камфорных судорог, а также судорог, вызванных пикротоксином. Судороги могут быть вызваны всякими причинами и, думается, никому не помешает один простой рецепт.

СУДОРОГИ. Надо взять 1 столовую ложку свежесушенной травы адониса, залить 1,5 стаканами крутого кипятка, закрыть крышкой и настоять в тёмном месте 2 часа. Процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день. Настой ежедневно готовить свежий, так как он быстро теряет силу и закисает.

УДУШЬЕ (при сильном кашле). 1 чайную ложку травы залить половиной стакана кипятка, настоять 1-2 часа, процедить и принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день, пока не почувствуете себя лучше.

МИОЗИТ. Взять 7 г сухой травы, залить 1 стаканом кипятка, настоять 1 час. Пить по 1 столовой ложке 3 раза в день при болях в мышцах (и в суставах тоже).

* * *

Как видите, дозировка везде даётся небольшая, так как лекарство очень сильное. Это не означает, что болезнь должна пройти сразу. Лечение травами вообще требует времени и настойчивости.

Противопоказания к адонису — гипертония.

Препараты из адониса вызывают выкидыши, поэтому они противопоказаны при беременности.

При лечении адонисом надо помнить, что он противопоказан при повышенной свёртываемости крови.

Адонис нельзя применять при атриовентрикулярной блокаде сердца.

Нельзя назначать адонис при брадикардии, когда пульс ниже шестидесяти ударов в минуту.

5. АИР БОЛОТНЫЙ

О целебных свойствах аира знали ещё задолго до нашей эры. Корни аира пользуются большой популярностью не только при желудочно-кишечных заболеваниях, но и в качестве тонизирующего средства при ревматизме и угнетённом состоянии нервной системы, для улучшения зрения и слуха, при нарушении менструального цикла и поражении трихомонадами, как бактерицидное средство во время эпидемий гриппа, тифа, холеры, как отхаркивающее средство при бронхитах и бронхиальной астме, при холециститах и камнях в почках. Используют аир даже при хронических заболеваниях спинного мозга с потерей чувствительности, при сердцебиениях.

Аир стараются включать во многие травяные сборы, где без него трудно обойтись. Вот один из таких удачных, проверенных жизнью сборов.

ПАНКРЕАТИТ. Взять по 50 г корней аира и одуванчика, по 25 г корней крапивы, травы чабреца, листьев мяты перечной и шишек хмеля. Все смолоть в кофемолке 2-3 раза — до состояния однородного порошка. Смешать 5 столовых ложек порошка с 200 г мёда, повидла или варенья. Принимать по 1-2 чайные ложки 1-2 раза в день в течение длительного времени. Хранить в холодильнике.

МИОМА. 1 столовую ложку порошка сухого корня аира (или 2 столовые ложки свежего корня) смешать с 50 мл сока алоэ и 50 г мёда. Настоять 3 дня. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день до еды. Это одно из довольно-таки эффективных средств лечения миомы, особенно если сочетать в комплексе с дополнительным лечением: приёмом настойки боровой матки или марьиного корня и специальными спринцеваниями, либо тампонами с травяным маслом (об этом будет говориться в рассказах о других растениях).

ЗРЕНИЕ. 1 чайную ложку корней залить 300 мл виноградного вина, настоять 2-3 недели и принимать по 10-30 капель на ложке воды (дозировка индивидуальная).

ТОНЗИЛЛИТ (хронический). 2 столовые ложки корней залить 1 стаканом кипятка, закрыть крышкой и поставить в кипящую водяную баню. Парить 20-30 минут, процедить. Полоскать горло как можно чаще.

ДИСКИНЕЗИЯ ЖЕЛЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ. 1 столовую ложку измельчённых корней залить 1 стаканом кипятка, закрыть крышкой и настоять 20 минут. Принимать по 2 столовые ложки 3-4 раза в день за полчаса до еды.

ДЕПРЕССИЯ. 100 г корня залить 1 л красного десертного вина, настоять 15 дней. Пить по одной трети стакана до еды.

* * *

Аир имеет противопоказания при высокой кислотности желудочного сока. В случае крайней необходимости можно вводить его в тщательно сбалансированные сборы, куда в состав входят травы, погашающие повышенную секрецию соляной кислоты.

В старинных источниках указывается, что нельзя пользоваться аиром при остром воспалении почек.

Настой аира нежелателен при острой фазе язвенной болезни желудка.

Известно, что порошок аира, взятый «на кончике ножа», подавляет самую упорную изжогу. Некоторые люди ленятся мельчить корень и жуют его, а это может вызвать сильную

рвоту.

Необходимо знать и о том, что экстракт аира снижает давление — это памятка для гипотоников.

6. АИСТНИК ЦИКУТОВЫЙ

В погоне за «модными» растениями в наше время об аистнике почти забыли, хотя по своему действию он способен дать фору многим из них. Во всяком случае при сборе трав я мимо него не пройду. У аистника довольно приличный химический состав: дубильные вещества, флавоноиды, горечи, смолы, ацетилхолин, каротин, сахара, органические кислоты, витамины С, К. Если это кому-то мало о чём говорит, то скажу хотя бы о флавоноидах. Разновидностей у них много и говорить о них можно долго: как они помогают лечению бронхов, способствуют удалению радиоактивных веществ из организма, укрепляют стенки капилляров, понижают артериальное давление, обладают противовоспалительным, бактерицидным, ранозаживляющим, противоопухолевым действием. Достаточно ещё сказать, что флавоноиды — главная составная часть прополиса.

В народной медицине водный настой травы аистника применяли при простудных заболеваниях, воспалении лёгких, плеврите, грудной жабе, женских болезнях воспалительного характера, геморрое, метеоризме.

Я включал аистник при лечении рака лёгких с экссудативным плевритом в сложный лечебный комплекс, не отдельно. Использовал при эписиндромах.

ЭПИЛЕПСИЯ. 1 полную чайную ложку травы залить 1 стаканом кипятка, закрыть крышкой и настоять 2 часа. Процедить. Принимать по одной четверти стакана, капая в каждую принимаемую порцию из пипетки по 20 капель настойки корней дягиля. (Лечение велось комплексное, в него входили и другие растительные лекарства.)

* * *

Аистник противопоказан при запущенных формах сахарного диабета.

Аистник способен влиять на протромбиновый индекс, не рекомендуется применять его при повышенной свёртываемости крови, при варикозах и тромбофлебитах.

7. АЙВА ПРОДОЛГОВАТАЯ

Поздней осенью продавцы фруктов выкладывают на прилавки округлые оранжевые плоды, напоминающие внешним видом помидоры. Вкус у них терпкий, сладковато-нежный, вяжущий. Много не съешь. Во всяком случае, они рассчитаны на любителя. Особенно на тех, кто варит изысканное варенье, выкидывая при этом тёмные, продолговатые, довольно крупные семена. А они-то, между прочим, чаще всего находят лекарственное применение. Впрочем, и мякоть благодаря большому содержанию железа применяют для лечения железодефицитной анемии, дают больным после изнуряющих болезней, высокой температуры.

ТРЕЩИНЫ ЗАДНЕГО ПРОХОДА. Ежедневно и почаще делать припарки из мякоти айвы или её сока — это одно из самых эффективных средств, дающих быстрое излечение.

КРОВОТЕЧЕНИЯ (маточные). Чтобы остановить кровотечение, надо 3 раза в день пить чай с мелко нарезанной айвой. Или сделать отвар из свежих или сушёных плодов и принимать в течение дня.

Прекрасное средство при обильных маточных кровотечениях, особенно в климактерический период — отвар свежих или сушёных семян — 7-8 штук на стакан воды, кипятить 3-5 минут.

При обильных, изнуряющих менструациях — 3-4 раза в день принимать на кончике чайной ложки (не больше!) высушенные семена, не измельчая их.

АТОНИЧЕСКИЙ ЗАПОР. Из семян приготовить слизистый отвар, принимать утром и на ночь. Семена айвы содержат 20% слизи, легко разбухающей в воде.

БРОНХИТ, КАШЕЛЬ. Полученную из семян слизь принимают по 1 столовой ложке 3-4 раза в день через 20-30 минут после еды. Это же лекарство помогает при гастрите с болями в желудке.

КСЕРОСТОМИЯ (синдром сухого рта). Бывает, во рту пересыхает так, что разговаривать трудно, язык не ворочается. В этом случае прекрасно могут помочь семена айвы. Особенно если предстоит длительная беседа, за полчаса до неё положите под язык несколько сухих семян. При необходимости на время беседы или выступления можно оставить под языком одно семя — и выспасены. Кстати, лихорадящим больным, у которых постоянно пересыхает во рту, тоже рекомендуют подержать под языком семена 1-2 часа.

А ведь запастись семенами айвы для таких случаев не так уж трудно. Не выбрасывайте их, съедая айву. Семена надо сушить при температуре не выше 40-50 градусов, пока не покроются матовой белесоватой плёнкой, без запаха, но со вкусом горького миндаля.

* * *

Семена айвы ни в коем случае нельзя мельчить для лекарства или грызть просто так — они содержат 0,53% амигдалина, превращающегося в желудке в синильную кислоту — сильнейший яд.

Нельзя принимать препараты айвы при хронических запорах.

Препараты айвы, помогая при бронхитах и воспалении лёгких, тем не менее не рекомендуются при плевритах.

По некоторым сведениям, айва вредит гортани, голосовым связкам.

8. АКАЦИЯ БЕЛАЯ

У каждого растения имеются свои поклонники, находящие в нём какие-нибудь особенные достоинства. Кто-то при лечении варикоза ничего не признает, кроме каштана, а я знаю травницу, которая отлично рассасывает вздувшиеся венозные узлы настойкой цветков и листьев белой акации.

В народе препараты белой акации применяют при гриппе, кашле, болях в желудке и кишечнике, желудочных кровотечениях, воспалении мочевыводящих путей, болезнях почек (пиелонефрите), гипертонии и некоторых других заболеваниях.

ТРОМБОФЛЕБИТ. Цветки или листья белой акации настаивают на водке в соотношении 1:2 в течение 1 недели. Больные вены смачивают настойкой и растирают.

АРТРИТ, АРТРОЗ, ОСТЕОХОНДРОЗ. Готовится на водке такая же настойка, ею растирают больные суставы, делают примочки, компрессы.

НЕВРАЛГИЯ, МИОЗИТ — растирания и примочки такой же настойкой.

ЦИСТИТ. 1 чайную ложку сухих цветков залить стаканом кипятка, настоять 30 минут. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

ГАСТРИТ (с повышенной кислотностью). 1,5 чайной ложки коры залить 2 стаканами кипятка, настоять 2 часа, принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день. Боли утихают быстро.

* * *

В больших дозах растение ядовито. Особую опасность представляет кора: содержащийся в ней токсальбуминробин может вызвать раздражение слизистых оболочек.

При гастритах с низкой кислотностью, разумеется, не принимать.

При отравлении наблюдается нарастающее возбуждение.

9. АЛОЭ ДРЕВОВИДНОЕ

Это популярное домашнее растение, часто применяемое в быту, помогает лечить многие заболевания: язву желудка и двенадцатиперстной кишки, анацидные гастриты, колиты, запоры, начальную стадию сахарного диабета, хроническую бронхопневмонию, в смеси с мёдом и салом — туберкулёз лёгких, мужское и женское бесплодие, раны, ожоги, трофические язвы.

Существует не одна сотня рецептов с применением алоэ. Я остановлюсь лишь на некоторых, имеющихся не у каждого под рукой.

ИНСУЛЬТ. Растворить в 34 стакана сока алоэ 5 г мумие. Пить натошак по 1 чайной ложке 2 раза в день — утром сразу после пробуждения и на ночь перед сном ежедневно. Курс — 2 недели. Затем также на 2 недели сделать перерыв. Во время перерыва продолжать пить настойку прополиса по 20-30 капель 3 раза в день за полчаса до еды, затем снова 2 недели принимать смесь алоэ с мумие. Хранить в холодильнике. Такое лечение длится не больше двух месяцев. За это время рассасываются рубцы и уплотнения в мозге.

ГЕРПЕС. Принимать по 1 чайной ложке сока алоэ 2-3 раза в день перед едой. Смазывать соком места высыпания герпеса.

ГИПЕРТОНИЯ. Полностью избавиться от прочно обосновавшейся в организме этой болезни практически невозможно, но облегчения добиться можно. Если утром натошак принимать на чайной ложке воды по 3 капли свежего сока алоэ, то через 2 месяца давление снижается почти до нормы.

ТРОЙНИЧНЫЙ НЕРВ. При воспалении тройничного нерва полезно принимать по 1 десертной ложке сока алоэ 3 раза в день за полчаса до еды.

МАСТОПАТИЯ. Перемешать по 1 части сока алоэ, кукурузного масла и сока чёрной редьки, добавить 70° спирта из расчёта 50 мл на 0,5 л смеси, убрать в тёмное место и настаивать 1 неделю, принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за 20 минут до еды. Это же средство способствует рассасыванию опухоли матки.

ФИБРОМА МАТКИ. Измельчить в кашицу 200 г листьев алоэ, разрезать и положить туда 1 плод каштана, добавить 3 стакана красного виноградного вина, размешать и поставить посуду в горячую водяную баню. Парить 30 минут, процедить, отжать. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за 20 минут до еды. (Этими рецептами можно воспользоваться отдельно, но я, как правило, стараюсь вести комплексное лечение, привлекая дополнительно другие усиливающие средства. Запрягаю, образно говоря, вместо одного коня тройку лошадей.)

ДИЭНЦЕФАЛЬНЫЙ, АСТМАТОИДНЫЙ ПОСТГРИППОЗНЫЙ ПАРОКСИЗМ (внезапный приступ, особенно спазмов или судорог), **СПАЗМ ПИЩЕВОДА, НЕВРАЛГИЯ ЯЗЫКОГЛОТОЧНОГО ИЛИ ВЕРХНЕГО ГОРТАННОГО НЕРВА.** Помогает следующее лекарство: смешать по 100 г свиного сала, сливочного масла, мёда и порошка какао, добавить 15 мл сока алоэ. Все хорошенько смешать. Принимать по 1 столовой ложке смеси 2 раза в день, размешивая в стакане горячего молока, после еды утром и на ночь (уже в постели) в течение 1-1,5 месяцев. Проверено. Помогает. Смесь хранить в холодильнике.

* * *

Правда, и противопоказаний у алоэ много. Его препараты представляют большую опасность при кровоточащем геморрое, особенно в холодные или очень жаркие дни. Ещё Авиценна указывал на то, что «в холодные дни поить сабуром опасно, ибо тогда сабур, каков бы он ни был, нередко послабляет кровью».

Алоэ вообще противопоказан при острых воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, воспалительных заболеваниях органов малого таза, а женщинам — при маточных кровотечениях, обильных менструациях.

Алоэ усиливает перистальтику кишечника и способен вызвать воспаление толстой

кишки.

Нельзя принимать алоэ при остром воспалении почек — пиелите, нефрите, воспалении мочевого пузыря.

Алоэ стимулирует секрецию желчи и может представлять опасность при желчно-каменной болезни с крупными конкрементами. Я бы не советовал пользоваться препаратами алоэ при таких заболеваниях печени и желчного пузыря. Лучше обратиться к другим более эффективным средствам.

У некоторых людей алоэ даже при местном, наружном применении иногда вызывает аллергическую реакцию в виде острого буллезного дерматита. Во врачебной практике наблюдались случаи анафилактического шока при инъекции алоэ или закапывании его сока в нос.

Часто приходится сталкиваться с такими домашними средствами от туберкулёза, как алоэ с мёдом, салом и прочими вещами. Советую серьёзно отнестись к предупреждению, что алоэ противопоказан при туберкулёзе с кровохарканьем.

Противопоказан алоэ и при тяжёлых сердечно-сосудистых заболеваниях, в частности, в стадии декомпенсации.

Нельзя принимать препараты алоэ беременным женщинам, особенно после шести месяцев беременности.

Спорным остаётся вопрос о применении алоэ в онкологии. Некоторые фитотерапевты, в частности, Н. Даников, настоятельно рекомендует начинать день с приёма препаратов алоэ при раке молочной железы и матки, желудка, прямой кишки, почек, печени и других органов. Иные клиницисты выступают против этого, учитывая перечисленные выше противопоказания (особенно при раке матки, почек, печени). Алоэ относится к сильным биостимуляторам и, не исключено, может спровоцировать не только кровотечения, но и более ускоренный рост опухолевых клеток.

Кроме того, нежелательно принимать алоэ людям старше сорока лет.

Алоэ противопоказан при простатите.

Ни в коем случае нельзя использовать для лечения глаз (промывания) неразведенный сок алоэ.

10. АЛТЕЙ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Алтей очень часто путают с мальвой лесной или хатьмой тюрингенской. Большой беды в этом нет, так как химический состав у них почти одинаковый, и хатьмой очень часто заменяют алтей. Хотя бы потому, что настоящий алтей встречается в природе значительно реже своих родственников.

Корни алтея содержат много слизи и крахмала, сахар, аспарагиновую кислоту, фитостерин, фосфаты, пектиновые вещества, витамины, а цветки — твёрдое эфирное масло. Главное лечебное действие алтея зависит от наличия в нём слизей и пектиновых веществ. Вот почему его корни служат в качестве обволакивающего, смягчительного, отхаркивающего и противовоспалительного средства при заболеваниях дыхательных путей: бронхитах, трахеитах, воспалении лёгких, бронхиальной астме. Настой корня применяют и при воспалении Мочевого пузыря, болезненном непроизвольном мочеиспускании, при хронических колитах, дизентерии, диспепсических поносах у детей, заболеваниях почек и особенно язве желудка и двенадцатиперстной кишки. Алтей эффективен при экземе, псориазе.

Рецепты по применению алтея можно найти всюду, в любой аптеке дадут консультацию, поэтому я упомяну лишь редко встречающиеся прописи.

АДЕНОМА ПРОСТАТЫ, ХРОНИЧЕСКИЙ ПРОСТАТИТ. 6, 5 г (полная с крутой горкой столовая ложка) корней залить половиной стакана воды комнатной температуры, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1 столовой ложке через каждые 2 часа. Лучше всего лечение проводить в комплексе с настойкой грушанки, дурнишника, настоями коры

или листьев лещины, меняя время от времени настоями коры осины, травы кипрея, синеголовника, хвоща и некоторых других трав, сочетая с приёмом капель настойки болиголова — по предписанию фитотерапевта.

РАК МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ, РАКОВЫЕ ПОРАЖЕНИЯ КОЖИ. 2 столовые ложки корней или цветков, можно и листьев, залить 2 стаканами воды, варить 15 минут, настоять 2 часа. Делать припарки на поражённые места на 2 часа. Лечение обязательно комплексное, с применением других конкретно назначаемых лекарств. (Описание такого лечения я дам в главе о моркови.)

ЭМФИЗЕМА ЛЁГКИХ. 2 столовые ложки измельчённых корней залить 1,5 стаканами холодной кипячёной воды, настоять 1 час. Сначала размешать ложкой, затем процедить. Принимать по полстакана 3 раза в день. Курс лечения 2 месяца. Повторять 3 раза в год на протяжении 3-5 лет. В этих же целях можно готовить горячий настой: 2 столовые ложки цветков и листьев залить 1-2 стаканами кипятка — дневная доза. Сроки те же.

КСЕРОСТОМИЯ (синдром сухого рта). 2 столовые ложки корня алтея настоять в 1,5 стаканах кипячёной воды комнатной температуры в течение 45 минут. Процедить. Пить по 1 столовой ложке от 3 до 6 раз в день на протяжении полутора месяцев. При синдроме Шегрена (сухость рта одновременно с ревматоидным артритом и сухостью глаз) курс 2 месяца 3 раза в год в течение нескольких лет.

НЕВРАЛГИЯ ТРОЙНИЧНОГО НЕРВА, МИОЗИТ, АЛЛЕРГИЧЕСКИЙ КОНЪЮНКТИВИТ. 3-4 чайные ложки корня залить стаканом холодной кипячёной воды, настоять 8 часов (лучше, если поставить на ночь). Процедить. Использовать на примочки или компрессы.

* * *

Серьёзных противопоказаний у алтея пока не выявлено. Моё личное мнение: корни алтея не следует длительно назначать при обострении панкреатита, сахарной болезни. Не назначаю я алтей при запущенных варикозах, тромбозах. Не мешает прислушаться к предупреждению Амировла Амасиаци, что алтей вреден для селезёнки.

11. АММИ БОЛЬШАЯ

Древние арабские врачи семенами амми большой лечили лейкодермию и другие кожные заболевания. Это лекарственное растение у нас выращивают для медицинских нужд в южных районах. В народе его называют китайским тмином. Из семян изготавливают фармацевтические препараты, применяемые для лечения нейродермитов, гнездной плешивости, красного плоского лишая, витилиго, псориаза — обычно в сочетании с ультрафиолетовым облучением.

* * *

Некоторые народные целители тоже пользуются семенами амми большой: дают больному выпить отвар, заставляя выставить поражённые участки тела под солнечные лучи, но при неумелом пользовании это чревато серьёзными последствиями.

Дело в том, что любые препараты из семян амми большой (аммифурин и др.) раздражают почки и противопоказаны при пиелитах, пиелонефритах, гломерулонефритах. От лечения этим растением необходимо отказаться при больной печени. Имеются и такие серьёзные противопоказания, как сахарный диабет, тиреотоксикоз, заболевания крови и центральной нервной системы, туберкулёз лёгких и кожи, доброкачественные и злокачественные опухоли, беременность.

Можно понять людей, которые любыми правдами и неправдами готовы раздобыть заветные семянки китайского тмина, сейчас таких проблем практически не существует, или

довериться любому лекарю, лишь бы избавиться от лейкодермии, витилиго или псориаза, против которых официальная медицина пока почти бессильна. Но стоит ли кидаться из огня да в полымя, если у больного имеется хотя бы одно из перечисленных противопоказаний?

12. АММИ ЗУБНАЯ

От амми большой эта её ближайшая родственница отличается меньшей токсичностью и более широким спектром применения. В диком виде произрастает на Кавказе, в основном в Азербайджане. Культивируется в Краснодарском крае, в Молдове, на юге Украины. Из семян амми зубной изготавливают препараты Келлин и Ависан.

В народной медицине настой и настойку семян применяют при гипертонии, стенокардии, бронхиальной астме, мигрени, холецистите, желудочных спазмах, при хронической ишемической болезни, как лёгкое седативное средство.

МИГРЕНЬ. 2 чайные ложки семян залить водой, довести до кипения, но не варить. Настоять 1 час. Процедить. Принимать по 1 столовой ложке каждые 3 часа (3-4 раза в день). В дополнение 1 столовую ложку душицы залить 1 стаканом кипятка, укрыть, настоять до тёплого состояния, смочить волосы, особенно корни волос и кожу головы, повязать голову платком и через полчаса снять его. На улицу не выходить, дать высохнуть волосам.

АСТМА, СТЕНОКАРДИЯ. 1 столовую ложку семян настоять в 100 мл водки 2 недели, процедить. Принимать на ложке воды по 10-20 капель — индивидуально. Не даёт развиваться болезни, однако астматические и стенокардические приступы не купирует.

* * *

От применения амми зубной могут наблюдаться головокружение, сонливость, нарушение пищеварения, кожные сыпи, исчезающие после отмены препарата.

К серьёзным противопоказаниям относится далеко зашедшая недостаточность кровообращения.

При заболеваниях щитовидной железы, почек, поджелудочной железы и любых опухолевых процессах в организме желательно отказаться от амми зубной и обратиться к другим лечебным средствам.

13. АНАНАС

Король тропических плодов. Его приятно иметь на столе не только ради экзотики и как дорогой деликатес. Он не только нежным вкусом очарует, но и целебную пользу принесёт. В нём витамины В, В, В, РР, провитамин А. Мякоть богата минеральными веществами: калием, железом, медью, цинком, кальцием, магнием, марганцем, йодом. Популярностью он обязан бромелайну — смеси ферментов, расщепляющих белок в мякоти плода.

УКРЕПЛЕНИЕ ПАМЯТИ. Ананас не даёт развиваться атеросклерозу. Особенно необходим людям, которым нужно удерживать в памяти большое количество цифр или информации (бухгалтерам, экономистам, коммерсантам и др.). Надо пить всего 1 стакан сока в день 7-8 раз в месяц регулярно.

ТРОМБОЗЫ, ОТЕКИ. Ежедневно принимать по 200 мл сока или съедать половину свежего ананаса до улучшения состояния организма. (Высокое содержание калия помогает избавиться от лишней жидкости, а также нескольких килограммов веса.)

ВОСПАЛЕНИЕ СУХОЖИЛИЙ, ТРАВМЫ. Надо хотя бы один день посидеть на диете из ананасов.

* * *

Ананас противопоказан при низкой вязкости крови.

Лечение ананасами нежелательно для гипотоников.

14. АНИС ОБЫКНОВЕННЫЙ

Анис популярен со времён Гиппократ и Авиценны. Им лечили всевозможные нарушения желудочно-кишечного тракта, воспалительные заболевания почек, мочевого пузыря и мочевыводящих путей, воспаление миндалин, потерю голоса, бронхиальную астму, коклюш. Если настоем травы промывать глаза, то улучшается зрение, снижается внутриглазное давление. Анис увеличивает мужскую потенцию. Авиценна писал об анисе: «... он усиливает отделение мочи, очищает матку от жидких белых истечений, возбуждает к сближению, манит мужчину к женщине... »

САЛЬПИНГИТ (воспаление маточных труб). Плоды аниса 100 г растереть в порошок, смешать с 0,5 кг мёда в однородную массу. Принимать по 1 чайной ложке 3 раза в день незадолго до еды, запивая водой. Полезно одновременно принимать настойку листьев грушанки по 30-40 капель также 3 раза в день.

АМЕНОРЕЯ (отсутствие менструаций). Залить 1 стаканом воды 4 чайные ложки семян аниса, закрыть крышкой и кипятить на малом огне 5-7 минут. После остывания процедить. Принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день.

БЕЛИ. 1 чайную ложку семян настоять в 1 стакане кипятка 2 часа, процедить. Принимать по 2 столовые ложки 3-4 раза в день. Если ежедневно вечером спринцеваться отваром аниса, эффект будет достигнут быстро.

ИМПОТЕНЦИЯ. Один из способов использования аниса в этих целях — съедать ежедневно по 3 г семян или принимать по 3-4-5 капель эфирного масла из семян.

ЯЗВЫ В НОСУ. Их быстро излечивают вложенные в ноздрю размоченные в воде кусочки аниса.

* * *

Анис не рекомендуется при атонии толстого кишечника. Из противопоказаний известно, что анис может вызвать фото— и контактный дерматит.

15. АПЕЛЬСИН СЛАДКИЙ

В последнее время диетологи большое значение придают липотропным веществам растительного происхождения. Таким перспективным соединением оказался инозит. В растительных тканях содержится свободный инозит, соли инозитфосфорной кислоты — фитин. Инозит регулирует жировой обмен в организме, понижает уровень холестерина в крови, оказывая противосклеротическое, успокаивающее действие, уменьшает спазм сосудов, нормализует перистальтику кишечника, способствует выведению шлаков из организма. В инозите нуждается сердечная мышца и ткань мозга. Апельсины не только содержат полностью усваиваемый инозит, но и являются богатым источником этого вещества.

Апельсины богаты антиоксидантами, особенно их много в белой плёнке между кожурой и дольками плода (не выбрасывайте, съедайте!).

Апельсины эффективно используют в профилактике и лечении авитаминозов, гипертонии, атеросклероза, болезней печени, подагры, ожирения, но...

* * *

Апельсин противопоказан при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при обострении других заболеваний кишечника.

Апельсиновый сок и сами плоды советуют употреблять через 20 минут после еды во

избежание несварения желудка.

Апельсины и сок с осторожностью назначают тем, кто страдает аллергиями (особенно диатезным детям). Это может вызвать зуд, высыпания на коже, крапивницу, аллергический дерматит, кашель, затруднённое дыхание.

Апельсины (как и другие цитрусовые) могут спровоцировать приступы мигрени.

Апельсины необходимо исключить при герпесе, в том числе вагинальном — способствуют размножению вируса и обострению болезни.

Апельсины нежелательны при панкреатите, а гипертоникам нельзя их есть на ночь.

16. АРАЛИЯ ВЫСОКАЯ

В лечебных целях используются ещё аралия маньчжурская, кустистая, сердцевидная, аралия Шмидта и некоторые другие виды. Фармакологически они мало чем отличаются друг от друга, разве что аралия Шмидта менее токсична по сравнению с аралией маньчжурской.

Водный настой и спиртовую настойку корней аралии назначают при астенических состояниях, депрессиях, гипотонии, при отдалённых последствиях черепно-мозговых травм с астеническими проявлениями, при шизофрении с астеноипохондрическим синдромом, неврастении, импотенции, психастении, физической и умственной усталости, постгриппозном арахноидите. Используют аралию в виде отвара корней и листьев при болезнях почек и желудочно-кишечного тракта, сахарном диабете, простудных заболеваниях, энурезе.

Готовые препараты и настойки имеются в аптеках.

* * *

Препараты аралии противопоказаны при эпилепсии, гиперкинезах, лихорадочных состояниях.

Нельзя применять их при нарушении сердечной деятельности.

Аралия обладает тонизирующим действием, поэтому исключается при бессоннице, повышенной возбудимости.

Нельзя пользоваться аралией при брадикардии — замедлении сердечных сокращений (менее 60 ударов в минуту).

17. АРАХИС ПОДЗЕМНЫЙ

Любимые в народе земляные орешки тоже находят лечебное применение. В сыром или слегка поджаренном виде они рекомендуются при гемофилии для остановки кровотечений.

Арахис полезен детям, страдающим экссудативным диатезом. Особенно эффективен он при геморрагических диатезах — заболеваниях крови, при которых наблюдаются резкое понижение её свёртываемости и множественными кровоизлияниями.

* * *

Арахис противопоказан при герпесе.

Не следует увлекаться арахисом при тромбозах, тромбофлебитах.

Арахис богат пуринами. Приходится проявлять осторожность при наличии песка в почках, мочевом пузыре и вообще тем, у кого высокая степень риска кристаллургии оксалата кальция в моче.

Очень опасны заплесневевшие орешки — их употребление может свести на нет лечение, вызвав ещё большее кровотечение.

18. АРБУЗ ОБЫКНОВЕННЫЙ

Нет необходимости расхваливать его вкусовые качества, тем более лечебные — при сезонном лечении заболеваний почек, сердечно-сосудистой системы, мочекишечного диатеза и даже диабета — с учётом назначенной нормы углеводов.

Арбуз быстро восстанавливает антитоксическую функцию печени, очень полезен тем, кто переболел желтухой.

Как можно чаще надо употреблять арбуз при склерозе, подагре, артритах, ревматизме, ожирении.

Арбузные корки активизируют работу микроорганизмов толстого кишечника, лечат дисбактериоз у детей и взрослых.

ВОСПАЛЕНИЕ ТОЛСТОГО КИШЕЧНИКА. Высушенные арбузные корки измельчить, 5 столовых ложек залить 2 стаканами кипятка, закрыть крышкой и настоять до охлаждения. Процедить. Принимать по 0,5 стакана 4 раза в день.

ГЕЛЬМИНТОЗ. Высушить в духовке арбузные семечки, измельчить с помощью мясорубки, смешать с молоком в соотношении 1:10. Принимать в течение дня. Лучше всего выпить сразу 2 стакана между приёмами пищи.

Другой рецепт: свежие арбузные семечки раздавить, но не молоть. 100 г (5 столовых ложек) залить 1 л холодной воды, довести до кипения, прокипятить на медленном огне 45 минут, чтоб едва держать на стадии кипения. Снять с огня, дать остыть. Принимать по 1 стакану 3 раза в день.

Можно и так: 1 столовую ложку семян залить 1 стаканом холодной кипячёной воды, настоять 8 часов (можно поставить настаиваться на ночь). Принимать по 50 мл 3 дня подряд, всякий раз готовя свежий настой. Говорят, действует сильнее дынных семечек.

МИГРЕНЬ, ГОЛОВНАЯ БОЛЬ. Медленными глотками, не спеша, выпить 2 стакана арбузного сока. А ко лбу привязать толстую арбузную корку. Боль отступает и долго не возвращается.

ДИАТЕЗ МОЧЕКИСЛЫЙ. Взять 2 столовые ложки измельчённых корок на 0,5 л воды, кипятить на самом слабом огне 5 минут, настоять 2-3 часа, процедить, пить по 0,5 стакана 3 раза в день за полчаса до еды.

ИШЕМИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ СЕРДЦА. Выжать сок арбуза, добавить сок 2 яблок (примерно поровну). Принимать ежедневно в период осеннего сезона.

ГЕМОРРОЙ. Тампоны с соком ставить на узлы. Хорошо останавливает кровотечение.

* * *

Рецептов существует великое множество, только у меня их больше пятидесяти — от артрита, аденомы простаты, высокой температуры, желчно-каменной болезни, запора, изжоги, отёков, ангины, вегетососудистой дистонии, остеохондроза и т. д. Я привёл в пример лишь некоторые, необходимые для очищения организма от паразитов, поддержки сердца, регулирования обменных процессов в организме, лечения наиболее часто встречающихся болезней.

Вместе с этим нельзя забывать и об обратной стороне. Чаще всего мне приходилось сталкиваться с отравлениями. Существует одно весомое «но»: если в мякоти арбуза имеется хотя бы несколько жёлтых уплотнённых участков, напоминающих желваки, размерами от 0,3 до 2 сантиметров и более, такой арбуз ни в коем случае не должен попадать на стол. Арбуз имеет свойство накапливать в себе селитру, фосфор и другие химикаты. Перекормленный удобрениями и пестицидами для быстрого созревания и долгого хранения, он очень опасен. Даже у здорового человека такой арбуз вызовет тошноту, рвоту, сильные желудочные боли, понос. Ещё более опасен он для детей и почечных больных с хроническим нефрозом, нефритом, пиелонефритом — быстро наступает почечная колика, тяжёлая диспепсия с рвотой, резко ухудшается самочувствие, а у детей обезвоживается организм, появляются судороги.

Арбуз противопоказан при колитах и поносах.

Нельзя прельщаться арбузами больным с сердечнососудистыми заболеваниями с тенденцией задержки жидкости в организме.

Больным атеросклерозом не рекомендуется употреблять арбузное варенье и арбузный мёд.

Арбуз принято подавать на десерт. Здесь необходимо учесть, что переваривается он не в желудке, а в кишечнике, и если перемешается с другой пищей, требующей желудочного переваривания, быстро разлагается и начинает бродить, образуя много газов, что противопоказано больным при метеоризме.

19. АРНИКА ГОРНАЯ

У неё очень много показаний при самых различных заболеваниях, вплоть до онкологии. Используются цветки и корни.

Настойка из цветков обладает сильным кровоостанавливающим действием и особенно эффективна при послеродовых кровотечениях, связанных с эндокринными и воспалительными заболеваниями яичников, при осложнениях после аборта. Полезна такая настойка в восстановительном периоде после кровоизлияния в мозг.

Настойка из корней действует несколько иначе. Её назначают при сердечных ангиоспазмах, атеросклеротическом кардиосклерозе, миокардитах.

Арника находит применение при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, бронхите, подагре, хроническом ревматизме, гриппе, эпилепсии, сотрясении мозга. Арнику горную вполне могут заменить другие виды арники: арника Шамиссо и арника густооблиственная.

МАТОЧНЫЕ КРОВОТЕЧЕНИЯ. Кладут 1 столовую ложку цветков на 1 стакан кипятка, закрывают крышкой и настаивают 4 часа. Принимают по 50 мл 3-4 раза в день.

ХОЛЕЦИСТИТ. Стаканом кипятка залить 3 столовые ложки цветков, закрыть крышкой и поставить стакан в кипящую водяную баню. Парить 15 минут, настаивать 45 минут, процедить. Пить по 1 столовой ложке 3 раза в день после еды с молоком.

ЭПИЛЕПСИЯ, БОЛЕЗНИ СЕРДЦА. Мелко нарезать цветы, 1 столовую ложку залить 100 мл водки, настоять 3-4 недели, процедить. Принимать по 30-40 капель 3 раза в день на воде или в травяном настое (в настой синеголовника или борщевика, либо на других назначенных целителем травах — для большей эффективности).

МИГРЕНЬ, ОБИЛЬНЫЕ МЕНСТРУАЦИИ. 2 чайные ложки корней залить 2 стаканами воды, кипятить на малом огне 5-7 минут в открытой посуде, затем, закрыв крышкой, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 2 раза в день перед едой.

* * *

Арника входит в число ядовитых растений. При передозировке в лучшем случае прошибёт сильный пот и чувствительно проявится упадок сердечной деятельности. Хуже, если появятся ноющие боли в суставах и конечностях, судорожные подёргивания, озноб, одышка, тошнота, рвота, боль в животе. Возможен смертельный исход. Наружное применение (при ушибах, синяках, кровоподтёках, трофических язвах) тоже требует осторожности, так как может привести к острым кожным заболеваниям.

Внутреннее применение арники может вызвать запор.

20. АРОНИЯ ЧЕРНОПЛОДНАЯ-ЧЁРНАЯ РЯБИНА

Ягоды чёрной рябины назначаются как лечебное средство при разных патологических нарушениях в свёртывающей системе крови, прежде всего при геморрагических диатезах, капилляротоксикозах, различных кровотечениях, атеросклерозе, сахарном диабете, лучевых поражениях, аллергических состояниях, гломерулонефритах, в комплексной терапии

тиреотоксикоза, гипертонии.

Фармацевтическая промышленность, извлекая из ягод необходимые химические вещества, изготавливает из аронии таблетки и настойки. Промышленная обработка, на мой взгляд, лишает аронию целого ряда ценных свойств.

При перечисленных заболеваниях предпочтительно принимать свежий сок из ягод по 50 мл, в некоторых случаях по 100 мл сока за полчаса до еды. Или пользоваться настоем сушёных ягод из расчёта 1-2 столовые ложки на стакан кипятка.

* * *

Следует помнить, что плоды и сок аронии черноплодной противопоказаны при гастритах с высокой кислотностью, при язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

Арония противопоказана при повышенной свёртываемости крови, тромбозе, варикозном расширении вен. Лечение аронией исключается при гипотонии.

При склонности к запорам подход индивидуальный.

21. АРОННИК ПЯТНИСТЫЙ

Травники привозят аронник с Северного Кавказа, из Молдовы, Украины, Западной Грузии, Абхазии.

Свежие и высушенные клубни аронника используют в отварах и спиртовых настойках при заболеваниях печени, мочекаменной болезни, ревматизме, геморрое, а также хроническом бронхите, охриплости, кашле. Протёртые пополам с мёдом свежие клубни неплохо помогают при лишаях, импетиго — поверхностном бактериальном поражении кожи.

БРОНХИТ, ОХРИПЛОСТЬ. 1 столовую ложку измельчённых сухих корней залить с вечера холодной кипячёной водой, утром размешать ложечкой, процедить. Принимать по одной трети стакана 3 раза в день через полчаса после еды.

ЛИШАИ, ИМПЕТИГО. Свежие корни провернуть через мясорубку, смешать с равным количеством мёда, дать выстояться сутки. Тонким слоем смазывать поражённые участки кожи 2 раза в день. При небуллезном импетиго смазывать ещё несколько дней после того, как спадают желтовато-коричневые корочки. При буллезном импетиго смазываются волдыри, а там, где они лопнули, можно пройти только по краям, не трогая обнажившуюся нежную кожу.

* * *

Аронник пятнистый в свежем виде ядовит, но при высушивании его ядовитость исчезает.

Самолечение без врачебного контроля не рекомендуется. Его препараты противопоказаны при гастритах с низкой кислотностью, остром и хроническом панкреатите, сердечной недостаточности.

Даже наружное применение — растирания при ревматизме, радикулите, воспалении мышц спиртовой настойкой — усиливает тахикардию, одышку, могут быть спровоцированы приступы стенокардии.

22. АСТРАГАЛ ШЕРСТИСТОЦВЕТКОВЫЙ

Настой травы этого вида астрагала эффективен при сердечно-сосудистой недостаточности, пороках сердца, дистрофии миокарда с нарушением коронарного кровообращения и приступами стенокардии. В отличие от многих сердечных средств, астрагал не понижает сердечную проводимость и не накапливается в организме. Астрагал

шерстистоцветковый весьма полезен и при сосудистых заболеваниях почек, для лечения острого и хронического нефритов. Это растение содержит в себе уникальный комплекс селена и токоферолов — естественных антиоксидантов, сочетание ценнейших макро- и микроэлементов, биологически активных веществ, необходимых больному человеку в борьбе с многими серьёзными заболеваниями.

ГИПЕРТОНИЯ, СТЕНОКАРДИЯ, ХРОНИЧЕСКАЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ С ЗАСТОЙНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ И ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ ПОЧЕК. 100 г свежей травы астрагала шерстистоцветкового залить 1 л сухого белого вина, настоять 3 недели. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды. Провести несколько курсов с двухнедельными перерывами. (Лечение способствует улучшению микроциркуляции, отмечается исчезновение мутности зрения, нормализуется капиллярный кровоток, исчезают боли в области затылка и головокружение.)

ГЛОМЕРУЛОНЕФРИТ. 1 столовую ложку сухой травы залить 1 стаканом кипятка, закрыть крышкой и настоять 2-3 часа. Процедить. Пить по одной трети стакана во время еды.

Существует множество видов других астрагалов, тоже применяемых в народной медицине. Все они имеют свои показания и противопоказания. Астрагал болотный, например, полезен при асцитах, гастроэнтеритах, болезнях селезёнки, но противопоказан при беременности. Астрагалы датский, повислоцветковый, приподнимающийся, сладколистный противопоказаны при гипотонии, беременности.

23. БАГУЛЬНИК БОЛОТНЫЙ

Его часто и охотно используют в домашнем врачевании, особенно при простуде с сильным кашлем, начинающемся бронхите. Настой травы дают пить при бронхиальной астме, туберкулёзе лёгких, заболеваниях сердца, почек. Багульник эффективен при ревматизме. Наружно настой травы применяют при ушибах, ранах, опухолях, склерозе сосудов конечностей. Багульниковое масло втирают при облитерирующем эндартериите.

ЭКЗЕМА (в том числе грибковая). 2 столовые ложки травы залить 5 столовыми ложками подсолнечного масла, закрыть посуду и настоять 12 часов на горячей плите. Процедить. Втирать в поражённые места.

УГРЕВАЯ СЫПЬ, ФУРУНКУЛЁЗ. Применять это же багульниковое масло. Одновременно, особенно при мокнущей экземе, принимать внутрь настой: 1 полную столовую ложку с крутой горкой залить 1 л кипятка, настаивать в горячей духовке 8-10 часов. Принимать по 0,3-0,5 стакана настоя 4-5 раз после еды.

РЕВМАТИЗМ, ПОДАГРА. Принимать точно такой же настой в том же количестве.

* * *

Багульник ядовит. При сборе цветущего растения можно быстро заполучить головную боль. При внутреннем употреблении не рекомендуется однократная доза свыше 0,5 г в порошке или больше 1 столовой ложки травы в отваре дробными порциями в течение дня, иначе багульник может вызвать воспаление желудочно-кишечного тракта. При передозировке или длительном непрерывном лечении наблюдаются раздражительность, головокружение, общий дискомфорт. Багульник снижает давление. Противопоказан при беременности.

24. БАДАН ТОЛСТОЛИСТНЫЙ



Корни бадана чаще всего применяются в гинекологической практике при обильных менструациях с воспалительными процессами придатков, при геморрагических метрпатиях, фиброме матки, после родов, при кровотечениях в результате прерывания беременности; отварами спринцуются при эрозии шейки матки. Бадан оказывает вяжущее действие при колитах недизентерийного происхождения, крепким отваром смазывают десны при стоматитах, гингивитах. Из перезимовавших листьев, собранных весной, готовят тонизирующий чай.

* * *

Препараты из бадана нетоксичны, но из-за сильного вяжущего действия нельзя назначать их при заболеваниях кишечника со склонностью к запорам. Бадан способен понизить давление. Он противопоказан при геморрое, а также при угрозе инфаркта, инсульта, заболеваниях сердца, сопровождаемых тахикардией.

25. БАЗИЛИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

У нас выращивается как огородная культура, употребляемая в пищу, в соленья. Используется базилик и как лекарство. Горячий настой из травы пьют при воспалении почек, мочевого пузыря, простуде, насморке. Настой считается полезным при кишечных и печёночных коликах, метеоризме, отсутствии аппетита, а также при неврозах, головной боли, эпилепсии, бронхиальной астме. Базилик считается эффективным средством, увеличивающим количество молока у кормящих женщин. В былые времена знахари отваром травы лечили от запоя.

ОТИТ. 2 столовые ложки травы залить 0,5 л кипятка, на слабом огне довести до кипения, но не кипятить, настоять 10 минут. Сделать компресс на больное ухо и держать 1-2 часа. Можно ежедневно, пока болит ухо.

КОНЪЮНКТИВИТ. 1 столовую ложку сухой травы залить стаканом кипятка. Настоять до остывания. Несколько раз в день промывать этим настоем глаза.

ЗУД КОЖИ. 2 столовые ложки высушенной травы залить 0,5 л кипятка, настоять 2

часа, процедить. Пить по половине стакана 2-3 раза в день до еды.

НЕРВНОЕ НАПРЯЖЕНИЕ, ПОВЫШЕННАЯ УТОМЛЯЕМОСТЬ. 1 столовую ложку травы заварить в стакане кипятка, настоять 15-20 минут. Пить как чай с сахаром или мёдом, но не более 2 раз в день.

ТОШНОТА. Такой же настой пить во время приступов тошноты или рвоты.

* * *

Базилик обыкновенный не всегда безобиден. Из-за наличия гиперкоагулирующего эффекта он противопоказан при ишемической болезни сердца, инфаркте миокарда, тромбозах, тромбозе. Нельзя им лечиться при гипертонии, сахарном диабете. По мнению Амирдовлата, базилик «вреден при горячей природе мозга», то есть при воспалительных заболеваниях головного мозга, арахноидите, постгриппозном энцефалите.

Почти такие же противопоказания имеет базилик мятнолистный, оказывающий раздражающее действие. Его повышенные дозы вызывают судороги.

26. БАКЛАЖАН

Известен всюду, широко используется в лечебном питании. Очень полезен при атеросклерозе, так как значительно снижает уровень холестерина в крови и в стенках сосудов. Баклажаны обогащают сердце солями калия, выводят из организма излишки жидкости, помогая снимать отеки. Баклажаны полезны и при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, сопровождаемых запорами, и болезнях печени. Врачи рекомендуют баклажаны при полиартритах обменного характера, спондилезах, спондилоартритах и подагре, при почечно-каменной и желчно-каменной болезни, малокровии — баклажаны благодаря солям железа, меди, марганца, кобальта стимулируют кроветворение. На Востоке его считают «овощем долголетия».

* * *

Но нельзя не вспомнить и о том, что врачи древности относились к баклажану с настороженностью. Авиценна считал, что «баклажаны порождают раковые опухоли», что «они вызывают почечуй», «порождают закупорки в печени и селезёнке, за исключением баклажанов, отваренных в уксусе». Недоверие к баклажану как к ядовитому овощу имело место и у древних греков, считавших, что тот, кто съест его, рискует утратить разум.

Думается, всему этому можно найти объяснение. Дело в том, что при лечебном назначении, также и в пищу, должны попадать плоды физиологически незрелые, с характерной фиолетовой окраской. Перезрелые баклажаны, имеющие желтоватую или коричневую кожуру, в самом деле становятся опасными — в них резко возрастает содержание ядовитых веществ, прежде всего соланина — ядовитого алкалоида. При отравлении возникают тошнота, рвота, понос, сильные кишечные колики, судороги, одышка, цианоз. В качестве первой помощи надо дать пострадавшему молоко, яичный белок, слизистые супы.

Баклажаны не рекомендуются при значительно повышенной кислотности желудочного сока, при хроническом энтероколите.

27. БАЛЬЗАМИН ЛЕСНОЙ — НЕДОТРОГА ОБЫКНОВЕННАЯ

Издавна применяется в народной медицине Урала и Сибири, а также в Средней Азии и на Кавказе. Чаще всего назначают при камнях в почках и мочевом пузыре. Наружно — при лечении геморроя, язв и ран. В качестве комнатного растения культивируется на подоконниках, где цветёт чуть ли не круглый год.

* * *

Бальзамин ядовит. Дозировка очень мала: не больше 1 чайной ложки травы на стакан кипятка, настаивают всего 20 минут и пьют только 1-2 столовые ложки за день. Превышение дозы вызывает рвоту. Противопоказан при беременности.

28. БАНАН

Банан считается не только ценным продуктом диетического питания, но все больше начинает находить и лечебное применение. Кроме большого количества Сахаров (25%) и крахмала, в нём содержатся яблочная кислота и ферменты, способствующие усвоению углеводов, клетчатка и пектиновые вещества, улучшающие пищеварение, минеральные вещества, особенно много солей калия, которые способствуют выведению из организма жидкости, витамины С, ВВ, РР, провитамин А.

Бананы поневоле становятся спутниками больных ишемией сердца, особенно с отёками, больных атеросклерозом и гипертонией. В мякоти бананов имеются такие очень важные физиологически активные вещества, как серотонин, нерпинефрин, катехоламин, допамин, их с успехом применяют при лечении язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, иных кишечных заболеваний. Клиническими наблюдениями установлено, что сок бананов оказывает положительное лечебное действие при кровоизлияниях в желудок и двенадцатиперстную кишку.

ЯЗВЕННАЯ БОЛЕЗНЬ ЖЕЛУДКА. Ежедневно съедать по 1 банану.

КАШЕЛЬ. Спелые бананы протереть через сито, положить в кастрюлю с горячей водой (2 банана на 1 чашку воды), снова подогреть и пить эту смесь.

ДЕПРЕССИЯ. Ежедневно съедать по 1 банану.

ГЕЛЬМИНТОЗ. Спелый неочищенный банан нарезать кусками, залить 1 л кипятка, настоять 3 часа. Пить по 1 стакану натошак перед едой (от аскаридов и анкилостомид). Кстати, эффективным противоглистным средством считают золу корней или всего растения. В Китае для изгнания свиного солитёра рекомендуют «ножки» плодов.

* * *

По мнению некоторых зарубежных учёных, банан входит в число десяти основных продуктов для лечебного питания при онкологических заболеваниях. С авторитетными специалистами не принято спорить, и всё-таки я не стал бы рекомендовать бананы при раке желудка, кишечника, брюшины, печени и ряда других внутренних органов. Банан медленно переваривается, переполняя кишечник газами, которые никак не хотят покидать организм. К тому же становится вязкой и плохо отходит желчь. Всё это может ухудшить состояние не только онкологического больного. Вредно есть банан натошак, тем более запивать водой. Противопоказан он диабетикам. Надо помнить и о том, что банан увеличивает вязкость крови, поэтому противопоказан при тромбофлебите, варикозном расширении вен, после инфаркта и инсульта. Бананы не рекомендуются при ожирении, высокой кислотности желудочного сока.

29. БАРАНЕЦ ОБЫКНОВЕННЫЙ

Умельцы-травознаи нередко используют его в борьбе с алкоголизмом. Разумеется, с большой предосторожностью, так как растение очень ядовитое. Отвар травы вызывает общее тягостное состояние. Возникает сильная потливость, слабость, мучают обильное слюнотечение, повторяющаяся рвота. Баранец оказывает незамедлительное мочегонное и слабительное действие. Резко снижается артериальное давление, урежается дыхание,

наступает фибрилляция мышц, аритмия, сердце пугающе подкатывает к горлу. Эти симптомы усиливаются от любой дозы алкоголя, от выкуренной сигареты. Пьющий человек готов возненавидеть вино и водку, лишь бы избавиться от паршивого самочувствия, когда так и кажется, что смерть дышит в затылок. Но те же умельцы знают, что нельзя назначать баранец при ишемическом заболевании сердца, атеросклерозе, эмфиземе, пневмосклерозе и целом ряде других хронических болезней. Ослабленным и пожилым людям баранец категорически противопоказан.

Зная о высокой токсичности растения, я решился таки дать рецепт, чтобы какие-нибудь отчаявшиеся люди, измученные алкоголиком в семье, не проявили самодеятельность и не наделали бы беды.

ХРОНИЧЕСКИЙ АЛКОГОЛИЗМ. Берутся 2 чайные ложки травы баранца на 1 стакан воды. Посуду поставить на огонь и кипятить при слабом кипении 10 минут. Как остынет — процедить; больному дают выпить 80-100 мл отвара, а через 3-5 (можно выдержать до 15 минут) дать выпить водку или вино, а через 10-15 минут (иногда через 1-3 часа) наступает рвота, которая повторяется много раз в течение 2-6 часов. В паузах между рвотой опять дают выпить водку. Отвращение к спиртному возникает не сразу — надо провести ещё 2-3 таких лечения, лишь тогда появляется отрицательная, рефлексорная реакция на запах и вкус спиртного, особенно если сопроводить лечение психотерапией, хотя бы из уст жены или близких родственников.

Но повторяю: помните о противопоказаниях!

30. БАРБАРИС ОБЫКНОВЕННЫЙ

Как ценное лекарственное растение барбарис был известен ещё со времён Древнего Вавилона. И поныне широкое применение находят его листья, цветки, плоды, кора, корни.

В народной и научной медицине многих стран препараты барбариса используют при заболеваниях почек и мочевого пузыря, селезёнки, печени, желчно-каменной болезни, при желудочной колике, диабете, ревматизме, подагре, радикулите, при внутренних кровотечениях, заболеваниях бронхов и лёгких, плеврите и туберкулёзе. Лечат барбарисом раковые опухоли. Учёные обнаружили, что содержащийся в нём берберин обладает противоопухолевой и противолейкозной активностью, только он пока не поддаётся синтезированию. На всех больных целебных кустов не напасёшься, потому и применяют его единицы народных целителей, познавшие противоопухолевые секреты барбариса.

У разных частей растения и назначение разное.

КРОВОТЕЧЕНИЯ. При атонических кровотечениях в послеродовом периоде и при субинволюции матки, кровотечениях, связанных с воспалительными процессами, в акушерско-гинекологической практике применяют настойку из листьев на водке из расчёта 1 часть листьев и 5 частей водки. Настаивать 2 недели. Принимают по 25-30 капель 3 раза в день в течение 2-3 недель. Повторный курс лечения через 5-10 дней перерыва (если нет противопоказаний).

ЗАБОЛЕВАНИЯ ПЕЧЕНИ И ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ. Как противовоспалительное и желчегонное средство настой листьев барбариса: 2 столовые ложки сухих листьев настоять 1 час в стакане кипятка, лучше в термосе. Процедить и принимать по 1 столовой ложке 4-5 раз в день на протяжении 4-5 недель.

БОЛИ В ОБЛАСТИ СЕРДЦА, ГИПЕРТОНИЯ. Полную столовую ложку цветков залить 300 мл воды, довести до кипения и кипятить на слабом огне 10 минут, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 2 чайные ложки 2-3 раза в день.

ВОСПАЛЕНИЕ СЛИЗИСТОЙ ОБОЛОЧКИ ГЛАЗ. Несколько раз в день промывать вышеуказанным водным отваром цветков больные глаза.

ЖЕЛЧНО-КАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ. 10 г коры и 15 г корней барбариса залить 300 мл холодной воды и варить в кипящей водяной бане 30 минут. После охлаждения процедить, долить кипячёной воды до первоначального объёма. Пить по 50 мл 3 раза в день.

ГЕПАТИТ, ХОЛЕЦИСТИТ, ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК, МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ. 25 г коры барбариса настоять в 400 мл кипятка 4 часа в термосе. Процедить и пить по 100 мл 4 раза в день в течение 4-6 недель.

ПЛЕВРИТ, ТУБЕРКУЛЁЗ, А ТАКЖЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕЛУДКА, РЕВМАТИЗМ. 1 полную чайную ложку измельчённых сухих корней барбариса залить 2 стаканами кипятка, дать ещё покипеть 5 минут, после остывания процедить. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день.

ПЕРЕЛОМ КОСТЕЙ, РАСТЯЖЕНИЯ, ВЫВИХИ. Отвар из ветвей, коры, корней — из расчёта 1 столовая ложка на стакан воды, варить 5 минут, делать примочки, компрессы; внутрь — 2 столовые ложки отвара на полстакана молока, принимать 3-4 раза в день.

ОПУХОЛИ, МЕТАСТАЗИРОВАНИЕ. Для профилактики и лечения половину чайной ложки коры и корней залить 1 стаканом кипятка, поставить в кипящую водяную баню на 15 минут. После охлаждения процедить. Принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день до еды.

Барбарис обычно выращивают на своих участках почти все садоводы, а рецепты не везде достанешь, поэтому я решил дать их здесь побольше, сделав упор на основные противопоказания.

* * *

В первом рецепте, например, в акушерско-гинекологической практике барбарис противопоказан при кровотечениях, связанных с дисфункцией яичников и задержкой в матке частей детского места после родов.

Лекарства из коры и корней, повышающие свёртываемость крови и обладающие сосудосуживающим действием, противопоказаны при спазмах сосудов головного мозга, сердечно-сосудистых заболеваниях, тромбозах.

Имеются противопоказания при климактерических кровотечениях, а настойка из листьев противопоказана при беременности.

Барбарис, особенно отвар корней, снижает давление и не используется при гипотонии.

31. БАРВИНОК

Все виды барвинков — большой, малый, розовый, травянистый — сильно ядовиты. Их сердечный яд действует наподобие кураре, поэтому требуется строгое соблюдение назначаемых дозировок.

Издавна барвинком пытались лечить рак. На успешное применение барвинка против злокачественных опухолей указывал Амирдовлат Амасиаци. В дальнейшем это нашло научное подтверждение. Из цветков барвинка розового выделили алкалоиды, на основе которых были созданы препараты винкристина и винбластина, применяемые в химиотерапии.

В народной медицине чаще применяется барвинок малый в качестве кровоочистительного, вяжущего, укрепляющего организм средства, как противовоспалительного при энтеритах (воспалении тонких кишок), при колитах (воспалении толстых кишок), наружно — при заболеваниях дёсен и слизистой оболочки рта, при кровотечениях, кожном зуде. Иногда настой травы пьют при снижении слуха.

Барвинок малый более популярен и имеет широкое распространение не только на Украине, в Крыму, на Кавказе, но и в Прибалтике, Беларуси. Разводится как декоративный полукустарник в южной и западной частях России (кстати, он был любимым цветком Жана-Жака Руссо), издавна считался ценным лекарственным растением. Из широкого спектра я выбрал лишь несколько рецептов.

ЛИМФОГРАНУЛЕМАТОЗ. 1 чайную ложку сушёных листьев залить 1 стаканом кипятка, на слабом огне кипятить 15 минут, настоять 1 час, процедить. Пить по 50 мл 3 раза в день.

ИШЕМИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ СЕРДЦА, ГИПЕРТОНИЯ, АТЕРОСКЛЕРОЗ СОСУДОВ

ГОЛОВНОГО МОЗГА. Положить в 1 л воды 2 столовые ложки травы, довести до кипения и на малом огне кипятить 25 минут, настоять 1 час, процедить. Пить по 1/3 стакана 4 раза в день вне зависимости от еды. Курс лечения от 2-3 недель до 2-6 месяцев. Улучшается память. Этот отвар полезен детям; старшим — половина, с 5 до 8 лет — четверть дозировки.

ДЕРМАТИТ, МОКНУЩАЯ ЭКЗЕМА, ЗУД, ЯЗВЫ. 1 столовую ложку листьев на 1 стакан воды, нагреть на водяной бане 15 минут, ещё настоять 15 минут, процедить. Использовать для обмываний, примочек, компрессов.

КРОВОТЕЧЕНИЯ (лёгочные, из ушей, носа). Точно такой же настой пить по одной трети стакана 3 раза в день.

* * *

Препараты из барвинка противопоказаны при гипертонии, вегетодистонии. Ни в коем случае нельзя принимать их при брадикардии. В практике лечения женских заболеваний необходимо помнить, что экстракт травы вызывает спазм миометрия.

32. БЕДРЕНЕЦ КАМНЕЛОМКОВЫЙ

Настойки и отвары корней бедренца применяются в народе при воспалительных заболеваниях горла и дыхательных путей, гастритах, скоплении газов и нарушении пищеварения, заболеваниях почек и мочевыводящих путей, мочекаменной болезни, коклюше, запоре, отёках застойного характера, как средство, успокаивающее нервную систему. Некоторые целители назначают бедренец при раке матки.

Меня удивляет способность настойки бедренца мгновенно усмирять болезненный, раздражающий, царапающий горло мучительный кашель. Я много написал о нём в книге «Одолень-трава».

Растение безобидное, пока серьёзных противопоказаний к нему не установлено, но это вовсе не означает, что их нет.

* * *

Бедренец, по моим наблюдениям, не следует назначать при гипертонических кризах, при бронхитах с густой, не отхаркивающейся мокротой. Злоупотребление большими дозами может вызвать головную боль.

33. БЕЗВРЕМЕННИК ОСЕННИЙ

В народной медицине спиртовую настойку семян назначают по 3 капли 2-3 раза в день при деформирующем полиартрите. Такая осторожность обусловлена сильной ядовитостью растения. Луковицы, цветки и семена безвременника содержат в себе алкалоиды, обладающие противораковым действием.

Препаратами безвременника лечат эндофитную и экзофитную формы рака кожи 1-2-й стадий, но при 3— 4-й стадиях они противопоказаны. Безвременник находит применение при неоперабельном раке пищевода и кардиального отдела желудка, но заниматься самолечением очень опасно, так как очень мал диапазон между лечебными и токсическими дозами его препаратов.

При поносах и мочеизнурении безвременник противопоказан.

34. БЕЛЛАДОННА — КРАСАВКА

Трава и корни растения широко используются как в народной, так и научной медицине при многих заболеваниях в качестве спазмолитического и болеутоляющего средства.

Препараты красавки приносят облегчение при язвенной болезни желудка и спастических состояниях желудочно-кишечного тракта, гастритах с повышенной кислотностью. Их назначают при бронхиальной астме, при камнях в почках и в жёлчном пузыре, при вегетативной дистонии и вазоневрозе, при лечении паркинсонизма.

БОЛЕЗНЬ ПАРКИНСОНА. Болгарский целитель Иван Раев предлагает такой рецепт лечения болезни: смешать 30 г измельчённых сухих корней белладонны с кофейной чашкой активированного угля, залить 3 стаканами сухого белого вина и варить на небольшом огне 10 минут, затем процедить. Принимать по 1 чайной ложке 3 раза в день до еды 3 дня подряд. Через 3 часа после отвара съесть на кончике ножа размолотый мускатный орех и жевать корень аира.

БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА. Принимать на кончике ножа порошок белладонны 2-3 раза в день.

* * *

Белладонна противопоказана при органических изменениях сердечно-сосудистой системы, но в то же время она помогает справиться с брадикардией — замедленной сердечной деятельностью. Понятно, что нельзя ею пользоваться при тахикардии и аритмии. Белладонной лечат некоторые глазные болезни, однако при глаукоме она категорически противопоказана.

Растение сильно ядовитое. Смерть может наступить даже от нескольких съеденных ягод: появляется двигательное возбуждение, бред, судороги. Но вот ведь какой парадокс: при отравлении морфином и ядовитыми грибами белладонну используют как противоядие.

Препараты белладонны противопоказаны при беременности.

35. БЕЛЕНА ЧЁРНАЯ

У белены используют траву, собранную в фазе цветения, семена и корни. Её препараты большей частью находят наружное применение. Спиртовую настойку соединяют с растительным маслом и натираются при ревматизме, подагре. Примочки из настоя листьев прикладывают на фурункулы, карбункулы при первых признаках их появления. Из семян варят на жировой основе мазь, применяя её наружно при туберкулёзе костей. Припарки из белены полезны при болях в животе. Экстракт из кожицы, снятой со стебля, исцеляет болезни зубов.

О сильной ядовитости белены слышаны многие. Авиценна писал: «Белена — яд, который причиняет умопомешательство, лишает памяти и вызывает удушье и бесноватость». Дурную славу этого растения использовал Шекспир в трагедии «Гамлет», где короля убивают настоем из белены. Однако отравление белой редко приводит к смерти, ведь никто не станет употреблять её в чудовищных количествах. Следует учесть, что семена более ядовиты, чем листья.

ПОДАГРА, РЕВМАТИЗМ, НЕВРАЛГИЧЕСКИЕ БОЛИ. 3 чайные ложки истолчённых сухих семян белены залить 10 чайными ложками подсолнечного масла, настоять 10 дней. Белённое масло используется для растираний больных мест на ограниченных участках тела.

СИЛЬНЫЕ ВНУТРЕННИЕ БОЛИ, ЗУБНАЯ БОЛЬ. Четверть поллитровой стеклянной банки сушёных листьев залить доверху 0,5 л водки и настоять в тёмном месте, процедить. Принимать по 2 капли на столовой ложке воды (иногда по 5 капель) при сильных внутренних болях. При зубной боли намочить ватку и положить на несколько минут на больной зуб. Делать несколько раз с перерывами, пока боль не утихнет.

* * *

Препараты белены должен назначать только опытный фитотерапевт. Белена повышает

внутриглазное давление, поэтому противопоказана при глаукоме. Запрещается она для приёма внутрь при заболеваниях сердца, сопровождаемых тахикардией, аритмией, экстрасистолой. Белена противопоказана при беременности.

36. БЕЛОЗОР БОЛОТНЫЙ



Белозор ядовит. И почти забыт, хотя в прошлые времена был весьма популярен в народной медицине. Настой травы и корней использовали при сильном сердцебиении, неврозах сердца, судорогах, эпилепсии, бессоннице, головной боли. Положительные результаты отмечались при лечении белозором воспаления лёгких и туберкулёза, воспаления почек, воспаления тонкой кишки. Не следовало бы забывать о том, что настой белозора обладает мощным желчегонным действием, активно подавляет микробную флору в желчевыводящих путях и эффективен при воспалении желчного пузыря. Назначают белозор и при раке желудка.

РАК ЖЕЛУДКА. Смешать поровну траву и корни. 2 чайные ложки смеси залить стаканом кипятка, закрыть крышкой и настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день до еды. Начать приём с 1 столовой ложки. Если настой переносится нормально, то дозировку увеличить до 2 столовых ложек.

СИЛЬНОЕ СЕРДЦЕБИЕНИЕ, ГОЛОВНАЯ БОЛЬ, КРО— ВОТЕЧЕНИЯ. 4 столовые ложки травы настоять на 0,5 л водки 2 недели, ежедневно встряхивая. Процедить. Принимать по 20-30 капель 2 раза в день на воде.

* * *

Противопоказан белозор при гипотонии, брадикардии, повышенной свёртываемости крови. Нельзя пользоваться им при беременности.

37. БЕЛОКУДРЕННИК ЧЁРНЫЙ

Знатоки успешно используют это малоприметное сорное растение при ипохондрии,

депрессивных состояниях, бессоннице, вызванной нервным перенапряжением, а также при желудочных коликах, болезненных менструациях, при отёках. От ломоты в суставах и мышцах назначают ванны и припарки из травы.

ГИПЕРТОНИЯ. 2 чайные ложки сухой измельчённой травы на 1 стакан кипятка, настоять полчаса. Принимать по 34 стакана 2-4 раза в день.

ИШИАС, БОЛИ В СУСТАВАХ. 2-3 столовые ложки травы обварить кипятком, завернуть в марлю. Подушечки применять наружно для припарок.

* * *

Белокудренник чёрный противопоказан при гипотонии, беременности.

38. БЕРЕЗА

Она отдаёт людям всю себя без остатка. Нет нужды говорить о всех её достоинствах при заболеваниях любого рода, будь то простуда или грозный рак. В лечебных целях используются почки, листья, цветочные серёжки, берёзовый сок, берёзовый гриб, кора и даже береста. Знай только меру и прояви умение.

ПАРАМЕТРИТ (воспаление брюшного покрова матки). Высушить красную кору, которая находится под берестой. 1 столовую ложку залить 1,5 стаканами кипятка, поставить на водяную баню и парить 30 минут. Настоять 10 минут, процедить. Принимать по половине стакана 2 раза в день через 30-40 минут после еды.

ТУБЕРКУЛЁЗ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ. При поражении нервной системы туберкулёзом (туберкулёзный менингит, удаление туберкула головного мозга и т. д.). Смешать по одному стакану берёзовых почек, мёда и спирта. Настоять 9 дней. Пить по 1 столовой ложке 3 раза в день.

ДИАБЕТ САХАРНЫЙ. 2-3 столовые ложки берёзовых почек залить 2 стаканами кипятка, настоять 6 часов. Выпить в течение суток. Курс 1-2 недели, пока не снизится показатель сахара в крови.

ПАНКРЕАТИТ. Одну соседку увезли в больницу с приступом острого панкреатита. Её родственники сразу ко мне: помоги! Я дал что было под рукой — настойку почек берёзы и велел принимать по чайной ложке 3-4 раза в день. Уже на другой день больную перевели из реанимации в общую палату, а через три дня она вернулась домой. (Почки, обычно свежие, я настаиваю так: половину банки доверху заливаю водкой, плотно закрываю и настаиваю 2-3 месяца.)

ВАРИКОЗ. Указанной настойкой мазать вены подушечками пальцев, досуха, и 10-15 минут отдохнуть. И снова смазать, дать впитаться и высохнуть.

ОТЕКИ ВЕК. Столовую ложку свежих листьев залить стаканом холодной кипячёной воды, настоять 8 часов. Делать примочки. Хорошо помогает.

* * *

Помнить надо, что отвар или спиртовая настойка почек не рекомендуются при функциональной недостаточности почек из-за возможного раздражения паренхимы. То же самое относится к настою листьев.

Умелого применения требуют также чёрный берёзовый гриб — чага. Во время лечения им нежелательно принимать витамины А и В, копчёности, острые блюда и приправы, сладкое — мёд, сахар, виноград, кондитерские изделия. Одновременно с чагой нельзя назначать внутривенно глюкозу и инъекции пенициллина.

Препараты чаги противопоказаны больным хроническим колитом и больным дизентерией. От чаги иногда возникает задержка жидкости в организме. При длительном употреблении чаги у некоторых больных наблюдается повышенная возбудимость или,

напротив, угнетение центральной нервной системы.

39. БЕРЕСКЛЕТ ЕВРОПЕЙСКИЙ



В одном ряду с бересклетом европейским идёт и бересклет бородавчатый — между ними почти нет разницы. Отвар коры пьют при сердечно-сосудистых заболеваниях, отвар листьев — при асците, спиртовую настойку древесины — при гипертонии, отвар корней — при неврозах и головной боли. Настойка плодов, принимаемая каплями, полезна при импотенции, так как стимулирует половую деятельность.

* * *

Все части растения ядовиты. Отвары коры и плодов противопоказаны при диарее, колитах и энтероколитах. Не назначают бересклет при гипотонии, тошноте. Его препараты противопоказаны при беременности. Передозировка может вызвать понос и рвоту. Плоды в большом количестве вызывают энтерит и геморроидальное кровотечение.

40. БЕССМЕРТНИК ПЕСЧАНЫЙ

Его препараты малотоксичны и очень популярны в народе, особенно при заболеваниях печени: желтухе, циррозе, холецистите, камнях в жёлчном пузыре. Бессмертник рекомендуют при лечении атеросклероза, нарушении жирового обмена, ожирении, сахарном диабете, ишемической болезни сердца. Рецепты однотипные, указываются на упаковке.

* * *

Нельзя забывать о том, что бессмертник обладает кумулятивными свойствами, то есть накапливается в организме, поэтому длительное время применять его запрещено — это может вызвать застойные явления в печени. Бессмертник повышает давление. В случае крайней необходимости курс лечения проводят не более десяти дней.

Противопоказания имеются и при высокой кислотности желудочного сока, гиперацидных гастритах.

41. БЕШЕНЫЙ ОГУРЕЦ

В последние годы бешеный огурец привлекает внимание травников противоопухолевой активностью, особенно при злокачественных новообразованиях матки. Неплохо проявляет он себя и при трофических язвах, абсцессах, грибковом поражении кожи. Настой и сок плодов принимают внутрь при желтухе, водянке, воспалительных заболеваниях почек, кишечных коликах. Свежий сок, разбавляя водой в определённой пропорции, закапывают в нос при воспалении придаточных пазух. Вдумаешься в эти и многие другие полезные качества этого растения и поневоле удивляешься: откуда у него такое пугающее название? Оказывается, объяснение очень простое: плод, похожий на маленький толстый огурец, весь утыканный щетиной колючек, при созревании взрывается, как граната, с бешеной силой разбрасывая вокруг себя семена. Иногда я находил их на расстоянии двух-трёх метров от основного стебля.

* * *

Растение ядовитое, требует осторожного с ним обращения. Бешеный огурец противопоказан при панкреатите, заболеваниях желудка и кишечника со склонностью к жидкому стулу, при беременности, а также людям со слабым сердцем. Сок и настой травы использовать только по рекомендациям фитотерапевтов.

42. БИРЮЧИНА ОБЫКНОВЕННАЯ



Некоторые целители применяют отвар коры и листьев этого декоративного кустарника при женских заболеваниях — воспалении придатков матки, метроррагии — то есть сильном маточном кровотечении. В народной медицине настой коры на виноградном красном вине назначают при хронических бронхитах и пневмонии. Отвар листьев пьют при ангине,

гранулезном фарингите, а также сердечно-сосудистых заболеваниях, гипертонии.

ПНЕВМОНИЯ, ХРОНИЧЕСКИЙ БРОНХИТ. 3 столовые ложки высушенной измельчённой коры бирючины настоять 9 дней в 0,7 л красного виноградного вина, процедить. Принимать по 20-30 мл (неполная маленькая рюмка) до еды 3 раза в день.

МЕТРОПРАГИЯ (сильное маточное кровотечение). 2 чайные ложки сухих листьев и цветков залить половиной стакана кипятка, настоять 1-2 часа, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день вне зависимости от еды. Этим же настоем можно полоскать рот при воспалительных процессах.

* * *

Если кто-нибудь надумает лечиться этим растением, то следует учесть, что отвар коры и листьев нельзя принимать при запорах, а отвар плодов — при склонности к поносам. Спиртовые настойки и отвары противопоказаны при гипотонии, повышенной свёртываемости крови, тромбозах и варикозах. Растение ядовитое, особенно листья и плоды.

43. БОБЫ ОБЫКНОВЕННЫЕ (КОНСКИЕ)

Никакие овощи не сравнятся по питательности с бобами, их белок хорошо усваивается. В бобах содержатся незаменимые аминокислоты, которые в организме человека не синтезируются.

С лечебной целью используются семена и створки, иногда цветки. Настой или отвар створок бобов полезен при сахарном диабете. Муку из бобов, либо протёртые и варёные бобы едят при упорном кашле, при заболеваниях печени, почек и кишечника. Сваренные в молоке бобы, растерев, прикладывают для созревания нарывов, фурункулов.

* * *

Нельзя есть сырые или плохо проваренные бобы, так как при отравлении ими разрушаются эритроциты в крови — от этого моча становится бурой, появляется желтушность склер, болит голова, тошнота сопровождается рвотой. При варке токсические вещества сырых бобов разрушаются.

Бобы противопоказаны при желудочно-кишечных заболеваниях, сопровождаемых запорами, при метеоризме. Необходимо отказаться от них при подагре, гепатите.

44. БОДЯК РАЗНОЛИСТНЫЙ

Как и многие сорняки, бодяк обладает массой полезных лечебных свойств. Настой и отвар травы бодяка разнолистного в народной медицине применяют при различных нервных заболеваниях, эпилепсии, болезнях печени, зобе, желудочных коликах, при гастрите, язве желудка и двенадцатиперстной кишки. Примочки из настоя травы используют как заживляющее средство при ранах.

ЭПИЛЕПСИЯ. 1 столовую ложку травы залить 1 стаканом воды, кипятить 5 минут, настаивать 1 час, процедить. Принимать по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день за полчаса до еды. Этот же настой полезен при нервных заболеваниях и зобе, болезнях печени, анурии (недостаточном образовании мочи почками).

РАНЫ, ФУРУНКУЛЫ, КОЖНАЯ СЫПЬ. 3 столовые ложки травы залить 2 стаканами кипятка, настоять 2 часа, процедить. Использовать в виде примочек, пользоваться можно длительно. Внутрь можно принимать по 2 столовые ложки 2-3 раза в день при **КРОВОТЕЧЕНИИ— ЯХ.** Этим же настоем можно делать примочки на глаза при **КОНЬЮНКТИВИТЕ.**

* * *

Бодяк разнолистный не следует назначать при миопатии, энцефалопатии. В ряде случаев у больных наблюдалось повышение артериального давления.

45. БОДЯК СЪЕДОБНЫЙ

Кстати, почти все виды бодяков съедобны. У бодяка разнолистного едят молодые побеги и листья. Весенние побеги бодяка овощного используют для приготовления супов, пюре, салатов. Отвар травы бодяка овощного, между прочим, применяется при раке желудка и лёгких. У бодяка съедобного в пищу идут корни. Они же в виде отваров назначаются для лечения бронхоэктазии, абсцесса лёгких, пневмонии, при кровохарканье. Настой травы и цветков пьют при туберкулёзе лёгких, неврастении, неврозах, гипергидрозе, гастроэнтеритах, заболеваниях желчных путей. Отвар семян помогает при воспалении придатков матки и других женских заболеваниях.

ТУБЕРКУЛЁЗ, БРОНХОЭКТАЗИЯ, ПНЕВМОНИЯ, АБСЦЕССЫ ЛЁГКИХ, РАК ЛЁГКИХ (вспомогательное). 2 столовые ложки измельчённых корней залить 300 мл чистой воды (не из водопровода), довести до кипения и варить на слабом огне 5-6 минут, настоять 1 час, процедить. Принимать по половине стакана 3-4 раза в день до еды.

ВОСПАЛЕНИЕ ПРИДАТКОВ МАТКИ. 1 чайную ложку семян бодяка съедобного залить стаканом воды, довести до кипения и кипятить на слабом огне 5 минут. Настоять 2 часа. Процедить. Принимать по половине стакана 3 раза в день.

* * *

Противопоказаниями к применению бодяка съедобного при длительном лечении могут послужить гипертония, варикозы, склонность к тромбообразованию.

46. БОЛИГОЛОВ КРАПЧАТЫЙ



Растение очень ядовитое. Древние греки давали приговорённым к смертной казни выпить сок болиголова. Амирдовлат Амасиаци писал о нём: «Это растение нельзя ни есть, ни пить его сок, ибо он лишает человека разума и убивает его. А чтобы уменьшить его вредное действие, надо выпить сок полыни...» Тем не менее в народной медицине препараты из травы, цветков, семян и корней применяют при самых различных заболеваниях: болях в желудке, задержке мочи, ночных поллюциях, задержке менструаций, упорном болезненном кашле, нервных заболеваниях, мигрени, хорее, эпилепсии, аденоме простаты.

В последние годы болиголов становится всё более популярным при лечении онкологических заболеваний. Это своего рода народная химиотерапия, не имеющая при правильном назначении того разрушительного действия, какое оказывает на организм существующая официальная химиотерапия синтетическими цитостатиками. В болиголове наиболее токсичны семена. Это следует учитывать при приготовлении лекарства.

Дозировку должен назначать только опытный фитотерапевт, так как это зависит от использования разных частей растения — травы, цветков, семян, корней, в свежем или сушёном виде, а также от степени концентрации. Произвольное, непродуманное использование отваров и настоек болиголова может нанести организму непоправимый вред.

Болиголов я использую при многих видах онкологических заболеваний (в 30%, примерно, он не действует — хоть выбрасывай, и я заменяю его настойками борца, мухомора и др.). При индивидуальном подходе применяю разные схемы: классическую — от одной капли до сорока и обратно; двукратную — утром и вечером с одной до двадцати капель, и так принимать длительно. Есть схема, когда больной принимает по нарастающей до 20 капель четыре раза в день. Всё зависит от характера болезни и переносимости препарата. (Сам я без всякого вреда для организма принимал в сутки до 180 капель на протяжении шести месяцев без перерыва. Проверка установила улучшение состава крови, состояния почек, печени, простаты и других органов. Года три всякие ОРЗ и грипп обходили меня стороной.)

Пользуюсь я только той настойкой, которую готовлю сам, и потому уверен в её качестве. Настаиваю я только свежие цветки с верхушечными листьями, сразу бросаю их в водку — так лучше сохраняются летучие фракции растения. Треть банки рыхло — болиголов, доверху заливаю водкой. Процеживать не спешу, иногда стоит мой болиголов больше месяца.

Только в одиночку болиголов вряд ли справится со злокачественной опухолью. С таким случаем я не сталкивался. Возможно потому, что приходилось иметь дело с людьми на последней стадии болезни, когда медицина оказывалась полностью бессильной. Больному на прощанье давали справку «выписывается на симптоматическое лечение по месту жительства», врачи сами называли её «справкой на тот свет». И всё-таки в целом ряде случаев мне удавалось спасти их.

В августе 1995 года из онкодиспансера позвонил мне очень хороший опытный онколог с печальной вестью: через две-три недели мы можем потерять нашего общего знакомого, известного художника. Не стану называть его фамилии, назову по отчеству Данилычем. В его диагнозе: рак почки с метастазами в лёгкое и горло, цирроз печени, и все это на фоне сахарного диабета. Я помчался в больницу, прихватив с собой траву княжика сибирского, чистеца лесного, настойку ряски, леспедезы и противоопухолевый бальзам, составленный с учётом его болезни.

В это время заканчивали назначенную ему лучевую терапию, но шея больного была раздута, разговаривал он едва слышным голосом.

Через две недели шея опала, появился голос. Его выписали домой. Жена взяла в свои руки лечение травами. Составили первый курс. Сразу после пробуждения по капельной схеме болиголов. Немного погодя — чайная ложка настойки ряски (она необходима при раке горла, лёгких). Затем перед едой — настой травы княжика — 1 чайная ложка травы на стакан кипятка, настоять 2-3 часа, пить по 1/3 стакана. В каждую принимаемую порцию вливать 1 чайную ложку противоопухолевого, противометастатического бальзама. Через 30-40 минут

после еды — настой травы хвоща с настойкой листьев лавра. Через полтора-два часа после еды — настой травы подмаренника настоящего с соком дурнишника. (1 столовую ложку хвоща настаивать в стакане кипятка 2 часа, так же поступить с подмаренником.) Настоем травы чистеца лесного (1 столовая ложка на стакан, настоять 2-3 часа) делать примочки на шею. В течение дня больной пил по глотку 5-6 раз отвар корней копытня. Затем составили второй курс, куда вместо княжика вошли трава репешка, вместо хвоща — трава будры, вместо лавра — настойка корней девясила (для лёгких, против диабета). Вместо копытня — сделал ему девясилевое вино...

Все девять курсов в подробностях описать трудно, потому что некоторые травы и настойки менялись, как говорится, на ходу, иногда через одну или пару недель. Неизменными оставались только болиголов и специально составляемый противоопухолевый бальзам.

В мае Данилыч прошёл полную, тщательнейшую проверку в онкодиспансере, и заведующий отделением только одно слово произнёс: «Фантастика». Ни одной раковой клетки у Данилыча не обнаружили.

47. БОРЕЦ ВЫСОКИЙ



Из множества видов аконитов — их чаще называют борцами — у нас в Башкортостане произрастают только два вида: борец высокий и борец дубравный. В народной медицине борец дубравный использовался как противомаларийное средство. Обладает антиаритмическими и гипертензивными свойствами. Латинского названия борца высокого я не нашёл (скорее всего, это аконит северный). Во всяком случае, один из самых ядовитых аконитов.

В книге «Одолень-травы» я подробно рассказал о нём, привёл точную дозировку приготовления лекарств из него и способы применения. Коротко коснусь и здесь. Для внутреннего употребления настаиваю 3 столовые ложки высушенных верхушек с цветами и верхними листьями в 0,5 л водки и назначаю каплями, начиная с одной и ежедневно прибавляя по капле — до 20 или 40, в некоторых случаях вводя индивидуальные коррективы. Для наружного применения настаиваю 7 г корней в 0,5 л водки от 3 до 9 дней — важно

получить цвет тёмный, но прозрачный, напоминающий густую чайную заварку. Настойка корней используется на примочки к области опухоли, не более чем на полчаса, иногда меньше или больше — от индивидуальной переносимости. При метастазах в кость — на суставы, ребра, кисти рук, то есть на поражённые места. Избегать попадания на открытые раны, слизистую, особенно глаза — можно ослепнуть.

Напоминаю: борец очень ядовит, но как это не парадоксально, таящий в себе смерть, он способен спасти от смертельного недуга.

Применять одновременно борец и болиголов (или другие растительные цитостатики) нежелательно.

Борец высокий, как я заметил, чаще всего даёт эффект при некоторых видах опухолей внутренних органов — раке желудка, кишечника, прямой кишки, матки. Например, у одной женщины из Костромы был плоскоклетчатый неороговевающий рак желудка 3-й стадии, высокодифференцированный. Кроме капель борца высокого, она принимала желудочный противоопухолевый бальзам в настое травы буквицы, после еды через полчаса настой вероники лекарственной, часа через два после еды настой травы чистотела (1 чайная ложка на стакан, настоять 2 часа, принимать по 50 мл 3 раза в день), капая в настой сок чистотела по 15-20 капель. Было проведено 6 курсов лечения с применением соснового мёда с цветками сосны, зверобойного масла, настоев цветков калины, будры, медуницы, клевера, донника жёлтого (при упадке лейкоцитов), настоек дурнишника, календулы, зверобоя и пр. Это было в 1988 году. Женщина здорова, рецидивов не наблюдалось, но время от времени, хотя бы пару месяцев в год, она каплями принимает настойку борца — очень уж он ей нравится.

* * *

Опять повторю: все виды борцов ядовиты. При наружных примочках надо внимательно следить за работой сердца: чуть начнёт усиливаться сердцебиение, так сразу снимайте примочку и обратите внимание на время — стало быть, это ваш предел, даже если миновало не больше десяти минут.

При пользовании борцом первые признаки отравления — онемение языка, чувство жжения в груди или животе, тошнота, рвота. Сразу откажитесь от этого средства — оно не ваше. А необходимое подберёт вам опытный травник.

Самолечение любыми видами борцов строжайше запрещается.

48. БОРЕЦ СИНИЙ



В древнем тибетском трактате «Чжуд-ши» часто упоминается борец синий. Трудно понять, к какому виду аконита он относится. Во всяком случае, в определителе он мне не встречался. Внешне похож на борец дубравный — листьями и формой цветков, только цветы не жёлтые, а синие, причём такой чистой синевы, что одно загляденье. Этот тибетский вид борца привезла в тридцатых годах прошлого столетия знаменитая иркутская травница Елена Васильевна Лохэ, вышедшая замуж за китайца, учителя географии и ботаники. Он-то и привёз в Россию редкостный вид борца (незадолго до войны был репрессирован и погиб). Елена Лохэ, в числе других трав, выращивала и лелеяла синий борец, благодаря ему ставила на ноги многих больных, в их числе и Валерия Малышева — восходящую звезду советского вокала. После тяжелейшей болезни он оставил сцену и увлёкся траволечением, получил в подарок от Лохэ несколько саженцев синего борца.

В начале восьмидесятых после двух инфарктов я заполучил такую стенокардию, что не помогали ни таблетки, ни травы. В одном из разговоров я пожаловался Малышеву на свой недуг, он отругал меня, а через неделю я получил из Ленинграда посылочку с бутылкой настойки синего борца и пакетом травяного сбора. Начал принимать как указано, пил травяной настой с каплями борца почти восемь месяцев. Сначала особых перемен не чувствовал, а вскоре — по сегодняшний день — забыл, что представляет из себя стенокардия.

Малышев прислал посылкой свежие корни синего борца, это было в начале октября, и я тут же посадил их у себя в саду. Больших запасов нет, однако десятка два людей смогли получить настойку этой чудесной травы и поправили своё здоровье.

Рецепт: 1 стакан сушёной травы с цветками борца синего настаивать в 3 л водки не меньше 9 дней. Принимать: в первые 5 дней по 5 капель 3 раза в день, затем по 10 капель 3 раза в день и так, каждую пятидневку прибавляя по 5 капель, довести приём до 50 капель 3 раза в день, обязательно капая в травяной настой. А травяной настой представляет из себя набор таких трав: пустырник, мята, таволга, подорожник, крапива, цикорий, донник, подорожник, чистотел, шишки хмеля, вереск, шалфей, бессмертник. Все они тщательно, почти в муку, измельчены и тщательно перемешаны. Заваривается в стакане кипятка только неполная, вровень с краями, чайная ложка, настаивается 8 часов (ночь). Принимать по 50 мл 3 раза в день за полчаса до еды, капая в каждую порцию положенное количество борца, напомню, начиная с 5 капель 3 раза в день.

Дозировку ни в коем случае нельзя превышать. Как и все другие акониты, борец синий очень ядовит, его можно использовать только микродозами. Используется он с успехом при полиартритах, системных заболеваниях, эпилепсии, болезнях щитовидной железы, печени и почек, при раке различной локализации.

Тибетцы считали аконит универсальным средством для оздоровления и поэтому дали ему название «Великое лекарство».

49. БОРЩЕВИК ОБЫКНОВЕННЫЙ



Кто близок к природе, тот знает и ценит пикантный вкус супов и салатов из весенних побегов борщевика. А целители заготавливают листья, семена и корни для лечения целого ряда болезней. Авиценна говорил о борщевике: «Он очень полезен от падучей. Он полезен при затруднённом дыхании и астме. Корень его помогает от болей в печени и от желтухи». Действительно, борщевик оказывает хорошее действие при нервных заболеваниях и неврозах, судорогах, эпилепсии. Настой листьев дают пить при внезапно открывшемся поносе, а отвар — при желудочно-кишечных коликах, гастритах, колитах, застойных явлениях в печени и жёлчном пузыре.

ЭПИЛЕПСИЯ. 1 столовую ложку измельчённых корней залить 250 мл воды, довести до кипения и постепенно упарить на одну треть. Процедить. Принимать по 1 столовой ложке 4-5 раз в день вне зависимости от еды.

ФУРУНКУЛЁЗ. Чайную ложку семян залить 200 мл воды, кипятить на слабом огне 7-8 минут, 1 час настоять. Принимать по 50 мл 4 раза в день до еды при фурункулёзе.

ЖЕЛТУХА, БОЛЕЗНИ ПЕЧЕНИ И ПОЧЕК, ЭПИЛЕПСИЯ, УДУШЬЕ. Растереть в порошок семена борщевика, смешать в равной пропорции с мёдом. Принимать по 1 чайной ложке 3-4 раза в день до еды, запивая водой.

СУДОРОГИ РАЗЛИЧНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ, ЭПИЛЕПСИЯ, КОЖНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ, ПРИ РАССТРОЙСТВЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЖЕЛУДКА, ПРИ НЕРВНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ. 3 чайные ложки сухой травы залить 2 стаканами холодной кипячёной воды, настоять 2 часа. Принимать в холодном виде по четверти стакана 4 раза в день до еды.

* * *

Борщевик не применяют при геморрое и трещинах прямой кишки, провоцируемых запорами. Во время лечения требуется контроль за артериальным давлением. Борщевик снижает половую активность. При длительном применении приводит к бесплодию. Борщевиком нежелательно пользоваться при гастрите с повышенной кислотностью.

50. БОЯРЫШНИК КРОВАВО-КРАСНЫЙ



У боярышника целебны цветки, плоды, листья, кора. Широкое применение находит боярышник при сердечнососудистой недостаточности, стенокардии, мерцательной аритмии, пароксизмальной тахикардии, экстрасистолии, расстройствах кровообращения в сосудах сердца и головного мозга, атеросклерозе — особенно в климактерический период. Боярышник бывает необходим при тиреотоксикозе, повышенной функции щитовидной железы, повышенном кровяном давлении, головокружении, шуме в ушах, бессоннице, повышенной нервной возбудимости, одышке. Отвар коры используют при лихорадке, отвар плодов — при лейкемии. Эликсиром для продления жизни может послужить сок из майских листьев.

РЕВМАТИЗМ. На три четверти наполнить банку свежими цветками боярышника, не утрамбовывая, залить доверху водкой и настоять 1 неделю. Принимать по чайной ложке 3 раза в день через полчаса-час после еды, запивая настоем травы зверобоя.

УХУДШЕНИЕ ПАМЯТИ, БОЛЬШАЯ РАЗДРАЖИТЕЛЬНОСТЬ, СНИЖЕНИЕ РАБОТОСПОСОБНОСТИ, ГОЛОВОКРУЖЕНИЕ, ГИПЕРТОНИЯ, ЧУВСТВО СТРАХА ХОДЬБЫ ПО УЛИЦЕ, ПРИЗНАКИ РАССТРОЙСТВА КООРДИНАЦИИ И ПОХОДКИ. Принимать по 40 капель 3 раза в день заспиртованный сок цветков.

* * *

Имеется у боярышника и обратная сторона медали. Длительный и бесконтрольный приём его препаратов может вызвать угнетение сердечного ритма. Отвары и настойки нельзя

принимать натошак, а только через полчаса-час после еды. Если их пить на голодный желудок, то можно спровоцировать спазм сосудов, кишечный спазм, иногда и рвоту. После приёма боярышника нельзя сразу пить холодную воду — это вызовет кишечные колики. Снять их можно тмином, укропом, сельдереем. Плоды боярышника в большом количестве могут вызвать лёгкое отравление. Особенно вредны незрелые плоды.

Способность боярышника снижать давление иногда осложняет лечение сердечных недугов и других заболеваний у гипотоников. Для них, по моим многолетним наблюдениям, более подходящим является сок, отжатый из свежих цветков. Его необходимо смешать с равным количеством водки, чтобы предотвратить закисание.

51. БРУСНИКА

Коровья трава — это брусника, если перевести её название с латыни на русский язык. Не знаю, что находят в ней для себя коровы, но люди давно оценили её целебные свойства. Лечат не только болезни почек и мочевого пузыря. Ягоды брусники тонизируют сердечную мышцу, снижают артериальное давление, повышают прочность и эластичность кровеносных сосудов. Листья настаивают и пьют при неспецифическом или инфекционном артрите, ревматизме, остеохондрозе, подагре. Ценность брусники состоит ещё в том, что ягоды и листья подавляют рост болезнетворных грибов кандиды, микроспоры, трихофита, а также простейших жгутиковых — трихомонады, балантидиоза, провоцирующих тяжёлые заболевания. Лист брусники находит применение при лейкозах. Чай из листьев пьют при сахарном диабете.

ДИСБАКТЕРИОЗ. Добавлять в чай свежие или сушёные ягоды (при курсе лечения антибиотиками).

ЛЕЙКОЗ. Заваривать из расчёта 1 столовая ложка сухих листьев на стакан кипятка, настаивать 1 час. Принимать по половине стакана 3 раза в день (в комплексном лечении с другими травами: цветами гречихи, листьями черники и земляники, травой или соком медуницы, настойкой корней сабельника и пр.).

РАДИОАКТИВНОЕ ОБЛУЧЕНИЕ, МАЛОКРОВИЕ, ДИАБЕТ. 1 столовую ложку ягод варить 10 минут в стакане воды, настоять 1 час. Пить по 1 стакану 2 раза в день после еды.

ПОДАГРА, ОСТЕОХОНДРОЗ, АРТРИТ, ПОЛИАРТРИТ. 100 г сушёных листьев на 2, 5 л кипятка, закрыть крышкой и парить, укутав, 2 часа, процедить. Затем добавить 1 стакан водки и томить на огне ещё 15 минут, не доводя до кипения. Принимать по одной трети стакана 3 раза в день за полчаса до еды. Курс лечения — 6 месяцев, а при полиартрите, пока не пропадут осадки в моче.

РАК ЖЕЛУДКА. 1 столовую ложку листьев залить 2 стаканами кипятка, парить на водяной бане 15 минут, через 45 минут процедить. Долить кипячёной воды до первоначального объёма. Принимать по 50 мл 3-4 раза в день до еды (в комплексном лечении с другими средствами).

РАК КОЖИ. Съедать ежедневно по половине или по 1 стакану брусники 1-2 раза в день, в сочетании с дополнительным лечением.

* * *

Оказывается, и у брусники могут быть противопоказания. Неспроста в «Евгении Онегине» Пушкин обронил: «Боюсь, брусничная вода мне не наделала б вреда». Мало приятного, если после вкусного, сытного обеда, утолив жажду брусничной водой, не будешь вылезать из туалета. Брусника, казалось бы, обладающая вяжущим действием даже при гнилостных поносах, способна оказать обратное действие при гастритах с высокой кислотностью желудочного сока. При лечении брусникой должны осмотрительно подходить к ней гипотоники: листья и в особенности сок из ягод эффективно и быстро снижают давление. Нежелательно употреблять бруснику при холецистите. Ягоды в свежем виде

противопоказаны при язве желудка и двенадцатиперстной кишки. С осторожностью пользоваться при болезнях почек. Брусника противопоказана при уратных камнях.

52. БУДРА ПЛЮЩЕВИДНАЯ

В народе уважительно называют её сороканеужной травой. Спектр её применения и в самом деле безграничен. Необходимо лечить лёгочные заболевания — пожалуйста, будра тут как тут: поможет при фарингите, ларингите, бронхите, воспалении лёгких, бронхиальной астме, туберкулёзе лёгких. Получил человек переломы костей или вывихи — в два раза быстрее можно исцелиться, если прикладывать истолчённую свежую или запаренную сушёную траву. Не пройдёшь мимо будры при зобе, потере слуха. Рекомендуют её и при варикозном расширении вен. При наличии песка в жёлчном пузыре будра не только снимет воспаление, но и будет способствовать отхождению мелких камней диаметром 2-3 миллиметра. Будра показана при воспалительных процессах в желудке и кишечнике. Ею лечат заболевания почек, селезёнки, печени. Настой травы используют на примочки при слезотечении, конъюнктивитах, кожных заболеваниях — различных сыпях, язвах, ранах, фурункулёзе, псориазе. Настойка травы на уксусе эффективна при чесотке. Это далеко не весь перечень болезней, где требует своего присутствия будра.

Без будры я не мыслю своей домашней аптечки. Высоко ценю сок из свежесобранной майской травы, особенно при лечении цирроза и рака печени, рака горла, бронхов и лёгких. Теперь научными исследованиями подтверждено противоопухолевое и противометастатическое действие будры плющевидной.

КЛИМАКС. 1 десертную ложку сухой травы залить 0,5 л крутого кипятка, настоять, укутав, 10 минут, процедить. Пить в тёплом виде по 1 стакану 3 раза в день незадолго до еды.

РАК ПЕЧЕНИ, МЕТАСТАЗЫ. 1 чайную ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Пить по четверти стакана 3-4 раза в день. Капать в каждую порцию по 5-15 капель заспиртованного сока будры. (Для этого я отжимаю сок из майской цветущей травы и смешиваю пополам с водкой, предохраняя от закисания.) В некоторых случаях назначаю сок по 20 капель 3 раза в день, капая в настой репешка или буквицы.

* * *

Мне не приходилось наблюдать каких-либо ярко выраженных противопоказаний к будре. Следует только помнить, что растение считается ядовитым, так что дозировка должна быть разумной. Увеличенные дозы могут вызвать потливость, нарушить сердечный ритм. Необходимо прекратить лечение будрой при гипертонических кризах. Передозировка может вызвать сильное выделение слюны. И даже отёк лёгких.

53. БУЗИНА ТРАВЯНИСТАЯ



Бузина травянистая отличается от своих сестёр мощным, толстым, ползучим корневищем. И ветки у неё бело-розовые, собранные в зонтичные соцветия. Ягоды тёмно-фиолетовые с красным соком неприятного запаха. Любит запад и юго-запад европейской части России, растёт как сорняк на полях и огородах, по оврагам и опушкам, обитает на Украине, в Беларуси, в Крыму, на Кавказе. Как и многие сорняки, обладает большой целебной силой.

Судите сами. Растение это противораковое, противоопухолевое, кровоочистительное, укрепляет иммунную систему, борется с заболеваниями горла. Применяется при заболеваниях крови (лейкоз, лимфогранулематоз) и лимфосистемы, при миоме матки, женских воспалениях, зобе, хронических запорах, а также для лечения ревматизма, подагры, артритов, остеохондроза, болезней почек, воспаления мышц.

ЛЕЙКОЗ, ЛИМФОГРАНУЛЕМАТОЗ. До еды выпить 150 мл дистиллированной воды, а после еды — 1 десертную ложку сиропа. Его готовят так: поровну смешать ягоды и сахар, то есть стакан на стакан, закрыть и убрать в шкаф. Через 2 недели образуется сироп. Хранить в холоде. Сироп вкусный, но увлекаться нельзя — вызовет расстройство желудка.

РАК, САРКОМА. 1 столовую ложку измельчённых корней на 0,5 л воды, довести до кипения и на слабом огне кипятить 15 минут. Настаивать 10 часов. Принимать по 50 мл 3 раза в день за полчаса до еды.

ВОДЯНКА (особенно почечная), 30 г измельчённых корней залить 1 л кипятка, настоять 2 часа, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день (сильное мочегонное). Можно воспользоваться другим рецептом: 2-3 чайные ложки порошка корней залить 1 стаканом кипятка, настоять 2 часа, выпить за день в 3 приёма.

ДИАБЕТ. 2 чайные ложки корня залить 2 стаканами кипятка, настоять 4 часа, принимать по 1-2 столовые ложки 3-5 раз в день за 20 минут до еды.

54. БУЗИНА КРАСНАЯ

Народная медицина не обходит стороной этот растущий по лесным опушкам и берегам рек густоветвистый кустарник. Чаще всего отвары древесины, коры, цветков, входящие в сложные прописи, используются при лечении остеомиелита, смещения позвоночника, а

также органов пищеварения, при неврозах, стенокардии, бронхиальной астме, бронхоэктазах, хронических бронхитах, при артритах различного происхождения. Считается, что цветки и плоды обладают противоопухолевым действием. Настойкой спелых ягод на водке натираются при остеохондрозе, пяточной шпоре. Отваром корней лечат псориаз. Водно-спиртовую настойку цветков пьют каплями при патологическом климаксе.

ДЕФОРМАЦИЯ СУСТАВОВ, ОСТЕОХОНДРОЗ, ПЯТОЧНЫЕ «ШПОРЫ». Стекланную банку заполнить на три четверти объёма свежими ягодами, доверху залить водкой, закрыть крышкой и настаивать в тёмном месте не меньше месяца. Использовать в виде компрессов или смазывания 2 раза в день. Вот один из примеров. У женщины средних лет настолько были деформированы кисти рук, что она не могла держать даже ложку. Ежедневно она несколько раз тщательно втирала настойку в каждую фалангу пальцев, в ладони — по часу и больше на каждую процедуру. Перелом наметился месяца через три-четыре, когда она сообщила, что несла с рынка сумку с продуктами. Через полгода пригласила на суп с домашней лапшой — сама раскатала тесто и тоненько накрошила лапшу. Месяцев через восемь-девять все пальцы обрели прежнюю форму и подвижность — от болезни следа не осталось. А у матери моего товарища так выпирала шишка большого пальца на ноге — он чуть ли не поперёк ноги встал, и женщина обувь не могла надеть приличную. Всю зиму она просидела дома, с утра до вечера у телевизора, и от нечего делать втирала в «шишку» и палец настойку. К нашему удивлению, к весне палец встал на место, «шишка» исчезла, и женщина с наслаждением стала носить лёгкую удобную обувь. Я рассказал лишь про два случая с близко знакомыми людьми, а сколько других больных получили пользу — не считал.

РАК ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ. 1 столовую ложку сухих цветков залить стаканом кипятка, настоять 1-2 часа. Принимать по трети стакана 3 раза в день в промежутках между едой с настойкой почек берёзы или чёрного тополя, либо с настойкой свежих корней дягиля. Месяц пить, месяц отдыхать. От этого средства я наблюдал только положительные результаты.

РАК РАЗЛИЧНОЙ ЛОКАЛИЗАЦИИ. Засыпать полную 3-литровую банку свежими ягодами, залить 250 мл коньяка, настоять 10 дней. Затем ягоды перетереть в брезентовом мешочке до кашицы, вновь вместе с соком залить в банку, добавить туда 100 мл настойки берёзовых почек (желательно на коньяке), опять настоять 10 дней. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за 30-40 минут до еды, запивая настоем мяты или мелиссы. Курс лечения 1,5-2 месяца. Через месяц можно повторить (кстати, густой экстракт ягод стимулирует образование эритроцитов).

АСЦИТ (водянка). 200 г измельчённой коры залить 1 л белого сухого вина, настоять 2 дня. Принимать по 100 мл в день.

* * *

Химический состав бузины красной изучен недостаточно. Известно, что цветки, листья, кора, ягоды — сильное слабительное средство. Это надо иметь в виду при желудочно-кишечных заболеваниях со склонностью к жидкому стулу. Отвары листьев и коры при неумелом пользовании вызывают рвоту.

55. БУЗИНА ЧЁРНАЯ

Своей популярностью она затмевает бузину красную. И применяется значительно шире, находя признание даже в научной медицине. Отвар и настой из цветков бузины чёрной назначают при простудных заболеваниях, гриппе, бронхите с хрипами в груди и сухим кашлем, пневмонии, ларингите. Пьют эти настои при заболеваниях почек, почечных лоханок, воспалениях мочевого пузыря.

Чёрной бузиной лечат артриты, подагру, ревматизм, а также кожные заболевания.

Плоды собирают осенью только зелёными.

РАК ЛЁГКОГО. При сильном кашле и накоплении жидкости в лёгких эффективно принимать сироп бузины чёрной 3 раза в день после еды по 1 десертной ложке.

КОЛЬПИТЫ, ЦЕРВИЦИТЫ И ДРУГИЕ ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕНСКИХ ПОЛОВЫХ ОРГАНОВ. 30 г ягод чёрной бузины отварить в 0,5 л воды, в тёплом виде использовать для спринцеваний (прерывая за 2— 3 дня до наступления менструации и через 2-3 дня после неё, до полного излечения).

ОТЕКИ. 1 столовую ложку листьев залить 1 стаканом кипятка, ещё покипятить 5 минут, настоять до остывания. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день, пока отеки не начнут опадать.

ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК. Настой коры (с двухлетних веток) 6-8 мл или 4-5 г порошка из коры настоять 5-6 часов в 0,5 л кипятка в термосе. Пить по 100 г 5-6 раз в день, особенно при почечных отёках.

ДИАБЕТ. 1 столовую ложку сушёных ягод залить стаканом кипятка, настоять 20 минут, принимать по 50 мл 3-4 раза в день после еды.

* * *

Каких-либо серьёзных противопоказаний чёрная бузина не имеет. Следует лишь учитывать, что её препараты обладают мочегонным и слабительным действием и должны быть исключены при язвенном энтероколите, несахарном диабете, а передозировка может вызвать тошноту, рвоту.

56. БУКВИЦА ЛЕКАРСТВЕННАЯ



За долгие годы знакомства с ней у меня сложилось убеждение, что это ценнейшее лекарственное растение ещё не получило должного широкого признания. А ведь не зря в народе бытовала в стародавние времена поговорка: продай пальто — купи буквицу. Обратите внимание на то, с какой охотой пьют настой буквицы маленькие дети: видимо, инстинкт им подсказывает, что именно это лекарство даст выздоровление.

Буквица универсальна, оздоравливающе действует на весь организм. Иначе говоря — укрепляет иммунитет. Поэтому с её помощью легче бывает справиться с простудными заболеваниями дыхательных органов, бронхитами, астмой, лёгочными кровотечениями при туберкулёзе. Буквицей лечат болезни печени и желчного пузыря, мочевого пузыря и почек, желудочно-кишечные заболевания. Настой травы показан при ревматоидных артритах и подагре. В виде примочек её используют при варикозном расширении вен с трофическими язвами. Хорошо проявляется действие буквицы при истощении нервной системы.

ГЕРИАТРИЯ (пожилой возраст). 1 столовую ложку травы кипятить в 1 стакане воды 15 минут при самом слабом кипении. Можно добавить 2 столовые ложки виноградного вина — при желании. Выпить стакан за день в 3-4 приёма. Не комбинировать с другими растениями. Средство иммунотропное и кровоочищающее, помогает при атеросклерозе, улучшает обмен веществ, понижает давление.

ГИПЕРГИДРОЗ КИСТЕЙ. Заваривать из расчёта 1 столовая ложка травы на стакан кипятка — делать ванночки при повышенной потливости рук.

РАК ЛЁГКИХ (с кровохарканьем). Заварить в стакане кипятка 1 полную чайную ложку травы, настоять 1-2 часа, процедить. Влить в настой 2 столовые ложки крепкого виноградного портвейна. Принимать по 60 мл 2 раза в день до еды. (Я часто вводил это средство в комплекс при раке лёгкого.)

ГАЙМОРИТ. Настой буквицы из расчёта 1 столовая ложка на стакан кипятка, настоять 2-3 часа — закапывать в каждую ноздрю по полной пипетке настоя минимум 5-6 раз в день, разжижённое содержание гайморовых пазух быстро начинает выделяться наружу. Это средство помогало многим.

* * *

При многих заболеваниях я назначаю буквицу, даже при таких недомоганиях, не упоминаемых в медицине, как «весенняя усталость», потому что противопоказаний у неё немного. Буквица нежелательна при гастритах с низкой кислотностью, при ярко выраженной гипотонии. Противопоказана буквица при угрозе тромбообразования, так как содержащийся в траве стахидрин способствует кровесвертыванию. Нельзя пользоваться буквицей при беременности.

57. ВАЛЕРИАНА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

Препараты из корней валерианы широко применяются как успокаивающее средство при нервном возбуждении, неврозах, сердечно-сосудистых заболеваниях, спазмах сердца, желудка и кишечника, бессоннице, мигрени, бронхиальной астме, как противосудорожное при эпилепсии и испуге, при нейродермитах, тиреотоксикозе, несахарном мочеизнурении, климатерических расстройствах, токсикозах беременности.

ГИПЕРТИРЕОЗ. При повышенной функции щитовидной железы 8-10 г корня валерианы залить 1 стаканом крутого кипятка, закрыть блюдцем так, чтобы доньшко окунулось в настой. Содержимое выпить на следующий день в несколько приёмов.

КЛИМАКС (с повышенным давлением). 2 столовые ложки корня залить 0,5 л кипятка, подержать на водяной бане 15 минут, затем дать остыть, отжать. Принимать по половине стакана 2-3 раза в день через 30 минут после еды.

МИГРЕНЬ. 2 чайные ложки валерианы на стакан воды, кипятить на слабом огне 5 минут, после остывания процедить. Принимать по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день.

ПНЕВМОНИЯ. Принимать по 1-2 г порошка корней, запивая столовой ложкой воды.

ГЕЛЬМИНТОЗ. 1 столовую ложку измельчённых корней залить 1 стаканом холодной кипячёной воды. Настоять под крышкой 8-12 часов, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день. Помогает от ленточных глистов.

ГЛАУКОМА, УХУДШЕНИЕ ЗРЕНИЯ. Залить 1 л красного виноградного вина 50 г

порошка корня валерианы, настоять 15 дней, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды.

* * *

У валерианы выявлены и противопоказания. Её препараты повышают свёртываемость крови, что особенно нежелательно пожилым людям, особенно при угрозе инфаркта или инсульта.

При хроническом энтероколите валериана способна вызвать обострение.

В восточной медицине считалось, что валериана вредна для почек (видимо, способствует задержке жидкости при плохой работе почек и мочевого пузыря при некоторых заболеваниях).

С осторожностью надо отнестись к валериане гипертоникам, так как она иногда порождает возбуждающий эффект не только при длительном, но и однократном приёме, нарушает сон, вызывает тяжёлые сновидения. Иногда наблюдается полная непереносимость валерианы некоторыми людьми. Чаще всего это наблюдается при астеноневротических синдромах и диэнцефальных пароксизмах.

58. ВАСИЛЁК СИНИЙ

Цветки василька прежде всего эффективны при заболеваниях почек и мочевого пузыря. Отвар соцветий пьют также при болезнях сердца, головных и желудочных болях. Водный настой травы применяют при водянке, желтухе, задержке менструации. В отваре травы купают детей при диатезе, экземах. Настой василька полезен при куриной слепоте.

ГИДРОНЕФРОЗ. Взять две части листьев толокнянки, по одной части петрушки, берёзовых почек, листьев вахты трилистной и корней девясила, все перемешать. 1 столовую ложку сбора залить 2 стаканами кипятка, на слабом огне кипятить 5-7 минут, лишь затем всыпать в отвар 1 чайную ложку цветков василька, закрыть крышкой и настоять 20 минут. Принимать по стакану 3 раза в день перед едой в тёплом виде.

ИНФАРКТ МИОКАРДА. От свежесобранной травы василька в начале цветения взять 100 г, залить 2 стаканами оливкового или подсолнечного масла холодного отжима, плотно закрыть, выставить посуду на солнце и настаивать 20 дней, после чего процедить. Принимать по 1 чайной ложке утром натощак для нормализации сердечной деятельности после инфаркта.

ЖЕЛТУХА. Оборвать от цветков лепестки василька и залить водкой из расчёта 1:10. Настоять пару недель. Капать по 20-30 капель на столовую ложку тёплой воды, принимая 3-4 раза в день до еды.

ВОДЯНКА. В стакане кипятка заварить 2 чайные ложки цветков, настоять 1 час, процедить. Пить по четверти стакана 3 раза в день за 10-15 минут до еды.

ОТЕКИ. В данном случае 1 чайную ложку цветков (лепестков) залить 1 стаканом кипятка, закрыть крышкой и настоять 1 час. Пить по половине стакана 3 раза в день за полчаса до еды.

НЕФРИТ, ЦИСТИТ, УРЕТРИТ. Берётся 1 столовая ложка краевых лепестков на 1 стакан крутого кипятка. Настоять 2 часа. Принимать по четверти стакана 3-4 раза в день, предпочтительно до еды.

Да, это кропотливая работа — обрывать с цветков лепестки. И сушить их надо в полутёмном месте, чтоб они не выгорели и не обесцветились — белесые, бесцветные хоть выбрасывай, лечебного действия они не окажут. Помнится, несколько дней я потратил на сбор лепестков для лечения одной молодой женщины, у которой обнаружили пиелонефрит. Сушил сырьё по всем правилам, но все равно часть лепестков пришлось отбраковать: оказывается, раннее утреннее солнце отыскало узенькую полоску в занавеске и прихватило-таки поверху часть лепестков. К счастью, отбраковывать пришлось совсем немного.

* * *

Василёк синий, равно как и василёк луговой, применяемые зачастую при одних и тех же заболеваниях, имеют и одинаковые противопоказания. Запрещается пользоваться васильками при женских заболеваниях с маточными кровотечениями, продолжительными болезненными менструациями.

Препараты василька нельзя принимать внутрь при беременности.

При лечении васильком нельзя забывать, что возможна кумуляция в организме циановых соединений. Поэтому при длительном лечении запущенных хронических болезней необходимо делать перерывы.

59. ВАСИЛИСНИК ВОНЮЧИЙ

Медицина признает этот вид василисника как сердечно-сосудистое средство гипотензивного действия. Настойка травы, принимаемая каплями, эффективна при ранних формах гипертонической болезни. Мало того, подтверждено противоопухолевое действие василисника при лечении саркомы и других злокачественных опухолей.

В народе применение шире: при желтухе, поносах, малярии, ревматизме, простудных заболеваниях, женских болезнях.

РЕВМАТИЗМ. 1 столовую ложку измельчённой травы заварить в 1 стакане кипятка, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

ТУБЕРКУЛЁЗ ЛЁГКИХ. 5 столовых ложек настоять в 0,5 л водки в течение двух недель. Периодически взбалтывать, процедить. Принимать по 30-40 капель 3-4 раза в день на воде или в подходящем для лечения туберкулёза травяном настое.

60. ВАСИЛИСНИК МАЛЫЙ

В гомеопатии его, как и василисник вонючий, применяют при слабом зрении и болезненных менструациях. Оба эти растения имеют много общего. Василисник малый тоже используют при начальной форме гипертонии, желудочно-кишечных, сердечно-сосудистых заболеваниях, желтухе, малярии, туберкулёзе, эпилепсии, головных болях, маточных кровотечениях и воспалении придатков, венерических язвах, нарушениях обмена веществ. Отваром листьев обмывают кожные сыпи, язвы, делают примочки при раке кожи.

ЭПИЛЕПСИЯ. 3 столовые ложки измельчённой травы залить 0,5 л водки, настоять 15 дней, процедить. Принимать от 15 до 25 капель 3 раза в день.

САРКОМА (и другие злокачественные новообразования). 1 чайную ложку травы заварить в стакане кипятка, закрыть крышкой и поставить в кипящую водяную баню. Парить 15 минут. Настоять до остывания. Принимать по четверти стакана 3 раза в день до еды.

Другой рецепт: 1 столовую ложку корней или травы василисника залить стаканом кипятка, парить на водяной бане 30 минут, остужать 10 минут, затем процедить. Пить по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день до еды.

* * *

Оба василисника ядовитые, для приёма внутрь назначаются в строгой дозировке. Василисник не показан при слабой сердечной деятельности, брадикардии — уреженном пульсе, гипотонии, кишечных болезнях с атоническими запорами.

61. ВАХТА ТРИЛИСТНАЯ — ТРИФОЛЬ

В народе его называют трилистник водяной, а вахтой прозвали потому, что его

крупные соцветия хорошо заметны даже в темноте, трифоль как бы несёт вахту вокруг водоёма, как бы предупреждая путника об опасности, наличии впереди воды или болота.

Травники собирают полностью развитые листья до или во время цветения. После высушивания применяют как горечь для возбуждения аппетита, при гастритах с низкой кислотностью, при геморроидальных кровотечениях, туберкулёзе лёгких, кашле, при заболеваниях печени и желчного пузыря в качестве желчегонного средства.

В дерматологии настой или отвар листьев применяется при аллергических зудящих дерматозах, псориазе и других заболеваниях кожи в виде примочек и обмываний.

АХИЛИЯ ЖЕЛУДКА. Траву измельчить, 2 чайные ложки залить стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать по четверти стакана за полчаса до еды. Повышает аппетит, заставляет работать желудок, устраняет боли в кишечнике.

ГАСТРИТ ГИПОЦИДНЫЙ. Листья измельчить в порошок, принимать по 1 грамму 2 раза в день за полчаса до еды (помогает повысить кислотность).

* * *

Сильная горечь растения способствует развитию аппетита, поэтому людям тучным, склонным к ожирению, трифоль нельзя назначать. Некоторые фитотерапевты рекомендуют трифоль при желчно-каменной болезни, однако есть опасность, что подвижные, крупные камни при выходе могут застрять в желчных протоках.

От применения вахты трилистной следует воздержаться при запорах, особенно в пожилом возрасте.

62. ВЕРБЕЙНИК МОНЕТЧАТЫЙ — ЧАЙ ЛУГОВОЙ



Вербейник находит применение только в народной медицине, в основном как кровоостанавливающее средство: настой травы дают пить при кровохарканье, кровавом поносе и дизентерии, носовых и маточных кровотечениях, наружно — при кровоточащих ранах. Свежую или запаренную кипятком сушёную траву прикладывают к болезненным участкам тела при мышечном и суставном ревматизме, полиартритах, подагре.

Точно такими же свойствами обладает его ближайший родственник — вербейник обыкновенный.

АРТРИТЫ, МЫШЕЧНЫЙ И СУСТАВНОЙ РЕВМАТИЗМ. 1 столовую ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настоять 2-3 часа, процедить. Принимать по 1/4 стакана 3-4 раза в день.

МОЛОЧНИЦА, СТОМАТИТ. Приготовить такой же настой и полоскать рот несколько раз в день.

* * *

Вербейники противопоказаны при повышенной свёртываемости крови, варикозах, тромбозах, склерозе сосудов конечностей, гипертонии.

63. ВЕРБЕНА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

В древности ей приписывали магические свойства, якобы предохраняющие от сглаза, порчи и проклятья. Считалось, что она излечивает все болезни. Сейчас вербеной пользуются редко, так как имеются более эффективные средства для лечения печени, селезёнки, анемии, общей слабости, хотя не следовало бы забывать, что чай из листьев вербены хорошо помогает при атеросклерозе и особенно при набухании жил, закупорке вен, тромбозах.

ТРОМБОЗЫ, НАБУХАНИЕ ЖИЛ, АТЕРОСКЛЕРОЗ. 2-3 чайные ложки травы вербены залить стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать каждый час по 1 столовой ложке. Этот же настой помогает при закупорке вен.

* * *

Противопоказанием к вербене является гипертония. Не рекомендуется она при низком содержании в крови тромбоцитов.

64. ВЕРЕСК ОБЫКНОВЕННЫЙ

К некоторым растениям рецепты я не прилагаю, говорю только об их пользе и противопоказаниях, потому что аналогичные рецепты приводятся с более эффективными и доступными растениями.

О вереске могу сказать, что отвар цветущих веток считается хорошим средством при ревматизме, подагре. Настой травы принимают при воспалении почечных лоханок и мочевого пузыря, почечно-каменной болезни, как успокаивающее средство при нервном возбуждении, испуге. Спиртовую настойку пьют при туберкулёзе лёгких. Отваренную траву прикладывают к ушибам, переломам.

* * *

Вереск имеет противопоказания только при некоторых заболеваниях желудка с низкой кислотностью, при склонности к запорам. Индивидуальная непереносимость иногда наблюдается при упадке сил с заторможенной реакцией и сонливостью.

65. ВЕРОНИКА ЛЕКАРСТВЕННАЯ



Трава вероники в виде настоев и отваров популярна в народной медицине при потере памяти, головокружении, при заболеваниях, вызванных поднятием тяжести. Лечат вероникой болезни печени, почек, селезёнки, мочевого пузыря, язву желудка. Находит она применение и при гинекологических заболеваниях, климаксе. Хорошо помогает вероника при заболеваниях дыхательных путей: простуде, кашле, бронхите, бронхиальной астме, ларингитах, трахеитах, туберкулёзе лёгких.

Используют также другие виды вероники: дубравная, широколистная, длиннолистная, седая, имеющие сходное действие.

РАК ЖЕЛУДКА. 2 чайные ложки сушёной травы залить 2 стаканами кипятка, настоять 2 часа. Принимать по половине стакана 4 раза в день через час после еды.

ПОЛИАРТРИТ, ПОДАГРА. Эффективен сок вероники по 2 столовые ложки 2-3 раза в день натощак. Лечение летнее, с конца мая по август, но даже этих 2-3 месяцев бывает достаточно для интенсивного лечения, а закрепить достигнутые успехи можно в зимний период другими дополнительными средствами.

ПИЕЛОНЕФРИТ ХРОНИЧЕСКИЙ. На одну порцию смешать 2 чайные ложки сока свежей травы с 2 чайными ложками козьего молока. Принимать 2 раза в день перед едой.

ВОСПАЛЕНИЕ ПРИДАТКОВ. Приготовить такой сбор: по 5 частей травы вероники, черныбыльника и ромашки аптечной, жёлтого донника — 1 часть. Перемешать. 5 столовых ложек сбора залить 1 л кипятка, настоять полчаса. За это время сделать очистительную клизму. Поллитра отвара выпить на ночь в горячем виде. 300 мл использовать для спринцевания, а 150 мл ввести в задний проход и лечь на бок. Через несколько дней можно вести нормальную половую жизнь, но, чтобы полностью вылечиться, придётся делать эти процедуры 2-3 раза в неделю в течение 2 месяцев. Да, все это выполнить непросто, но терпение вознаградится полным излечением.

ГРИБКОВЫЕ ПОРАЖЕНИЯ КОЖИ. Из свежей травы отжать 1 стакан сока, смешать с 1 стаканом 90° спирта, настоять 10 дней. Смазывать поражённые места. Средство эффективное.

ЗУД ПОЛОВЫХ ОРГАНОВ У ПОЖИЛЫХ ЖЕНЩИН (особенно страдающих сахарным диабетом и гинекологическими заболеваниями). 2 чайные ложки сухой травы залить 2 стаканами кипятка, настоять 2 часа. Пить по одной трети — половине стакана 4 раза в день после еды. Настой избавляет от нестерпимого зуда, улучшает аппетит и пищеварение.

НЕЙРОДЕРМИТ, ЭКЗЕМА, ПОЧЕСУХА, КОЖНЫЙ ЗУД, ПИОДЕРМИТ. Настоем из 1 столовой ложки травы на стакан кипятка, дать настояться 2 часа — делать ежедневные обмывания или примочки несколько раз в день. В настое купают детей при кожных заболеваниях.

* * *

Во всей имеющейся литературе не найти указаний на какое-либо побочное действие вероники. Но это вовсе не означает, что никаких противопоказаний к ней не имеется. К примеру, назначал я веронику лекарственную, обладающую противоопухолевым действием, при раке желудка. В одном случае она превзошла все мои ожидания: больная женщина пошла на поправку, хваля в числе прочих средств именно веронику. В другом случае наблюдалась непереносимость: отвар травы усиливал боли в желудке и вызывал упорную рвоту, так что от вероники пришлось отказаться. Эти и другие примеры из практики убедили меня в том, что вероника требует к себе индивидуального подхода: труднее переносится при высокой кислотности желудочного сока, при гипотонии, некоторых сердечных недомоганиях.

66. ВЕТРЕНИЦА АЛТАЙСКАЯ

Он знаком многим из нас — этот вестник весны с нежными белыми цветками, пробивающими остатки снега в пока ещё голом лесу. Среди легкомысленных собирателей букета подснежников нет-нет да попадаются истинные ценители этого лекарственного растения. Бережно берут и траву, и клубеньковые корневища. Все это пригодится при лечении эпилепсии. В случае необходимости можно будет применить при гриппе, заболеваниях почек, ревматизме и даже параличе.

* * *

Растение сильно ядовитое, не терпит вольного с ним обращения. Помнится один очень давний случай. Женщина, страдающая ревматизмом, вычитала в справочной литературе, что хорошо помогает натирание спиртовой настойкой ветреницы алтайской. Настояла свежие луковицы на водке, начала натираться и получила вместо облегчения такие сильные ожоги с язвами, что пришлось приложить немало усилий для избавления от последствий её безграмотного самолечения. Отсюда вывод: не зная броду, не суйся в воду. Любая самодеятельность в обращении с ядовитыми растениями запрещена.

Сильно ядовиты и другие виды ветрениц: белая, вильчатая, лесная, лютичная. Все они используются при нервных заболеваниях, эпилепсии, параличах, заболеваниях дыхательных путей и сердца, слабости слуха и зрения; наружно — при ревматизме, рожистом воспалении, гнойничковых и грибковых поражениях кожи. Требуется строжайшая дозировка. Ветреницы категорически противопоказаны при беременности. Нежелательно принимать внутрь при панкреатите, гипертонии, сердечной недостаточности с брадикардией. Лечение должен назначать только опытный фитотерапевт.

67. ВЕХ ЯДОВИТЫЙ — ЦИКУТА

Растение чрезвычайно ядовитое, вызывающее при отравлении смерть. Микродозами обычно используется в гомеопатии. Опытные фитотерапевты тоже иногда применяют траву, цветки, корни ве́ха при эпилепсии, столбняке, судорогах. Наружно в виде мазей и настоев при ревматизме, воспалении седалищного нерва, хронических дерматитах. И только в тех случаях, когда без него не обойтись.

* * *

Вех противопоказан при угнетённом состоянии центральной нервной системы, гипотонии. Нельзя применять при беременности.

68. ВЗДУТОПЛОДНИК СИБИРСКИЙ

В фармацевтической промышленности из корня вздутоплодника готовят препарат фловерин, обладающий способностью расширять периферические сосуды и нейтрализовать сосудосуживающий эффект адреналина. Фловерин оказывает спазмолитическое действие на сосуды.

В народной медицине корни и корневища вздутоплодника используются при болях в сердце — прекращаются или становятся менее интенсивными ангиозные приступы, улучшаются показатели электрокардиограммы. Вздутоплодник обладает бактериостатической активностью, в частности, к туберкулёзной палочке, и находит применение при туберкулёзе лёгких, пневмонии. Полезен он и при спастических формах энтерита, болезни Рейно. В монгольской медицине это растение применяют для лечения опухолей.

ТУБЕРКУЛЁЗ ЛЁГКИХ, ПНЕВМОНИЯ. 2 чайные ложки корней вздутоплодника варить на слабом огне 5—6 минут в стакане воды, настоять 2 часа. Принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день.

РАК ЖЕЛУДКА, ПИЩЕВОДА, ЛЁГКИХ (особенно из Даурского района Восточной Сибири вздутоплодник Турчанинова). 10 г корней и корневищ (2 чайные ложки) на полтора стакана воды — 300 мл, кипятить 6-8 минут, настоять 2 часа, процедить. Принимать по полстакана 4-5 раз в день за 1 час до еды.

* * *

При всей полезности вздутоплодник имеет и противопоказания. Нельзя пользоваться им при гипотонии, атонических запорах, метеоризме. Лечение необходимо отменить при появлении тошноты, головокружения.

69. ВИНОГРАД КУЛЬТУРНЫЙ

Древние римляне говорили: «Путь нашей жизни проходит через виноград». Действительно, ни один фрукт не выдерживает сравнения с ним в широте лечебного действия при самых различных заболеваниях. С глубокой древности виноградом лечат заболевания сердца, бронхов, почек, печени, сосудистой системы, истощение нервной системы, гипертонию и в то же время гипотонию, подагру, анемию, нарушение обмена веществ, гастриты с повышенной секрецией, кашель, ангину, атонические запоры, бессонницу, маточные кровотечения и др.

АТЕРОСКЛЕРОЗ. Вы надолго забудете о своём заболевании, если 3 раза в день будете пить свежий виноградный сок за 1 час до еды в течение полутора месяцев, по стакану.

ПОДАГРА. В течение трёх месяцев надо есть виноград, затем перейти на сок — утром и вечером до еды по схеме: первые 3 дня пить по четверти стакана, потом 5 дней по полстакана, следующие 5 дней по три четверти стакана, ещё 5 дней по стакану сока и последние 5 дней по 1,25 стакана. За этот срок виноградный сок выведет из организма все избытки мочевой кислоты и солей уратов. Начинать следует с 200 ягод на один приём и постепенно довести суточную дозу винограда до 2 кг. Кожицу и зерна не употреблять. Во время лечения избегать жирных и солёных блюд, кефира, свежего и кислого молока, сырых овощей и фруктов, спиртных напитков, пива, газированной воды, в том числе и минеральной. Если пунктуально следовать схеме лечения, то вы полностью избавитесь от

мучительной болезни, а обойдётся это значительно дешевле больничного или санаторного лечения.

ХРОНИЧЕСКИЙ ЗАПОР. Ежедневно выпивать по 2 стакана сока 3 раза в день за 1 час до еды. Курс лечения — 2 месяца.

МАТОЧНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ. Принимать порошок из сухих листьев по 1-2 г три раза в день, запивая водой.

ПРОСТУДНОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ ПОЧЕК И МОЧЕВЫХ ПУТЕЙ. Вложить в изюминку вместо косточек горошину чёрного перца, глотать по 1-2 изюминки 3-4 раза в день, запивая водой. Лечение длительное. Кстати, это же средство рассасывает **КАМНИ В ПОЧКАХ И МОЧЕВОМ ПУЗЫРЕ.**

ТУБЕРКУЛЁЗ ЛЁГКИХ, БРОНХИТ. Есть как можно больше винограда тёмных сортов, ягоды давить во рту, половину косточек выплёвывать, половину глотать.

ГИПЕРТОНИЯ. 1 столовую ложку сухих листьев заварить стаканом кипятка, настоять и принимать по полстакана 2-3 раза в день до еды.

* * *

Виноградный сок, в отличие от других соков, сразу поступает в кровь. В этом он равен меду, который тоже сразу усваивается организмом, а по своему химическому составу сок сродни грудному женскому молоку.

К великому сожалению, не каждому дано пользоваться виноградом безнаказанно. Он противопоказан при сердечной недостаточности с отёками, уремическом состоянии.

В свежем виде виноград противопоказан при гипертонии. (Правда, медицинский препарат из винограданатуроза при внутривенном введении повышает давление, способствует усвоению Сахаров сердечной мышцей.)

От винограда необходимо отказаться при дискинезии желчных ходов, дизентерии, при обострении язвы желудка и двенадцатиперстной кишки.

Противопоказан виноград при бронхоэктатической болезни, хронических нагноительных процессах в лёгких, острых формах туберкулёза.

Сладкие сорта противопоказаны при диабете, а также тучности, сильном ожирении.

Кроме того, виноград, попадая на кариозные зубы, усиливает процесс их разрушения, поэтому всякий раз после него надо прополоскать рот раствором чайной соды.

Сочетание винограда с молоком, огурцами, жирной пищей, минеральной водой, рыбой, пивом часто вызывает метеоризм и расстройство желудка — учтите это, предлагая гостям на десерт виноград за праздничным столом.

Тем, кто любит готовить домашнее вино, следовало бы знать, что сок сорта «изабелла» при брожении образует ядовитые вещества, которые губительно действуют на зрение, почки, органы дыхания и даже могут вызвать цирроз печени.

При употреблении винограда надо знать, что нельзя употреблять свежесорванный виноград, он должен полежать 2-3 дня после сбора, иначе в животе образуется много газов, усиливается метеоризм, нарушается образование витаминов группы В в толстом кишечнике. Когда едят виноград, кожицу обязательно выбрасывают, именно она способствует образованию газов в кишечнике и вызывает метеоризм. Косточки тоже не следует есть, поскольку они задерживают мочу и способствуют запорам.

Баночный магазинный виноградный сок для лечения не годится. Можно применять сок домашнего консервирования, но при этом следует учесть, что витаминов в нём содержится намного меньше, а ферменты (энзимы) при консервировании исчезают полностью.

70. ВИШНЯ ОБЫКНОВЕННАЯ

Народные целители издавна убеждены в том, что нет такого органа и системы в организме человека, которые не поддавались бы лечению вишней. Это и

сердечнососудистая, мочеполовая, лёгочная системы, желудочнокишечный тракт, печень, почки, поджелудочная железа, опорно-двигательный аппарат, малокровие. Вишня благотворно действует на центральную нервную систему, обладает успокаивающим и противосудорожным действием, и в прошлом некоторые врачи применяли отвар ягод при психических заболеваниях, эпилепсии. Плоды вишни с молоком помогают при лечении артритов. Отвар свежих листьев на молоке эффективен при желтухе различного происхождения. При язве желудка дают пить настой корней вишни. Лечебным действием обладают даже плодоножки — отвары из них назначают при мочекишечной диатезе и заболеваниях суставов.

ДЛИТЕЛЬНЫЕ БОЛЕЗНЕННЫЕ МЕНСТРУАЦИИ. 1 столовую ложку вишнёвых плодоножек залить 1 стаканом кипятка, дать слегка покипеть 5 минут, настоять 1 час, процедить. Принимать по одной трети — полстакана 3—4 раза в день вне зависимости от еды.

ЯЗВА ЖЕЛУДКА И ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНОЙ КИШКИ. 2 чайные ложки корней вишни на стакан воды, довести до кипения и кипятить 5 минут, настаивать 1 час, процедить. Принимать за 20-30 минут до еды по четверти или одной трети стакана 3-4 раза в день.

АРТРИТ, ПОДАГРА, НАРУШЕНИЕ ОБМЕНА ВЕЩЕСТВ, АТЕРОСКЛЕРОЗ. Пить в течение сезона по одной трети или до половины стакана свежий сок 3-4 раза в день.

ЖЕЛТУХА (любого происхождения). Измельчить свежие листья вишни, положить 3-4 столовые ложки в поллитра закипающего молока, варить 5 минут, 1 час настоять, процедить. Пить по полстакана 3 раза в день. Курс 2-3 недели. Если болезнь не отступает, курс лечения повторить.

* * *

Зерна вишнёвых косточек ядовиты. Не беда, если полакомитесь 3-5 зёрнышками, а если съесть 2-3 десятка — можно ждать беды. Хорошо, если отделаетесь рвотой и сильной слабостью, но если появятся посинение лица и губ, судороги, потеря сознания — это угрожающие симптомы, требующие скорой помощи. Свежие плоды и отвары из них (в отличие от корней) противопоказаны при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, обострении эрозивного гастрита. При острых гастроэнтеритах и кишечных коликах вишню можно принимать только в виде сока. Сок вишни можно смешивать только с соком семечковых плодов — яблочным, виноградным.

71. ВОДОКРАС ОБЫКНОВЕННЫЙ

Его округлые нежно-зелёные листья с глубокой сердцевидной выемкой при основании небольшими букетиками плавают на поверхности воды, украшенные белыми трехлепестковыми цветками. Растёт обычно в озёрах, в медленно текущей воде. Его химический состав пока никому не известен. В народе используют при женских заболеваниях с белями, при частых поллюциях, как средство, подавляющее болезненное половое влечение и успокаивающее при кошмарных сновидениях.

БЕСПОКОЙНЫЙ СОН. 2 чайные ложки сухой травы залить стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1-2 столовые ложки 3 раза в день вне зависимости от еды.

ПРИАПИЗМ. Начальником цеха на швейной фабрике был мужчина, да такой ловелас, что ни одной юбки спокойно не мог пропустить. Года два он там работал, и вдруг приключилась с ним беда. Напала на него такая стойкая эрекция, что ни днём, ни ночью покоя не даёт. Смех смехом, а болезнь пренеприятнейшая, изнуряющая, не обусловленная необходимостью и причиняющая сильные страдания. На женщин смотреть противно, век бы их не видал. Болезнь эта приапизмом называется. Врач таблетки давал, уколы назначил, да толку мало. Тут один дедок дал пакетик приятно пахнущей травы, научил как заваривать и

пить — 1 столовую ложку на стакан кипятка, настоять и выпить в течение дня. Как только болезнь прихватит — сразу пей, не жди положенного часа. Выздоровел этот мужчина, с фабрики на другую работу ушёл, довольный тем, что в привычной семейной жизни такая болезнь ему не грозит.

КОЖНОЕ ВОСПАЛЕНИЕ. В быту от крестьянской работы или в походе воспалится кожа от тесных ботинок или рюкзака, начнёт краснеть и отзываться болью на любое прикосновение — приложи измельчённые свежие листья водокраса к воспалённым участкам, меняй почаще — к утру всё пройдёт.

* * *

Водокрас можно собирать только в малопосещаемых, экологически чистых местах, так как растение обладает повышенной способностью аккумулировать радиоизотопы.

Нельзя применять водокрас при острых энтероколитах, поносах, при падении ниже нормы артериального давления.

72. ВОДЯНОЙ ПЕРЕЦ

Меня поражает удивительное кровоостанавливающее и заживляющее действие этого растения. Однажды, копая корни на склоне холма в раскисшей от дождя земле, я сильно поранил руку. Кровь сочилась безостановочно. Спустился к озеру смыть грязь с раны и увидел растущие вдоль кромки воды красноватые стебли водяного перца. Размял его узенькие листочки до появления клеточного сока и закрыл рваную кровоточащую рану. Уже через полчаса рана затянулась настолько надёжно, что я перестал ощущать боль и смог продолжить работу, не опасаясь заражения — водяной перец обладает достаточно сильной бактерицидностью.

Водяной перец (горец перечный) содержит танин, кислоты яблочную, муравьиную, хлорогеновую, паракумаровую, валериановую, эфирное масло, пектин, флавоноиды гиперозид, авикулярин, кверцетин, витамины С и К, Д и Е, каротин, оксалат кальция и много микроэлементов, в том числе марганец, магний, титан, серебро.

В научной медицине используется как нежное слабительное при атонических и спастических запорах, кровоостанавливающее при геморроидальных и маточных кровотечениях, при фибромиомах и хронических воспалительных процессах в матке (В. К. Лавренов).

Препараты водяного перца повышают свёртываемость крови, тонус матки, суживают сосуды (не повышая при этом артериального давления, вызывают сморщивание геморроидальных узлов).

Препараты водяного перца назначают при варикозных расширениях вен, камнях в почках, дизентерии, кожных заболеваниях, а также при лечении язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, при песке в почках и мочевом пузыре, для полосканий при ангине и воспалении зева. Наружно траву используют при узловатой форме зоба, для лечения гнойных и гангренозных ран, язвы голени, экземы, для местных ванн при геморрое.

За водяным перцем признаны противоопухолевые свойства.

Я не без умысла дал подробный рассказ о химическом составе и лечебных свойствах водяного перца. Много рецептов по использованию водяного перца я дал в книге «Одоленъ-травя» и повторяться не хотелось бы, тем более что рецепты, в основном, однотипные, да и найти их можно во многих справочниках. Я только хотел отметить, что во многие мои противоопухолевые бальзамы непременно включается настойка травы водяного перца.

* * *

Применяя водяной перец, надо всегда помнить, что он повышает свёртываемость

крови.

Водяной перец противопоказан при таких заболеваниях почек, как нефрит, гломерулонефрит. Нельзя пользоваться им и при воспалении мочевого пузыря.

Водяной перец повышает тонус матки и противопоказан при беременности.

Растение считается ядовитым, хотя случаев отравления им не наблюдал ни разу. Надо только аккуратно соблюдать правила его использования и помнить о противопоказаниях.

73. ВОЛОДУШКА ЗОЛОТИСТАЯ



В народной медицине находят применение не менее десятка видов володушек — многожильчатая, козельцелистная, длиннолистная, круглолистная и другие, но золотистая, как показывает практика, эффективней всех. Она теперь признана и научной медициной как ценное лекарственное растение при лечении всех заболеваний печени: холециститов, холангитов, ангиохолитов, гепатитов, цирроза печени. Недавно доказано, что обладает противоопухолевым действием (правда, эксперименты пока ставились на животных).

Экспериментальными и клиническими исследованиями установлено, что володушка золотистая усиливает секреторную деятельность поджелудочной железы и печени. Она увеличивает количество выделяемой желчи, изменяет её химический состав, увеличивая количество пигментов, кислот и холестерина.

Наиболее активно действуют цветки и листья.

В народе используется шире. Ею лечат желудочнокишечные болезни, лихорадящие инфекции, головную боль, а отвар корней употребляют при малярии.

При лечении тяжёлых заболеваний печени и поджелудочной железы я использую свежий сок, для хранения консервирую его спиртом — чтобы не закисло. Неплохие результаты имелись при лечении злокачественных опухолей в комплексе с другими растениями. Я мог бы привести десятки примеров того, как положительно проявляет себя володушка при метастазах в печень или при лечении поджелудочной железы, но для этого необходимо дать описание назначаемых комплексов, которые заметно отличаются друг от друга, потому что разрабатываю их индивидуально под конкретного больного с учётом его сопутствующих болезней.

Если есть необходимость избавиться от одной отдельной хвори, кое-что подскажу.

МИГРЕНЬ. Отвар готовить из расчёта 2 чайные ложки травы или корней на 1 стакан воды, кипятить на слабом огне, пока не упарится наполовину. После остывания процедить. Принимать по половине стакана 3 раза в день обязательно за 15-30 минут до еды.

ГЕПАТИТ, ХОЛЕЦИСТИТ. 3 чайные ложки травы залить 1 стаканом кипятка, настоять 4 часа. Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день обязательно до еды. (Волoduшку надо пить до еды, потому что сразу начинается активное выделение желчи, панкреатического и желудочного сока.) Курс лечения 3-4 недели.

ГИПЕРТОНИЯ (стойкая), ГРИПП, ИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ, НЕВРАЛГИЯ, НЕРВНЫЕ БОЛЕЗНИ. 50 г сухой травы залить 0,5 л водки, настоять 10 дней. Принимать по 25-30 капель 3 раза в день до еды.

ИМПОТЕНЦИЯ (как стимулирующее). 1 столовую ложку травы заварить в стакане кипятка, настоять 2 часа. Принимать по полстакана 3 раза в день до еды в течение 15-20 дней. На такое же время сделать перерыв и при необходимости повторить.

* * *

Волoduшка противопоказана при желчно-каменной болезни (с интенсивным выделением желчи может погнать камни, превосходящие по диаметру желчные протоки, и заткнуть их).

Препараты волoduшки нельзя принимать при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при гастрите с пониженной кислотностью.

74. ВОЛЧЕЦ КУДРЯВЫЙ

Растёт преимущественно в южных районах, где используется как эффективное средство при желудочных и кишечных язвах, заживляя их. При атонии кишок после воспалительного процесса, метеоризме и запорах, а также при заболеваниях печени, желтухе, заболеваниях дыхательных путей. Волчец стимулирует нервную систему, помогает при сердцебиениях, анемии. Наружно применяется при гангрене, незаживающих ранах. В этом его прекрасные положительные качества. Но имеются и отрицательные.

* * *

Волчец противопоказан при заболеваниях почек. Нельзя применять его при беременности. Завышенные дозировки вызывают тошноту и рвоту.

75. ВОЛЧЕЯГОДНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ, ВОЛЧНИК



Сильно ядовит. Особенно ядовита кора. Народ дал ему прозвище «волчье лыко». Шести ягод достаточно, чтобы убить волка. Да и человек, съев несколько ягод, почувствует во рту жжение, страшную жажду, тело начнёт сводить судорогами. Нередко наступает смерть. У Авиценны читаем: «Очень вредно для печени. Смертельны для человека два дирхама. Оно убивает, вызывая тоску, рвоту и понос... » Так что к этому растению нельзя относиться запанибратски.

А польза от волчника исходит великая. При каких только болезнях не приходит он на помощь: тут и тромбозы, тромбофлебиты, параличи, невралгии, ревматизм, подагра; и грибковые поражения кожи, зудящие дерматозы, конъюнктивиты, зубная боль, ангина; и желудочно-кишечные заболевания, колиты, асцит; и ещё такие грозные болезни, как злокачественные опухоли горла, пищевода, желудка, рак матки, лейкемия.

РАК ЖЕЛУДКА, КИШЕЧНИКА. Один грамм, самое большее два грамма измельчённых плодов настоять 10—12 часов в стакане дистиллированной воды. Принимать по 5-7 капель 3-4 раза в день в рюмке воды после еды.

ПАРАЛИЧ МЫШЦ ЯЗЫКА. Настойку коры некоторое время подержать во рту и выплюнуть. Настойка готовится из 2 г коры на 1 стакан водки. Настаивать 5-7 дней.

ТРОЙНИЧНЫЙ НЕРВ. Помогает отвар коры: 2 г коры залить 200 мл горячей воды, кипятить на слабом огне 20 минут, процедить ещё в горячем виде, отжать. Долить кипячёной воды до исходного объёма. Принимать по 5 капель 3 раза в день после еды. Курс лечения 5 дней.

ЛЕЙКЕМИЯ. Принять 1 сушёную ягоду в день (проглотить). Ягоды обладают высокой антилейкемической активностью. Указана доза для взрослого человека. Детям не давать.

* * *

Правда, и противопоказаний имеется немало. Нельзя пользоваться препаратами волчника при любых кровотечениях, так как они, в особенности ягоды, уменьшают свёртываемость крови. Даже в микродозах они раздражают паренхиму почек и исключаются при пиелитах, пиелонефритах, гломерулонефрите. Волчник не рекомендуется при сердечной недостаточности, тахикардии, аритмии. Даже наружные втирания недопустимы при беременности.

Несмотря на растущую в последние годы популярность волчеягодника, особенно при онкологических заболеваниях, самолечение может быть приравнено к самоубийству. Его препараты способен назначить только фитотерапевт высокой квалификации.

76. ВОРОНИЙ ГЛАЗ



Одно из народных его названий — крест-трава. В наших лесах довольно часто встречается это невысокое растение с четырьмя широкими листьями, расположенными крест-накрест, а в центре, где они сходятся — однаединственная лилово-сизая ягода, чернеющая к поздней осени. Очень ядовитая ягода, как и все растение вместе с длинным и ползучим корневищем.

Густых зарослей вороньего глаза не встретишь — растёт одиночно, лишь иногда, пройдя по сырому склону тенистого оврага в глухом лесу, найдёшь полтора десятка растений, потом опять где-нибудь через сотню метров наткнёшься на разбежавшийся в разные стороны выводок крест-травы.

Осенью вороний глаз виден издалека, найти его проще, а весной, в мае, когда надо собирать листья, разглядеть его в густой траве не так-то просто.

Серьёзной травой, опасной для жизни, и болезни лечат серьёзные. Траву вороньего глаза, собранную во время цветения, используют при невралгии, мигрени, туберкулёзе лёгких, асците, судорогах, нарушении обмена веществ, а ягоды — при заболеваниях сердца и некоторых других заболеваниях.

Самолечением заниматься не советую, но несколько рецептов в пример приведу.

СОТРЯСЕНИЕ МОЗГА. Готовится настойка. 4 столовые ложки сушёной травы залить 0,5 л водки, настоять в тёмном теплом месте 9 дней. Принимать по 5 капель из пипетки на рюмке воды 2-3 раза в день.

НЕРВНЫЙ ТИК. 2 столовые ложки водочной настойки листьев, приготовленной по указанному рецепту, развести в стакане кипячёной воды и пить по 1 столовой ложке каждые 2 часа в течение дня, пока надоедливый тик под глазом или другие подобные подёргивания в теле не пройдут окончательно. Иногда бывает достаточно нескольких приёмов лекарства, чтобы тик прошёл.

СУДОРОГИ. Так же развести в стакане воды 2 столовые ложки водочной настойки листьев вороньего глаза и принимать тоже по 1 столовой ложке каждые два часа. При сильных судорожных состояниях эту же дозу можно принимать каждый час (но не более стакана в сутки).

СЕРДЕЧНАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ (с отёками). 10-12 свежих ягод настоять в 0,5 л водки 15 дней. Принимать по 20-30 капель на рюмке воды 3 раза в день. Курс лечения 3 недели, после чего обязательно сделать перерыв на 10 дней. При необходимости можно провести несколько таких курсов.

* * *

Не превышать указанные дозировки. Не пользоваться при бессоннице. Следить за давлением при гипертонии.

Вороний глаз не показан при беременности.

77. ВЬЮНОК ПОЛЕВОЙ — БЕРЁЗКА



Неистребимый сорняк, причиняющий немало хлопот садоводам, таит в себе немало целебных сил. Считается, что свежее растение эффективней высушенного, но в свежем виде вьюнок ядовит, о чём нельзя забывать. Вьюнком лечат бронхит, бронхиальную астму, другие заболевания лёгких и дыхательных путей, отеки различного происхождения, кровотечения, заболевания печени, селезёнки. В летний период это одно из лучших средств для заживления ран. Отвар сушёных листьев или корней применяют наружно при сыпях, лишаях, гнойничковых поражениях кожи. Установлено, что вьюнок обладает противоопухолевым действием.

АСТМА. Лечение ведут с весны до осени. 1 столовую ложку свежей травы заливают 1 стаканом кипятка, настаивают 1 час. Пьют по четверти стакана 3 раза в день.

ПЕЧЕНЬ, СЕЛЕЗЁНКА. При воспалении печени и селезёнки отжать сок из свежей травы, 2 столовые ложки сока влить в стакан кипячёной воды. Принимать по 50 мл 3-4 раза в день до еды.

РАНЫ. В свежем виде прикладывать на любые раны — это едва ли не самое лучшее средство для заживления ран.

* * *

Вьюнок полевой противопоказан при раздражённом состоянии кишечника, диарее. Не стоит пользоваться им при гипотонии. Нельзя применять его при беременности.

78. ГАЛЕГА ЛЕКАРСТВЕННАЯ — КОЗЛЯТНИК



В народе это растение пользуется большой популярностью при лечении диабета — галега действительно снижает содержание сахара в крови, уменьшает зависимость от инсулина. Водный настой листьев пьют при простуде как потогонное. Используют галегу при глистной инвазии. Женщинам, кормящим грудью, дают препараты козлятника как молокогонное средство.

* * *

Галегу причисляют к ядовитым растениям, поэтому дозировка строго ограничивается. Её применение тотчас отменяется при нарушении функций кишечника. Галега способна вызвать повышение кровяного давления, поэтому противопоказана при гипертонии. Длительное лечение препаратами галеги может ухудшить самочувствие и у гипотоников.

По некоторым сведениям, галега противопоказана при беременности, действует абортивно.

79. ГАРМАЛА ОБЫКНОВЕННАЯ

Растёт в южной полосе России в сухих степях, на каменистых склонах, выбитых скотом пастбищах. Сорняк, образующий обширные заросли. В народе используют листья, стебли, цветки. Ванны из травы считаются хорошим средством при лечении ревматизма и кожных

заболеваний. Целебны и семена этого растения — лечатастму. Сок травы рассасывает катаракту в начальной стадии болезни. Ценность гармалы и в том, что она помогает при дрожательном параличе, паркинсонизме, миопатии, миастении.

МИОПАТИЯ, МИАСТЕНИЯ. 1 столовую ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать от 2 столовых ложек до 50 мл вне зависимости от еды 3 раза в день. Начать с меньших доз.

РЕВМАТИЗМ. Очень полезны ванны. 2-3 полные горсти сушёной травы запарить в 3 л кипятка, настоять полчаса и процедить в приготовленную ванну. Принимать ванну 20 минут. Желательно провести 10-15 процедур, при необходимости можно через день. Эти ванны помогают и при чесотке.

ГЕЛЬМИНТОЗ. Употреблять по 10-15 штук семян 2-3 раза в день, запивая водой. Глисты начинают выходить на третий-четвёртый день.

* * *

Гармала относится к ядовитым растениям. Ею не следует пользоваться при гипотонии. Противопоказана она при гиперкинезах, вызванных перевозбуждением двигательных центров коры головного мозга. Препараты гармалы действуют абортивно и исключаются при беременности.

80. ГВОЗДИКА ПОЛЕВАЯ



Сходное лечебное действие имеют и другие виды: гвоздика-травянка, гвоздика пышная, гвоздика разноцветная. Все они хороши при внутренних и геморроидальных кровотечениях. Применяют их при атонии матки, болях в области живота и сердца, болезнях почек и мочевого пузыря, а также нервных заболеваниях, судорогах у детей, эпилепсии, от головной боли.

Гвоздику-травянку в сочетании с астрагалом шерстистоцветковым и горицветом весенним я успешно применял при сильной сердечной недостаточности.

МАТКА (атония), ОБИЛЬНЫЕ МЕНСТРУАЦИИ, МЕТРОРРАГИЯ. 1 столовую ложку высушенной травы с цветками залить стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день вне зависимости от еды.

СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ. Смешать поровну травы астрагала шерстистоцветкового, горицвета и гвоздики-травянки. 1 чайную ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать по четверти стакана 3-4 раза в день при сердечной недостаточности с повышенным давлением.

* * *

Настой травы гвоздики понижает давление, так что отдельно, не уравновесив другими

растениями, не следует назначать гипотоникам. Должны поостеречься гвоздики женщины при аменорее — длительной задержке и отсутствии менструации. Противопоказаны все виды гвоздик при беременности.

81. ГЕРАНЬ ЛУГОВАЯ



Практически одинаковые лечебные свойства имеют герань лесная, герань кроваво-красная, герань болотная. Все они обладают противовоспалительным, антисептическим, вяжущим, обезболивающим, кровоостанавливающим действием. С лечебной целью используются трава, цветки, корни. Лечат ими злокачественные новообразования, переломы костей, гастриты, энтериты, заболевания верхних дыхательных путей, пищевые отравления, дизентерию, бессонницу, эпилепсию, ревматизм и подагру, стенокардию и тахикардию, воспаления слизистой оболочки полости рта и горла, ангину, анальные и генитальные свищи, гнойничковые поражения кожи. Отваром травы моют голову от алопеции — сильного выпадения волос. Я не раз убеждался в способности герани растворять камни в почках и мочевом пузыре.

ШИЗОФРЕНИЯ. 2 чайные ложки герани кровавокрасной на 2 стакана кипячёной воды. Настоять 8-10 часов (ставить на ночь). Принимать по 1 столовой ложке каждые 2-3 часа (обладает способностью исправлять энергетическое поле больного, нормализуя сон, снимая раздражительность).

ПОЛИАРТРИТ, РЕВМАТИЗМ, ПОДАГРА, ОСТЕОХОНДРОЗ. Этот же настой помогает в комплексе с другими средствами разгружать зашлакованный солями организм. Курс — до улучшения. Настоем одновременно желательно делать примочки к больным суставам. Кстати, примочки с таким настоем герани кроваво-красной или луговой быстрее сращивают переломанные кости.

ПОЧЕЧНО-КАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ. 10 г (2 чайные ложки) сухих измельчённых корней залить стаканом воды, довести до кипения и на слабом огне кипятить 7-8 минут, настоять 1 час, долить кипячёной воды до первоначального объёма. Принимать по 2 столовые ложки 4-5 раз в день до еды. Ценность в том, что это средство не выталкивает, а растворяет камни.

СТЕНОКАРДИЯ. 5 столовых ложек сухой травы герани луговой залить 300 мл кипятка, настоять 2-3 часа, процедить. Принимать по 1-2 столовые ложки 4-5 раз в день до еды.

КРОВОХАРКАНИЕ ЛЁГОЧНОЕ, МАТОЧНЫЕ И ГЕМОРРОИДАЛЬНЫЕ КРОВОТЕЧЕНИЯ. Чтобы быстро остановить их, надо каждые 2-3 часа принимать по 20-30 капель сока из свежей травы. **НОСОВОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ** — вставить в ноздрю ватку, смоченную в соке травы. При отсутствии свежей травы готовят крепкий отвар из корней (1-2 столовые ложки на стакан воды, кипятить 5-7 минут). Настоять до остывания, принимать по 1-2 столовые ложки каждые 2-3 часа до остановки кровотечения.

ОНКОЛОГИЯ. При всех видах опухолей вместо воды пьют холодный настой травы: 1

столовую ложку на 2 стакана холодной кипячёной воды, настоять 8 часов, выпить в течение дня.

РАК ПРЯМОЙ КИШКИ. Смешать поровну траву герани луговой, водяного перца, цветы калины. Взять из сбора 1 столовую ложку, залить 100 мл кипятка, настоять до тёплого состояния, процедить. Влить в настой 1 чайную ложку настойки корней кровохлёбки и маленькой детской грушей ввести в задний проход. Делать после основного очищения кишечника, желательно 2-3 раза в день, но хотя бы один раз на ночь обязательно (меняя через некоторое время на другие микроклизмы).

* * *

В существующей литературе нет установленных противопоказаний к герани, но я бы не рекомендовал применять её при повышенной вязкости крови, тромбозах, тромбофлебитах, а также при атонии кишечника и старческих запорах, гастритах с высокой кислотностью.

82. ГОРЕЦ ЗМЕИНЫЙ

В народе он больше известен под названиями змеевик, раковые шейки. Препараты из корней змеевика безвредны. Обычно находят применение в стоматологической практике, в виде полосканий при стоматитах, гингивитах, других воспалительных процессах в слизистой рта и дёсен. Сильное вяжущее, кровоостанавливающее и противовоспалительное действие корней используется при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, воспалении кишечника, хронических поносах, желудочных, кишечных и маточных кровотечениях. В сочетании с другими растениями я применял змеевик при раке желудка, в виде микроклизм при раке прямой кишки.

* * *

В корнях горца змеиного содержится много дубильных веществ, поэтому не рекомендуется применять их при хронических запорах. То же самое относится к препаратам из корневищ горца мясо-красного. Иногда змеевик назначают при камнях в почках и в жёлчном пузыре, но можно сильно навредить себе, если не соблюдать диету, полностью исключая жирную, острую и копчёную пищу. Змеевик противопоказан при спастических колитах с запорами. Злоупотребление препаратами змеевика, по моему мнению, недопустимо при некоторых заболеваниях печени (ангиохолитах) и панкреатите. Горец змеиный противопоказан при ослабленной фильтрующей функции почечных клубочков и появлении в моче большого количества минеральных солей, особенно щавелевой кислоты.

83. ГОРЕЦ ПОЧЕЧУЙНЫЙ

Считается ядовитым растением, то есть требует соблюдения правил применения. В отличие от горца змеиного является нежным слабительным средством, что важно при лечении геморроя. В прежние времена геморрой называли почечуем, отсюда и название пошло: почечуйная трава. Лечат ею и другие заболевания. Отвар травы используют для ванн при аллергических дерматозах, в том числе при экземе и псориазе. Делают припарки при отёках ног, а также при флюсе, ревматизме. Порошком травы или свежим соком заживляют гнойные раны.

* * *

Водный настой и экстракты горца почечуйного повышают свёртываемость крови,

усиливают тонус матки, противопоказаны при беременности, тромбозах и тромбофлебитах. Горцем почечуйным нельзя пользоваться при остром воспалении почек и мочевого пузыря. Следует помнить, что он суживает сосуды и не рекомендуется для длительного применения при гипертонии, ишемической болезни сердца.

84. ГОРЕЦ ПТИЧИЙ — СПОРЫШ

В народе спорыш очень популярен и достоин высокой похвалы при лечении язвенной болезни желудка, калькулезного холецистита и гепатохолецистита, туберкулёза и дыхательных путей, почечно-каменной болезни, ревматизма, ожирения, при нервном истощении и слабости после тяжёлых болезней. Помогает спорыш при аденоме предстательной железы. Применяется как противоопухолевое средство.

* * *

К спорышу выработалось отношение как к самой безвредной лечебной травке, не имеющей побочных проявлений. Да, спорышом лечат почки, гонят из них песок и камешки, однако следовало бы знать, что он категорически противопоказан при остром заболевании почек и мочевого пузыря. Не следует сочетать с луком и чесноком. Спорыш усиливает сокращение матки и ни в коем случае нельзя им пользоваться при беременности. Не назначать при избытке мокроты. Необходимо с осторожностью относиться к нему при варикозах, тромбофлебитах. У больных стенокардией и гипертонией может образоваться тромб. Даже при том условии, что спорыш снижает давление не резко, умеренно, всё-таки при гипотонии он не показан. Может вызвать прилив крови к лицу, диарею и расстройство желудка. И вообще это растение требует критической оценки в каждом конкретном случае.

85. ГОРЕЧАВКА ПЕРЕКРЕСТНОЛИСТНАЯ

Горечи, содержащиеся в корнях растения, раздражая во рту нервные окончания и рефлекторно влияя на секрецию желез желудка, возбуждают аппетит и улучшают пищеварение, устраняют упорную изжогу, что немаловажно при лечении некоторых заболеваний желудочно-кишечного тракта.

ДИСКИНЕЗИЯ ЖЕЛЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ. 1 столовую ложку корней залить 2 стаканами холодной кипячёной воды, настаивать 8-10 часов (ставить на ночь), процедить. Принимать по полстакана за 30 минут до еды 2 раза в день.

ДИАТЕЗ ЭКССУДАТИВНЫЙ. Взять по 5 г корней горечавки, корней девясила и травы тысячелистника, залить 2 стаканами воды, после закипания кипятить 10 минут на слабом огне, затем настоять полчаса, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день в тёплом виде перед едой.

ПОТЕРЯ АППЕТИТА. Столовую ложку корней залить стаканом воды, парить в кипящей водяной бане 15 минут, настоять 1 час, процедить. Пить по 1 столовой ложке за полчаса до еды.

* * *

Противопоказанием здесь может послужить склонность к излишней полноте и ожирению. С осторожностью следует отнестись к горечавке при обострении панкреатита. Чрезвычайно сильная горечь, свойственная всем видам горечавок, способна вызвать у некоторых людей аллергическую реакцию.

86. ГОРОХ ПОСЕВНОЙ

Имея высокую пищевую ценность благодаря богатому комплексу витаминов, минеральных солей, микроэлементов, горох интересен и как лекарственное растение. Ещё Гиппократ советовал лечить горохом заболевания сердечно-сосудистой системы, малокровие, зоб, ожирение. Отвар травы обладает сильным мочегонным действием, что немаловажно при сердечных и почечных отёках, благотворно действует на предстательную железу. Гороховая мука, если съедать в день по одной чайной ложке, отрегулирует пищеварение, поможет при хронических запорах, а у женщин устранил жёлтые пятна на лице и сделает кожу чистой, бархатной.

ГОЛОВНАЯ БОЛЬ. При частых головных болях гороховую муку принимают внутрь по 2 чайные ложки 3 раза в день до еды.

ЭКЗЕМА, ГНОЙНЫЕ РАНЫ, СИНЯКИ, УГРИ, ОСТРОЕ ВОСПАЛЕНИЕ КОЖИ. Прикладывать к этим местам кашицу из незрелых (зелёных) семян в чистом виде или в смеси с яичным белком. По мере высыхания менять. Можно пользоваться длительно.

ФУРУНКУЛЫ, КАРБУНКУЛЫ, ТВЁРДЫЕ ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ИНФИЛЬТРАТЫ. Гороховую муку ошпарить кипятком и сделать припарки — способствует быстрому рассасыванию.

ДЕРМАТИТ, КОРЬ. Эмалированную кастрюлю (без сколов) заполнить травой и кожурой плодов гороха, залить кипятком, дать настояться. Делать примочки на кожные высыпания, при подсыхании менять. Хорошо снимает воспалительный процесс, кожа через несколько дней начинает очищаться.

* * *

Горох у не привыкших к нему людей вызывает вздутие и урчание кишечника. Этого можно избежать, если добавить к нему укроп. Горох не рекомендуют часто включать в меню людям пожилого возраста. Нежелательно употреблять его при холециститах. При заболеваниях подагрой горох противопоказан. Нельзя употреблять его при недостаточности кровообращения. Противопоказан горох при острых нефритах, обострении воспалительных процессов в желудке и кишечнике.

87. ГОРОШЕК МЫШИНЫЙ



Его химический состав не изучен. Научная медицина оставила его вне поля зрения, хотя следовало бы обратить внимание на то, что припарки из травы размягчают и рассасывают доброкачественные опухоли. В нескольких случаях мне доводилось наблюдать положительные результаты при многократном прикладывании мышиного горошка к опухшим лимфоузлам. Кстати, припарки травы хорошо помогают при выпадении прямой кишки, воспалённых геморроидальных узлах. Отвар корней пьют при вирусном гепатите. Настой и отвар травы используют как мочегонное при асците.

ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ. 1 чайную ложку сухих корней мышиного горошка залить стаканом воды, довести до кипения и на слабом огне кипятить 5-6 минут. Настоять 2 часа, процедить. Принимать по четверти или трети стакана 3 раза в день.

АСЦИТ, ОТЕКИ. 2 столовые ложки измельчённой травы на 1 стакан воды, довести до кипения и на слабом огне дать слегка покипеть 5-7 минут. Настоять 1 час. Процедить. Принимать по 2 столовые ложки 1-3 раза в день.

КРОВОТЕЧЕНИЯ, КАШЕЛЬ. В том и другом случае 3 столовые ложки сухой травы залить 2 стаканами кипятка, настоять 2 часа, процедить. Принимать по полстакана 3 раза в день. Настой можно использовать на примочки как ранозаживляющее.

* * *

Нельзя назначать мышиный горошек при болезнях, связанных с нарушением солевого обмена, обезвоживанием организма (в частности, при диарее, дизентерии). Его препараты противопоказаны при атеросклерозе, склонности к ожирению.

88. ГОРЧИЦА САРЕПТСКАЯ, ГОРЧИЦА БЕЛАЯ И ЧЁРНАЯ

Порошок семян всех видов горчицы используется, в основном, как столовая приправа, усиливающая выделение желудочного сока, и в виде всем известных горчичников. Исстари считалось, что горчица открывает закупорки в решётчатых костях, помогает при импотенции и полезна при «удушении матки». Существовало мнение, что если пить горчицу натошак, это обостряет сообразительность. Якобы горчица помогает при отравлении ядами, проясняет зрение. Несомненно, доля истины в этом имеется.

МИГРЕНЬ. В воду с температурой 50° добавить горсть горчицы, размешать, остудить до 38-39° и подержать в этой горчичной воде руки.

ИКОТА. Порошок горчицы смешать с уксусом в кашицу, намазать на первую треть языка. Будет сильно жечь, но чуточку надо потерпеть. Через 2 минуты прополоскать тёплой водой. Снимет любую надоедливую икоту.

ПОТЕРЯ АППЕТИТА. Съедать ежедневно по 20-30 семян свежей горчицы. Курс 20 дней.

РАК ЖЕЛУДКА, АНАЦИДНЫЙ ГАСТРИТ, КОЛИТ. Четверть чайной ложки горчицы (или семян) размешать в 1/4 стакана кипячёной воды или молока. Принимать 1 раз в день.

ВОСПАЛЕНИЕ ЛЁГКИХ, БРОНХИТ. Такой же рецепт — 1/4 чайной ложки горчицы или семян на четверть стакана воды или молока.

* * *

Мало кому известно, что использование горчицы для ножных ванн противопоказано при варикозном расширении вен, а также при сердечно-сосудистых заболеваниях, гипертонии, болезнях почек. Нельзя применять горчицу в лечебных целях при туберкулёзе лёгких, воспалении почек, при гастритах с повышенной секрецией, язве желудка и двенадцатиперстной кишки. Горчичники нельзя ставить при гнойничковых заболеваниях кожи, нейродермите, мокнущей экземе, псориазе, при лёгочном кровотечении, злокачественных новообразованиях, при астме, геморрагических инсультах.

89. ГРАВИЛАТ ГОРОДСКОЙ, ГРАВИЛАТ РЕЧНОЙ



Оба вида гравилата высоко ценятся народной медициной при лечении заболеваний желудка, печени, почек и мочевого пузыря, а также целого ряда других заболеваний, когда требуется поднять общий тонус организма. Отвары корней хорошо помогают при кашле с обильной мокротой, бронхитах и бронхиальной астме, изнуряющем ночном поте. Цветки обладают противовирусной, а корни — антибактериальной активностью. За гравилатом признают противоопухолевое действие. В нескольких случаях я наблюдал положительные результаты при включении настойки корней в комплексное лечение рака желудка.

ХОЛЕЦИСТИТИТ. 2 чайные ложки травы или корневищ залить стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Принимать по полстакана 2-3 раза в день перед едой.

РАК ЖЕЛУДКА. 5 столовых ложек корней гравилата залить 0,5 л водки, настоять не менее 15 дней, принимать по 20-30 капель (в некоторых случаях до 1 чайной ложки) 3 раза в день через час после еды.

* * *

Гравилат практически безвреден, его молодые листочки вкусны в супах и салатах. Однако и здесь приходится учитывать, что при отдельном применении гравилат противопоказан, когда у больного очень низкие показатели кровяного давления, когда его преследуют упорные запоры. Нежелательно прибегать к помощи гравилата при тромбофлебитах и тромбозах сосудов.

90. ГРАНАТ

История траволечения донесла до нас любопытные сведения о гранате. Из древнегреческой мифологии узнаем, что Прозерпина не покинула Плутона лишь потому, что он упростил её разделить с ним пополам плод граната. Отсюда пошло поверье, что гранат всегда надо делить с любимым человеком. Астрологи считают, что там, где бессильна медицина, сок граната поможет тем, кто родился под знаком Овна. Гиппократ прописывал сок граната при болях в желудке, корку плодов — при дизентерии и для заживления ран. Врачи Древнего Рима, Индии, Армении отварами корней и коры изгоняли ленточных глистов. Арабы употребляли гранат при желудочно-кишечных расстройствах и головных болях. Белые перемычки между зёрнами сушили и добавляли в чай при нервном возбуждении, тревоге, бессоннице.

В лечебных целях и поныне используются кора дерева и его корни, цветки, корка плодов, сок из зёрен.

* * *

Учитывая серьёзные противопоказания, самолечение проводить нежелательно. При

лечении гранатом нельзя забывать, что плоды противопоказаны для больных с хроническими запорами, при трещинах в прямой кишке и геморрое. Запор, вызванный гранатом, при потугах и опорожнении нередко вызывает кровотечение. При превышении дозировки способны спровоцировать желудочно-кишечные кровотечения и препараты из коры граната. В коре содержатся алкалоиды, которые могут вызвать полную слепоту. Отвары коры и корней, применяемые для изгнания ленточных глистов и при костных переломах, противопоказаны при гипертонии, так как сильно повышают давление. Даже у человека с нормальным или пониженным давлением такие отвары при передозировке могут вызвать головокружение, общую слабость, рвоту, судороги, ослабление зрения. Гранат противопоказан при гепатите и остром нефрите. Сок нежелательно сочетать с другими лекарствами, особенно с антигистаминными препаратами.

91. ГРЕЙПФРУТ

Специалисты отмечают, что мякоть и сок грейпфрута обладают высокими диетическими и лечебными качествами: улучшают пищеварение, нормализуют работу печени, снижают кровяное давление, способствуют восстановлению сил и бодрости у тех, кто ослаб от долгой и изнурительной болезни. Плоды и сок грейпфрутов полезны при сердечно-сосудистых заболеваниях, истощении нервной системы, болезнях почек. Усиливая действие инсулина, грейпфрут улучшает состояние больных сахарным диабетом.

* * *

Однако грейпфрут имеет противопоказания при высокой кислотности желудочного сока, при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, колите и энтерите. Лечение грейпфрутом нельзя проводить при выраженной гипотонии. Грейпфрут противопоказан при гепатите и остром нефрите.

92. ГРЕЦКИЙ ОРЕХ

Древние греки называли его «праздником для мозгов» и даже «пищей богов». Высоко ценил грецкий орех Авиценна, ссылаясь на Гиппократ: «Полезен при несварении желудка, укрепляет главенствующие органы: мозг, сердце, печень; обостряет чувства, особенно если сочетать с инжиром и изюмом; целебен для пожилых людей». Сарасвати в «йоговской терапии» подметил: «Орехи содержат в пять раз больше питательных веществ, чем яйца; больше жира, чем масло; больше белка, чем мясо; но для переваривания они требуют гораздо больше желудочных соков». Для лучшего усвоения он советует размачивать орехи в воде.

У грецкого ореха лекарственным сырьём служит все: кора и корни, листья, околоплодники, как зелёные, так и зрелые орехи, даже внутриореховые перегородки и скорлупа.

ВОСПАЛЕНИЕ ЛИМФАТИЧЕСКИХ УЗЛОВ. 1 столовую ложку листьев или зелёных околоплодников залить стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Пить по 1 столовой ложке 3 раза в день вне зависимости от еды. Детям — по 1 чайной ложке тоже 3 раза в день.

ПОЛИКИСТОЗЫ. 2 столовые ложки ореховых перегородок залить 1,5 стакана кипятка, кипятить 20 минут, настоять 1 час. Пить по полстакана 3 раза в день на протяжении месяца. Провериться. При необходимости через 2 недели повторить.

КИСТА ЯИЧНИКА. Скорлупки от 15-20 орехов залить 0,5 л водки, настоять 10 дней. Лечение один раз в сутки: влить 1 столовую ложку в полстакана воды и выпить утром натощак. Через месяц — проверка. Скорлупки не процеживать.

АДЕНОИДЫ. 1 столовую ложку околоплодника на 1 стакан воды, довести до кипения, снять с огня и настоять до остывания. Капать в каждую ноздрю по 6-8 капель 3-4 раза в день.

ГИПЕРТОНИЯ. Съедать ежедневно по 100 г орехов (можно с мёдом) в течение 45

дней.

ГАСТРИТ С ПОВЫШЕННОЙ КИСЛОТНОСТЬЮ. Съедать ежедневно по 7-10 грецких орехов.

ДИАБЕТ. 1 столовую ложку сухих измельчённых листьев кипятить в 2 стаканах воды в течение 15-20 минут. Принять настой в 3-4 приёма в течение дня.

УГРЕВАЯ СЫПЬ ГНОЙНОГО ХАРАКТЕРА. Смешать равные части листьев ореха, корня девясила и травы фиалки трёхцветной. 2 столовые ложки смеси залить 0,5 л кипятка, ещё кипятить 5 минут, настоять до охлаждения, процедить. Пить по полстакана 4 раза в день вне зависимости от еды.

Слишком велик перечень заболеваний, при которых приносит пользу и исцеление этот ценнейший дар природы. В данном случае в мою задачу не входит подробно разъяснять, что и при каких болезнях применяется. Зато о противопоказаниях необходимо помнить.

* * *

Грецкий орех не рекомендуется употреблять в пищу при хронических колитах и энтероколитах. Высокое содержание белка в ядрах иногда провоцирует аллергические реакции — крапивницу, сыпи — вплоть до отёка Квинке, и может вызвать аллергический стоматит, диатез. На многих примерах я убеждался в том, что грецкие орехи противопоказаны больным, страдающим экземой, нейродермитом, псориазом и некоторыми другими кожными заболеваниями. Приём даже небольшого количества орехов способствует обострению этих болезней.

93. ГРЕЧИХА ПОСЕВНАЯ

Колышется, как бы волнами перекачивается под лёгким ветерком огромное поле бело-розовой цветущей гречихи. От неё рябит в глазах, кружится голова то ли от этих волновых переливов, то ли от тончайшего цветочного аромата. Дочь, помогавшая собирать лекарство, невыдержала пекла, ушла отдохнуть в тень растущих по краю поля берёз. Я пока не сдаюсь, продолжаю срывать цветущие верхушки, наполняя корзину, мысленно прикидывая: это для Раи, это для Алины, это в запас ещё кому-нибудь.

Раю и Алину я лечил от острого лейкоза. Начиналось с Раи. Девочке пять лет. Гематологи в больнице разводят руками в отчаянии. Химиотерапию девочка не вынесла. О пересадке костного мозга и речи не может быть — очень дорого. Когда мама девочки обратилась ко мне, отказаться от безнадёжного случая духу не хватило. Начал составлять лечебные комплексы с учётом всех показателей крови, кроветворной системы, состояния селезёнки, печени, количества бластов. Описать каждый комплекс не представляется возможным, их было не менее тридцати, но чаще всего в них входили цветы гречихи, трава цветущей земляники, листья черники, трава цветущего тысячелистника (помогает при тромбоцитопении), трава и настойка корней сабельника, настойка кедровых орехов, плодов софоры, сосновый мёд с цветками сосны, специально составленный для неё противоопухолевый бальзам. И ещё десятки других растений.

Было это давно. Подрастает Алина. Заканчивает школу Рая — сердце радуется, когда я вижу её или получаю письма из далёкого северо-восточного района Башкортостана. Обе девочки здоровы — как тут не радоваться.

Гречиха помогает при целом ряде и других заболеваний. Её применяют для профилактики кровоизлияния в мозг, в сетчатку глаз (при геморрагических диатезах), при лечении скарлатины, кори, ревматизма, склерозе.

БОЛЕЗНИ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ. Взять по 1 стакану гречневой крупы и очищенных грецких орехов. Перемолоть крупу, орехи измельчить и все это смешать со стаканом гречишного мёда. В течение дня дробными порциями съесть эту смесь. Можно пить воду, чай, но ничего другого в этот день не есть. Курс — 1 такой день в неделю на

протяжении 2 месяцев.

АСТМА, БРОНХИТ. 2-3 столовые ложки цветков гречихи залить 0,5 л крутого кипятка, настоять в термосе полчаса, процедить. Настой принимать в горячем виде мелкими глотками по четверти стакана 4-6 раз в день. При приступах астмы — через каждый час.

АНЕМИЯ. Прокалить на сковороде гречневую крупу, чтоб не подгорела. Пропустить через кофемолку. Всыпать 2 столовые ложки в стакан тёплого кипячёного молока. Пить по стакану 3 раза в день. В течение месяца гемоглобин «подрастёт» до нормы. Варёная крупа не годится.

СКЛЕРОЗ (с гипертонией). Заваривать в кипятке 1 столовую ложку цветков гречихи, настоять 10-15 минут в тепле и пить как чай без ограничения.

* * *

Свежая трава и цветки гречихи слегка ядовиты. При высушивании их ядовитость исчезает. Во время лечения цветками гречихи всегда приходится учитывать, что нельзя их применять при повышенной свёртываемости крови. При гипотонии необходимо уравнивать гречиху с растениями, поднимающими давление.

94. ГРУША ОБЫКНОВЕННАЯ

Груши издавна служили не только пищей, но и помогали бороться с некоторыми заболеваниями. Отвар груш до сих пор используют при расстройствах желудочнокишечного тракта, а варёные и печёные плоды — при сильном кашле, удушье, туберкулёзе лёгких. Густой отвар применяют для прикладываний при сильной головной боли. Отвар груш применяют и при почечно-каменной болезни. Сок и отвары дают при диабете, и как лечебное средство для укрепления капилляров.

ПРОСТАТИТ. 1 стакан сухих измельчённых груш отварить до мягкости в 0,5 л воды, настоять 4 часа, принимать по 1/4-1/2 стакана 3-4 раза в день. Эффект поразительный, наступает через несколько дней, а длительное применение грушевого компота приводит к полному излечению.

ГРИБКОВЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ, ДЕРМАТИТ. Уникальное свойство груши — она естественный антибиотик. Молодые листья, свежие или сухие, отварить — стакан листьев залить 0,5 л кипятка, настоять на малом огне 2-3 минуты, дать остыть и прикладывать примочки к больным местам.

* * *

Все разновидности груши и любые их сорта обладают вяжущим действием, дубят стенки желудка. Их необходимо исключить из лечебного питания при желудочнокишечных болезнях, сопровождаемых запорами.

Не рекомендуется есть груши на пустой желудок — лучше всего через полчаса после еды.

После груш нельзя пить сырую воду, есть плотную, тяжёлую пищу.

Кстати, лечебными свойствами обладает только та груша, которая имеет характерный грушевый аромат; остальные, если они без запаха, кушайте ради удовольствия, однако ни в свежем, ни в варёном, ни в печёном виде они не помогут ни при диабете, ни при заболеваниях лёгких или других болезнях.

95. ГРУШАНКА ЗОНТИЧНАЯ, ГРУШАНКА КРУГЛОЛИСТНАЯ



Все виды грушанок входят в число растений, к которым я отношусь с особой нежностью. В наших хвойных лесах обычны эти два вида, мало отличающиеся друг от друга.

Ростом чуть выше спичечного коробка, розетка из маленьких круглых трёх-четырёх листочков. Умаеться, пока собираешь, зато душа спокойна, особенно когда приходится лечить хронические заболевания почек и мочевого пузыря, болезни сердца с отёками. Самую большую ценность представляет грушанка при лечении некоторых женских болезней, в частности, воспалительных процессов в трубах, вплоть до рака молочной железы, а у мужчин — при простатите, аденоме простаты. Грушанка непременно входит в мой специально разработанный комплекс лечения рака предстательной железы. Их было несколько десятков случаев, и, тьфутьфу, все заканчивались благополучно. Пожалуй, это единственный вид рака, обходившийся без потерь.

Лет десять назад был тяжёлый случай, когда уговорила меня взяться за лечение отца медсестра, живущая в нашем доме. Из истории болезни: Мухаметшин Г., 1934 г. Бластома предстательной железы, стадия 4. Железа увеличена, неоднородная, содержит плотные включения (аденокарцинома высоко-дифференцированная). Сопутствующее: кардиосклероз, пневмосклероз, хронический бронхит, гипертония.

В первый комплекс я включил капли борца высокого (по схеме), до еды 2 чайные ложки травы будры на стакан кипятка, в каждую порцию 1 ч. л. сока настойки почек осины. Этим запить противоопухолевый бальзам. Через полчаса после еды отвар корней лопуха: 1 столовая ложка на стакан, варить 5 минут, настоять 8 часов, пить по 1/3 стакана. В каждую порцию вливать 1 ч. л. настойки грушанки. Немного погодя выпить сок цветков боярышника (по 1 ч. л. 3 раза). Через 2 часа после еды настой травы зимолубки (1 стол. ложку травы на стакан кипятка, настоять 2 часа, выпить в 3 приёма, в каждую порцию влить 1 ч. л. настойки девясила).

Второй комплекс, кроме постоянного борца, включал в себя настой травы буквицы с настойкой почек осины, затем отвар травы василисника с соком дурнишника, сок боярышника, настой травы очитка пурпурного с настойкой цветков сосны, дополнительно в течение дня глоточками полстакана отвара корней копытня. В третий курс были включены настой травы чины, настойка зимолубки, настой листьев лещины, настойка почек чёрного тополя, продолжены сок дурнишника, боярышника (его пьют 3 месяца). И так больной принял 15 разных комплексов с целым рядом новых трав и соков, но дурнишник и грушанка

повторялись часто. Онкомаркирование уже после восьми курсов снизилось почти до нуля.

Грушанку в народе продолжают использовать при карциноме, различных твёрдых опухолях, опухолях губ, молочной железы. Клиницистами отмечены случаи излечения грушанкой рака молочной железы.

Полезна грушанка и при других заболеваниях: нефрите, цистите, уретрите, при воспалении желудочнокишечного тракта, диабете, бронхите, обильной мокроте.

РАК МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ. 2 чайные ложки измельченной травы залить стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день до еды от 1 до 3 месяцев.

ТУБЕРКУЛЁЗ КИШОК. 4 столовые ложки травы залить 0,5 л водки, настоять 1 месяц, процедить. Принимать по 30-35 капель 3 раза в день. Эту же настойку принимают при воспалении предстательной железы.

* * *

Химический состав грушанки не изучен. В научной медицине не применяется. Нет никаких сведений, относящихся к противопоказаниям. Грушанка, по моим наблюдениям, слегка понижает давление. С осторожностью, в сочетании с другими травами, приходится назначать при варикозах, тромбозах, повышенной вязкости крови.

96. ГРЫЖНИК ГОЛЫЙ

Используются и другие разновидности грыжника: душистый, волосистый, многобрачный. Все они обладают сильным мочегонным действием и применяются при водянке, заболеваниях почек и мочевого пузыря, особенно когда в моче содержится много белка, гонорейном воспалении мочевыводящих путей, непроизвольном испускании мочи. Всё это относится к основной специфике грыжника. Но уже по названию растения можно судить, что оно находит применение при лечении грыжи. Некоторые целители используют грыжник при лечении артритов, подагры. Считается, что высушенное растение теряет свою целебную силу.

* * *

Грыжник в некоторой степени ядовит и не любит вольного с ним обращения. Настой травы способен влиять на формулу крови, увеличивая в ней количество лейкоцитов. Несмотря на то, что грыжник применяют при образовании камней в мочеполовой системе, я бы не советовал применять его при почечно-каменной болезни с крупными конкрементами: наблюдался случай, когда изгнанный из почки камень застрял в мочеточнике. Грыжник противопоказан при беременности.

97. ГУЛЯВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Растение сорное, часто встречающееся в местах обитания человека, но почему-то люди редко обращаются к нему за помощью. А ведь его рекомендуют при болезнях дыхательных органов, особенно при туберкулёзе лёгких, охриплости голоса. Полезен пожилым людям, страдающим простудными заболеваниями. Семена гулявника оказывают слабительное действие при атонических запорах, в то время как чай из травы полезен при поносах и дизентерии. Растение обладает мочегонным действием при отёках и водянке. Настой семян пьют при болезнях сердца, тошноте. Аналогичным лечебным действием обладает гулявник стручатый — дескурайния Софии. Методы лечения назначает фитотерапевт.

* * *

Отвар семян гулявников противопоказан при гипертонии.

98. ДЕВЯСИЛ БРИТАНСКИЙ



Этот вид девясила не изучен. Известно лишь, что он содержит эфирные масла, обладает противовоспалительным, антисептическим, мочегонным, кровоостанавливающим и потогонным действием. Он сильно отличается от своего близкого родственника — девясила высокого не только внешностью, но и лечебными свойствами. Все растение, взятое вместе с корнями, используется в народе от алкоголизма. Одна цветочная корзинка, заваренная в стакане кипятка, помогает при болезненных состояниях, вызванных поднятием тяжести. Применяется также при женских заболеваниях, глистной инвазии, золотухе.

* * *

Девясил британский противопоказан при хронических заболеваниях кишечника с атоническими запорами, при повышенной вязкости крови, женщинам — при скудных менструациях и беременности.

99 ДЕВЯСИЛ ВЫСОКИЙ

В отличие от других видов девясила он в представлении не нуждается. Это одно из самых популярных лекарственных растений, применяемых едва ли не от всех болезней.

* * *

РАК РАЗЛИЧНОЙ ЛОКАЛИЗАЦИИ. Взять 200 г сухого корня, хорошо перемолоть (сначала измельчить топориком, затем в кофемолке). Полученный перемол тщательно смешать с 500 г свежего мёда. Настоять сутки. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за 15 минут до еды.

ТУБЕРКУЛЁЗ. Приготовить 2 стакана кашицы из свежего корня, залить 0,5 л водки, настоять 10 дней. Принимать вместе с кашицей по 1 столовой ложке перед каждой едой на протяжении 2-3 месяцев.

АЛЛЕРГИЯ (холодовая, медикаментозная, пищевая). Смешать равные части девясила, солодки и корней алтея. На 2 стакана холодной воды положить 2 чайные ложки смеси, закрыть крышкой и настоять 8-10 часов (ставить на ночь). Пить по 1/3 стакана слегка подогретым, можно с мёдом.

НЕЙРОИНФЕКЦИИ. На 0,5 л воды взять по 1 столовой ложке корня девясила, травы горечавки и травы тысячелистника. Кипятить 10 минут, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1-2 столовые ложки 2-4 раза в день перед едой.

ГИПЕРТОНИЯ. Смешать поровну корни девясила и цветы пижмы. 1 чайную ложку залить 2 стаканами кипятка, парить 1,5 часа. Пить по полстакана 3 раза в день за 2 часа до еды.

РЕВМАТИЗМ. Смешать в равных частях корни девясила и лопуха (по весовым частям). 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом крутого кипятка, настоять в тепле 20 минут, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за 20 минут до еды. Использовать настой также для согревающих компрессов. Это высокоэффективное средство при ревматизме!

СКЛЕРОЗ СТАРЧЕСКИЙ. 50 г сухого корня девясила залить 0,5 л водки, настоять 2-3 недели. Принимать по 1 чайной ложке 3-4 раза в день до еды. На курс потребуется 1-1,5 л настойки. Потом сделать перерыв и курс повторить.

КИСТА НА ПОЧКЕ. На 3 л тёплой кипячёной воды потребуются 30 г измельчённого молодого корня девясила, 2 столовые ложки сахара и 1 столовая ложка дрожжей. Закрывать, поставить на 2 дня. Пить по полстакана 3 раза в день после еды, можно и чаще. Все выпить, сделать перерыв на 20 дней и снова повторить.

ШИШКИ НА БОЛЬШИХ ПАЛЬЦАХ НОГ рассосутся, если парить в горячем запаре корней девясила 12 дней подряд. (Хорошо бы одновременно натирать настойкой бузины.)

СТОМАТИТ. 20 г корней кипятить 5 минут в 200 мл воды, настоять 4 часа в тепле. Пить по 1 столовой ложке 3-4 раза в день за полчаса до еды.

* * *

Однако и к девясилу имеются серьёзные противопоказания, к примеру, нельзя назначать его препараты людям с тяжёлыми сердечно-сосудистыми заболеваниями. Противопоказан он при заболеваниях почек.

Отвары и настои из корней девясила снижают выделение пищеварительных ферментов в желудке и вместо пользы могут нанести вред при гастритах с низкой кислотностью.

Девясил высокий, в отличие от британского, противопоказан при женских заболеваниях с чрезмерными менструациями. С осторожностью следует отнестись к нему гипотоникам.

Девясилковое вино, рекомендуемое для выздоравливающих и ослабленных людей, повышает — в противоположность отвару корней в воде — кислотность желудочного сока, его следует исключить при гиперацидном гастрите и язвенной болезни желудка в период обострения. По мнению Амирдовлата Амасиаци, «девятисл уменьшает образование крови». Нельзя применять его при беременности.

100. ДОННИК БЕЛЫЙ



Настой травы белого донника полезен при атеросклерозе коронарных и церебральных артерий. Применяется он и при некоторых других заболеваниях. Водочную настойку свежих цветков белого донника с положительными результатами я назначал при раке яичников. При операционном удалении яичников у женщин такая настойка восполняла дефицит необходимых организму гормонов.

* * *

Все препараты белого донника дозируются очень строго — растение ядовитое, может нанести непоправимый вред. Необходимо постоянно вести наблюдение за протромбином. Противопоказания к доннику: склонность к любым кровотечениям, а также гипотония.

101. ДОННИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Жёлтый донник отличается от белого, по-видимому, не только цветом, но и химическим составом. Во всяком случае донник лекарственный, то есть жёлтый, в отличие от своего собрата более изучен и значительно шире применяется в народной медицине многих стран.

Препараты донника назначаются при гипертонической и ишемической болезни, атеросклерозе, тромбофлебите, повышенной свёртываемости крови, как анти коагулянт прямого действия. Настой и отвар донника народная медицина рекомендует при лечении бронхитов, бронхиальной астмы, болях в области сердца, воспалении яичников, скудных и болезненных менструациях, отёках, циститах, при бессоннице, мигрени, метеоризме, болях в почках и мочевом пузыре. Любопытно, что экстракт травы донника ускоряет регенерацию печени крыс после частичного её удаления (установлено экспериментально). В болгарской народной медицине настой донника пьют при герпесе, фурункулах и трещинах заднего прохода. Наружно траву донника прикладывают для размягчения и рассасывания разных уплотнений и фурункулов, при маститах, трещинах сосков, гидрадените, воспалении век.

АМЕНОРЕЯ (ненормальное прекращение менструаций у женщин). Смешать в равных пропорциях траву донника, золототысячника и цветков мать-и-мачехи. Залить 1 столовую

ложку сбора 1 стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Принимать по одной трети стакана 6 раз в день в течение месяца (значит, на день потребуется 2 стакана настоя).

ГИПЕРТОНИЯ. Залить 1 чайную ложку травы стаканом кипячёной воды комнатной температуры. Настоять 2 часа, процедить. Пить по полстакана 2-3 раза в день. (При высоких показателях лейкоцитов противопоказано.)

ХРОНИЧЕСКИЙ БРОНХИТ. 2 чайные ложки травы залить 2 стаканами холодной кипячёной воды, настоять 2 часа. Принимать по 1/2 стакана 2-3 раза в день.

ГЕРПЕС, ТРЕЩИНЫ ЗАДНЕГО ПРОХОДА, ФУРУН— КУЛЫ. 1 столовую ложку травы залить 300 мл кипятка, настоять 2 часа. Пить в тёплом виде по полстакана 3 раза в день.

ВОСПАЛЕНИЕ ЯИЧНИКОВ. Смешать в равных частях траву донника, золототысячника, душицы обыкновенной и цветков мать-и-мачехи. 1 столовую ложку сбора залить 250 мл кипятка, настоять 2-3 часа, процедить. Принимать по 1/3 стакана 5-6 раз в день в течение 3-4 недель. При этом рекомендуется полное воздержание от половой жизни.

ГОЛОВНАЯ БОЛЬ. Положить по 1 чайной ложке травы донника и шишек хмеля в 250 мл кипятка, кипятить 5 минут, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день перед едой.

ПАДЕНИЕ УРОВНЯ ЛЕЙКОЦИТОВ В КРОВИ. У онкологических больных после лучевой или химиотерапии резко падает число лейкоцитов в крови. В качестве дополнительного средства для их подъёма я назначаю некоторым больным настоем травы донника — от 1 чайной до 1 столовой ложки травы на стакан холодной кипячёной воды, настаивать 4 часа, пить по трети стакана 2-3 раза в день в промежутках между едой. Кратковременно, до получения необходимого результата.

* * *

К доннику лекарственному надо относиться с предельной осторожностью, в особенности если он приобретён на рынке или у недобросовестных сборщиков трав. Дело в том, что при неправильном высушивании в сырую погоду, даже при незначительном появлении плесени — в нём резко возрастает количество антикоагулянта дикумарина, ценное лекарство превращается в яд, а это угрожающе понижает свёртываемость крови, приводит к гемофилии. Наступает поражение печени, открывается кровотечение из почек, могут возникнуть кровоизлияния. Вообще донник при передозировке, в большом количестве, вызывает поражение печени, даже паралич центральной нервной системы.

Противопоказаниями к применению донника лекарственного служат гипотония, беременность, пониженная свёртываемость крови, заболевания почек с гематурией. Передозировка и длительное применение вызовут головную боль, рвоту, беспокойный сон и даже паралич.

102. ДРОК КРАСИЛЬНЫЙ



Очень ценное лекарственное растение, помогающее при всех видах желтухи, различных кожных заболеваниях и самое главное — при болезнях щитовидной железы. В народе дрок используют при водянке живота, однако при лечении асцита у онкологических больных и при циррозе печени результаты не радовали, приходилось подключать другие средства.

Экспериментальным путём установлено, что препараты дрока эффективны при стойких маточных кровотечениях. Пользуются дроком при воспалении почек и мочевого пузыря, лечении кожных заболеваний. Есть отзывы о хорошем действии настоя травы дрока с мёдом при значительной потере сил, сердечной слабости с пониженным давлением. Дрок в народе применяют при болезнях щитовидной железы (зобе, микседеме, гипотиреозе). Дрок сходен по действию с действием тиреоидина.

Пользу от дрока я чаще всего видел при лечении рака щитовидной железы. Можно было бы привести не один десяток примеров с благополучным исходом, но один случай запомнился особенно. Вместе с матерью пришел молодой красивый мужчина. Оба убитые горем. Естественно, с одной-единственной просьбой: спасите! Подруга матери — опытный онколог с большим стажем. Она в телефонном разговоре сказала мне: «Не только у нас, но и за рубежом ни один врач не взялся бы за такого больного. Он сам виноват. Отказался от операции, когда ещё можно было сделать. А сейчас... с такой формой рака... с такими метастазами... едва ли месяца два протянет, а вы хотите надежду вселить... » Разговор этот состоялся уже после встречи с больным, когда я пообещал взяться за него. У него тогда слёзы брызнули из глаз. Понять можно. Забрав двухлетнего мальчишку, любимца отца, вчера ушла жена, оставив мужа помирать. «Но я назло всем буду жить, — с жаром сказал он мне. — Только не отказывайтесь от меня, буду все ваши указания выполнять». За все мои прежние годы я никогда и никого не обещал вылечить, но и в помощи отказывал редко. Нельзя на живом человеке ставить крест. И в моей тетрадке появилась запись: «Алик М., 27 лет. Рак щитовидной железы, 4 ст., низкодифференцированный, медулярный, с метастазами в средостение, лимфоузлы, горло». Шея у Алика была вся в твёрдых узлах, опухшая настолько, что он дышал с трудом и говорил хрипло, чуть ли не шёпотом.

Лечение мы начали в феврале 1996 года. С первых же дней постоянными сделались дрок, дурнишник, ряска, противоопухолевый бальзам, зюзник. Сначала дрок шёл каждый день в течение месяца, а затем через день на протяжении всего лечения по такому рецепту: 1 чайную ложку заварить в 34 стакана кипятка, настоять 2 часа, процедить, принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день. Дурнишник в первый месяц дал травой: 2 чайные ложки на 2 стакана кипятка, настоять 2 часа, пить по полстакана. Зюзник сначала тоже дал травой: 1 столовая ложка на 1 стакан кипятка, настоять 2-3 часа, пить по четверти стакана 3-4 раза в день. В течение дня Алик принимал настойку марьиного корня — пиона уклоняющегося, отвар корней копытня, каплями софору японскую. И обязательными были примочки на область опухоли — сначала чистецом лесным, затем отваром коры дуба; на третий курс отвар корней кровохлёбки, на четвёртый — отвар травы донника, затем снова длительное

время примочки отваром коры дуба. Упадок сил и низкое давление поддерживал родиолой розовой, затем настойкой левзеи сафлоровидной — маральим корнем. Для поддержки работы сердца давал настой травы горицвета, сок цветков боярышника, позже для улучшения состава крови сок медуницы. После пятого месячного курса опухоль с шеи исчезла; она обрела нормальную форму, лишь слева можно было прощупать небольшой узел.

Год спустя спохватились врачи. При обследовании установили 2-ю стадию, удивились, обрадовались, назначили химиотерапию — фторурацил, винкристин, циклофосфан. Лечение травами мы всё равно продолжали — как бы в дополнение, в поддержку организма. За Алика я уже был спокоен. Постепенно научил собирать все необходимые ему травы, в какое время, как сушить, как отжимать сок. Небольшими, поддерживающими комплексами он ещё продолжал лечение. Сейчас это крепкий зрелый мужчина, и мало кто знает, что было с ним более десяти лет назад.

Дрок я применял не только при пониженной, но и при повышенной функции щитовидной железы, аутоиммунном тиреоидите, и всякий раз с пользой.

* * *

Дрок относится к ядовитым растениям, требует не только строгой, но и индивидуальной дозировки. При его назначении следует учитывать, что настой травы обладает сосудосуживающим действием. Дрок противопоказан при атеросклерозе, ишемической болезни сердца, гипертонии. Нельзя пользоваться дроком при беременности.

103. ДУБ ОБЫКНОВЕННЫЙ

В медицине чаще всего используется кора дуба. Её снимают весной во время сокодвижения с молодых тонких веточек. Грубая кора для лечения не годится. Деревья должны быть не старше 15-20 лет. В коре старых деревьев содержание дубильных веществ значительно уменьшается.

В народной медицине отвар коры дуба применяется внутрь при дизентерии, поносах, желудочно-кишечных кровотечениях, обильных менструациях, при отравлении грибами, солями меди, при заболеваниях печени, селезёнки. Наружно в виде полосканий при ангине, для полоскания горла и дёсен, в виде спринцеваний при трихомонадных кольпитах, в комплексе лечения ожогов, отморожений, пролежней, геморроя, кожных заболеваний, сопровождающихся обильной экссудацией, при повышенной потливости ног. Остановлюсь на малоизвестных рецептах.

РАК МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ. Готовить отвар из расчёта 1 столовая ложка коры на стакан сырой воды, настоять 10-12 часов, затем вскипятить, дать остыть и вскипятить снова, настоять 3-4 часа. Делать компрессы на грудь утром и вечером по 2 часа, утеплив грудь.

РАК ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ. Точно таким же отваром коры дуба делать примочки на область щитовидной железы.

ГРЫЖА. Приготовить смесь из равных частей измельчённых листьев, желудей и коры дуба. 1 столовую ложку залить 1 стаканом красного виноградного вина, варить 10 минут на слабом огне, процедить. Из настоя делать компрессы на грыжу.

ГЛАУКОМА. Заготовить золу от сожжённых дубовых дров. Зола отлично стабилизирует внутриглазное, а также внутричерепное и артериальное давление. Надо всыпать 4 столовые ложки золы в 1 л кипятка, настоять сутки, процедить и пить по 3 столовые ложки 3 раза в день за полчаса до еды. Курс 1/4 дней, перерыв 5 дней, затем повторить ещё раз.

БЕЛИ (из старинных рецептов). Высушить 9 желудей, истолочь в порошок и разделить его на 18 частей. Принимать 9 дней — одну утром, другую на ночь, запивая мятным чаем.

ДИАБЕТ. Высушенные жёлуди истолочь в порошок. Принимать по 1 чайной ложке 3 раза в день перед едой.

ВЫПАДЕНИЕ ПРЯМОЙ КИШКИ. Полезны сидячие ванны из расчёта 4-5 столовых ложек на 0,5 л воды. Отварить 10 минут, отфильтровать и сидеть в отваре 20— 30 минут.

НЕЙРОДЕРМИТ АТОПИЧЕСКИЙ, ДЕТСКАЯ ЭКЗЕМА. Особенно ценны ванны из дубовой коры: 250 г сухой коры залить 1,5 л холодной воды, довести до кипения, варить 10 минут, процедить и влить в ванну. Принимать 20 минут. Мылом не пользоваться.

* * *

Внутри отвар коры дуба нельзя назначать при кишечных заболеваниях с упорными запорами, при геморрое. Не рекомендуется длительный приём отвара даже при прямых показаниях к нему — желудочно-кишечных кровотечениях, колитах с поносами и др. При длительном полоскании рта отваром дубовой коры ухудшается обоняние.

104. ДУБРОВНИК ПУРПУРОВЫЙ



Обитатель светлых лесов и кустарников, иногда выходит и на скалистые места. Настой травы улучшает пищеварение. Помогает при болях в желудке и кишечнике, изжоге, метеоризме, отрыжке, песке в жёлчном пузыре, ревматических болях в суставах, кожных сыпях. Применяют для ванн, компрессов и спринцеваний при геморрое, женских болезнях.

* * *

Дубровник не следует назначать при хронических запорах. Противопоказан при беременности.

105. ДУРМАН ОБЫКНОВЕННЫЙ

Ценность растения прежде всего как спазмолитического средства при бронхиальной астме, спастических состояниях органов брюшной полости, сердечно-сосудистых заболеваниях — атриовентрикулярной блокаде, брадикардии. Трудно найти ему замену при

лечении таких недугов, как частичное выпадение матки и толстой кишки — здесь это радикальное средство. Дурманом лечат нимфоманию и приапизм (сильная беспричинная эрекция, возникающая без необходимости и причиняющая страдания). Отвар цветков пьют при эпилепсии, грудной жабе.

* * *

Дурман вполне оправдывает своё название: масло из семян, если втирать в виски, вызывает причудливые видения и галлюцинации, одурманивает сознание. Растение ядовитое. Назначать его препараты может только опытный фитотерапевт или гомеопат. Дурман противопоказан при глаукоме, так как повышает внутриглазное давление. Нельзя пользоваться им при беременности.

106. ДУРНИШНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Его химический состав пока изучен недостаточно. Считается ядовитым растением, но несмотря на это находит широкое применение в народной медицине. Без дурнишника, например, я не возьмусь лечить заболевания щитовидной железы. Без него, в особенности без сока из свежей травы, не обойтись при лечении злокачественных опухолей. Дурнишник прекрасно проявляет свои способности при почечно-каменной болезни, любых кожных заболеваниях. Сок свежей травы применяется при спазмах в горле, при лечении ангины, бронхиальной астмы, геморроя, абсцессов в горле, при детской крапивнице. Дурнишник полезен при нефрите. Настой травы оказывает благоприятное действие на функцию мужских половых органов.

ПОЧЕЧНО-КАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ. Заваривать из расчёта 1 столовая сушёной травы на стакан кипятка, настоять до охлаждения и пить по полстакана 2-3 раза в день до еды. Курс лечения 2 недели.

ЩИТОВИДНАЯ ЖЕЛЕЗА. При всех заболеваниях железы заваривать в 0,5 л кипятка 1-2 столовые ложки травы, настаивать в термосе 2 часа. Это суточная доза, используется с успехом в народе.

РАК ЛЁГКИХ, ЖЕЛУДКА, ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ, КОЖИ. В 1 л кипятка заварить 3 столовые ложки травы, настоять 2 часа. Принимать по 1 стакану 2-3 раза в день в тёплом виде как чай. Летом в этих же целях отжимают из цветущей травы (до образования шишек) сок. Смешать пополам с водкой и настоять сутки. Принимать от 30 капель до 1 чайной ложки 3 раза в день до еды (или в промежутках между едой). Иногда дозу увеличивают индивидуально до 1 столовой ложки на прием. Легче пить, если растворить с водой — на треть или половину стакана.

НЕЙРОДЕРМИТ, ЭКЗЕМА, МИКОЗ, РОЗОВЫЕ УГРИ. Растереть свежие листья и прикладывать к поражённым участкам кожи несколько раз в день (летнее лечение).

* * *

За многие годы работы с дурнишником я не наблюдал каких-либо серьёзных противопоказаний к нему. Надо только в точности соблюдать назначаемые дозировки. От дурнишника следует отказаться при обострении язвенной болезни желудка и кишечника. При упорных запорах не применять отвары корней и семян. У некоторых людей отвар травы, применяемый наружно, вызывает жжение, особенно при грибковых поражениях кожи. В этих случаях необходимо подбирать индивидуальную дозировку.

107. ДУШИСТЫЙ КОЛОСОК

В народной медицине используется как лёгкое седативное, обезболивающее,

мочегонное и противорвотное средство. Отвар или настой травы назначают при туберкулёзе лёгких, приступах удушья, болях в любой части тела, бессоннице, головной боли, тошноте и рвоте.

* * *

Душистый колосок противопоказан при склонности к любым кровотечениям.

108. ДУШИЦА ОБЫКНОВЕННАЯ

По признанию научной медицины, душица эффективна как седативное средство при неврозах, бессоннице, головной боли, а также при гастритах со сниженной секреторной деятельностью, дискинезиях желчных путей, холециститах. Используют её как потогонное и отхаркивающее средство при бронхитах, пневмониях, бронхоэктатической болезни, острых респираторных заболеваниях, фарингитах, тонзиллитах. В народной медицине применение более широкое. К перечисленным показаниям добавляются заболевания печени, болезненные менструации и их задержка, плохое настроение и даже нарушения психики.

РАССЕЯННЫЙ СКЛЕРОЗ, ДИЭНЦЕФАЛЬНЫЕ ПАРОКСИЗМЫ. 10 г травы (или 2-3 чайные ложки) залить 300 мл кипятка, настоять 1 час, процедить. Пить по 100 мл 3 раза в день за 15 минут до еды. Это же средство помогает при **ЭПИЛЕПСИИ**.

ГЕРИАТРИЯ (старость). Сухая трава душицы заваривается как чай. Принимать по 1 стакану 2 раза в день.

КАТАРАКТА. Душица препятствует её развитию. Настой (1 ч. л. на стакан кипятка) пьют по 1/3 стакана 2-3 раза в день.

ВНУТРИЧЕРЕПНОЙ ГИПЕРТЕНЗИОННЫЙ СИНДРОМ В ДЕТСКОМ ВОЗРАСТЕ (последствия закрытых черепномозговых травм, при гидроцефалии и вегетативных пароксизмах с потерей сознания эпилептоидного характера). Заварить 1 чайную ложку травы в стакане кипятка — эта доза на 2-3 дня для ребёнка 7-10 лет (поить по столовой ложке несколько раз в день, настой хранить в прохладном месте или готовить свежий). В более старшем возрасте заваривают 1 десертную ложку в стакане кипятка, доза на 1-2 дня. Последняя доза во всех случаях — за полчаса до сна. Обычно дети хорошо переносят лечение.

ГОЛОВНАЯ БОЛЬ. 1 столовую ложку травы залить 250 мл кипятка, дать покипеть 2-3 минуты, остудить до тёплого состояния и этим отваром вымыть голову, стараясь побольше смочить кожу головы и корни волос, закутать голову платком и поддержать так полчаса. Помогает даже при мигрени.

* * *

Из-за огромной популярности этого растения можно наблюдать малоприятные результаты вольного с ним обращения. Ладно, если кто-то отделается временной головной болью, переусердствовав с очень приятным на вкус чаем из душицы. Всё-таки не надо забывать, что нельзя принимать лекарства бесконтрольно. Нежелательно пользоваться душицей при хроническом гастрите с повышенной кислотностью, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при гипертонии, тяжёлых заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Душица категорически противопоказана при беременности.

109. ДЫМЯНКА АПТЕЧНАЯ

Она очень полезна для ослабленных больных, особенно после тяжёлых инфекционных заболеваний и большой потери крови. Настой травы и свежесжатый сок укрепляют общий тонус организма, повышают аппетит, благоприятно влияют на работу сердца. В народной

медицине дымянку применяют при отсутствии аппетита, атонии кишечника, при хронических женских болезнях, желтухе, геморрое, почечно-каменной болезни, воспалении мочевого пузыря.

* * *

Дымянка противопоказана при гипертонических кризах. Не стоит увлекаться ею при гастритах с повышенной кислотностью, при заболеваниях сердца, сопровождаемых тахикардией. Противопоказана она и при беременности.

110. ДЫНЯ ОБЫКНОВЕННАЯ

Трудно перечислить все лечебные возможности дыни: она исцеляет от малокровия, подагры, мочекаменной болезни, показана при всех заболеваниях сердечнососудистой системы, кишечника, печени, утоляет жажду, успокаивающе действует на нервную систему, способствует выведению холестерина из организма, обладает мочегонным и желчегонным эффектом. При лечении дыней — не эпизодическом употреблении в пищу, а именно лечении — накануне надо питаться только овощными блюдами, отказаться от мяса и кисломолочных продуктов.

ПОЧЕЧНО-КАМЕННАЯ, МОЧЕКАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ. 1 стакан измельчённых семян дыни настоять ночь в 3 л тёплой кипячёной воды и пить как воду, без ограничения — это даёт быстрый и положительный результат. Семена хорошо просушить, но не мыть. Хранить в стеклянной банке.

Высушенные семечки дыни, измельчив в кофемолке, принимают по чайной ложке 3-4 раза в день при импотенции и для лечения предстательной железы.

* * *

Правда, дыня не всегда идёт впрок, если не знать негативных её сторон. Авиценна предупреждал: «Дыню следует есть после другой пищи, ибо если она не следует за чем-нибудь другим, то вызовет тошноту и рвоту... Когда дыня портится в желудке, то приобретает ядовитое естество. Поэтому необходимо, если она обременяет желудок, быстро её удалить, и лучше всего, чтобы человека вырвало с помощью любого средства». Да, нельзя есть дыню на голодный желудок — неприятные последствия на себе испытаны ещё в молодости из-за элементарной безграмотности. Но не стоит накидываться на неё и сразу после обеда — лучше через полтора-два часа после еды. К этому можно добавить, что дыню нельзя сочетать со спиртными напитками, с мёдом; нельзя запивать холодной водой, из-за реальной возможности заполучить вздутие кишечника, колики и тяжёлый понос. Дыня противопоказана кормящим матерям — у ребёнка могут возникнуть изнуряющие диспепсические явления.

От дыни необходимо отказаться при диабете, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки в период обострения, при расстройствах кишечника.

111. ДЯГИЛЬ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ



На приготовление лекарств идут корни, листья, семена дягиля. Его принимают при истощении нервной системы, острой и хронической невралгии, ревматизме, подагре, люмбаго, при остром и хроническом ларингите, бронхите, бронхиальной астме, хроническом гастрите с секреторной недостаточностью, хроническом колите. Чай из любых частей дягиля выводит яды из крови при интоксикации. Один зонтик высушенных цветков дягиля, принимаемый каждое утро в виде порошка с небольшим количеством виноградного вина, предохраняет от эпилепсии.

Настойку свежих корней на водке малыми дозами я включал в лечебный комплекс при раке пищевода, желудка, поджелудочной железы, злокачественных опухолях сигмовидной и прямой кишки.

ПАНКРЕАТИТ. В стакане кипятка заваривают 10 г сушёной травы дягиля, на слабом огне кипятить 5 минут. Настаивать 2 часа. Процедить. Принимать по 50 мл 3-4 раза в день.

РАК РАЗЛИЧНОЙ ЛОКАЛИЗАЦИИ. Отвар готовить из расчёта 3 столовые ложки корней на стакан кипятка, дать слегка покипеть 30 минут, настоять 10 минут, процедить. Принимать по полстакана в горячем виде 2-3 раза в день после еды.

ЭПИЛЕПСИЯ, НЕРВНОЕ ИСТОЩЕНИЕ. В стакане кипятка настоять 3 столовые ложки корней (лучше всего парить в кипящей водяной бане 30 минут, а для более быстрого приготовления слегка прокипятить 4-5 минут). Принимать по полстакана 2-3 раза в день после еды. Обладает тонизирующим и укрепляющим действием.

РЕВМАТИЗМ, ПОДАГРА, МЫШЕЧНЫЕ БОЛИ. Точно так же готовить отвар и пить после еды.

ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК, МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ, КОЛИКИ И ВЗДУТИЕ ЖИВОТА. Изолочь в порошок корни и принимать по 0,5 г 3 раза в день перед едой, запивая водой.

* * *

Препараты дягиля повышают свёртываемость крови, поэтому не следует назначать их при тромбозах, после инфаркта. Не показан дягиль при гиперацидных гастритах. Не советуют применять его при половой слабости.

При сборе дягиль иногда путают с дудником лесным. При всей внешней схожести отличить их можно: у дудника корни жёсткие, деревянистые, с неприятным запахом, в то время как у дягиля ароматны как свежие, так и высушенные корни. Дудник лесной в лекарственном отношении значительно уступает дягилю.

112. ЕЛЬ ОБЫКНОВЕННАЯ

Молодые верхушки веток, незрелые шишки и хвоя часто применяются в быту при заболевании верхних дыхательных путей, бронхиальной астме, заболеваниях почек и мочевого пузыря, а в виде ванн при болях в суставах различного происхождения.

ВОДЯНКА. 30 г измельчённых молодых побегов отварить в 1 л молока и пить 3 раза в день равными порциями.

ПОЛИПЫ МАТКИ. 1 столовую ложку измельчённой хвои, собранной в сентябре, залить стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Подсластив мёдом, пить по полстакана 3 раза в день до еды.

ТУБЕРКУЛЁЗ, АСТМА, ВОСПАЛЕНИЕ ЛЁГКИХ, БРОНХИТ. Молодые побеги весной (до 15 мая) сложить в банку слоями с 1,5 кг сахара. Утром перемешать, перевязать банку тряпочкой и 10 дней подержать на подоконнике, на солнце. Хвоя поднимется вверх, сок останется внизу. На 11-й день слить. Принимать по 2 столовые ложки по утрам.

ВЫВОД СОЛИ ИЗ ОРГАНИЗМА. С вечера залить шишку ели стаканом кипятка. Утром половину настоя выпить, шишку выбросить. Оставшиеся полстакана выпить на следующее утро. На 30 дней — 15 шишек. Перерыв 10 дней. И ещё повторить курс 2 раза.

ГОЛОВНЫЕ БОЛИ (сильные, хронические), **ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТЬ К ИНСУЛЬТУ И ПАРАЛИЧУ, БОЛИ В ЖЕЛУДКЕ ИЗ-ЗА ПЛОХОГО ПИЩЕВАРЕНИЯ, ПЕСОК В ПОЧКАХ, ХРОНИЧЕСКИЙ КАШЕЛЬ, ЧАСТЫЕ ОБМОРОКИ, РАССТРОЙСТВО НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ, ВОДЯНКА ОРГАНИЗМА, БОЛЕЗНИ ЛЁГКИХ** излечиваются ежедневным употреблением в виде чая измельчённых зелёных шишек ели.

* * *

При использовании настоев еловой хвои внутрь не надо забывать, что это может вызвать воспаление пищеварительного тракта. Ель противопоказана при таких заболеваниях почек, как нефриты и нефрозы.

113. ЖЕЛТУШНИК ЛЕВКОЙНЫЙ

Желтушник левкойный, как и другие родственные виды -серый, прямой, желтушник Маршалла — содержат сердечные гликозиды, которые по действию на организм аналогичны строфантину, обладают сильной биологической активностью. Их применяют при самой строгой дозировке как средство неотложной помощи при резких органических изменениях сердца и сосудов, остром миокардите, эндокардите, кардиосклерозе и сильном атеросклерозе.

Сушат траву быстро, при температуре около 50°, хранят не более полугода. Находит она применение не только при сердечных болезнях.

ВОДЯНКА. 1 столовую ложку сухой травы залить 100 мл водки, настоять 1 неделю. Принимать по 10 капель 3 раза в день до еды, на ложке воды.

РАК МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ, ГНОЙНЫЕ ОПУХОЛИ. Наружно — примочки из отвара листьев или семян желтушника левкойного. Одновременно 1 чайную ложку травы заварить 2, 5 стаканами кипятка, настоять 2 часа, принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды.

* * *

Противопоказаниями к желтушнику могут послужить гломерулонефрит и некоторые другие заболевания почек. Желтушник противопоказан при атриовентрикулярной блокаде, пароксизмальной тахикардии, остановке предсердий, нарушении цветового зрения.

114. ЖИВОКОСТЬ ВЫСОКАЯ

Растение действительно высокое — до 2 метров высоты с кистью красивых густо-синих цветков — издали видать, да вот только редко увидишь. К сожалению, нечасто встречается.

В медицине — таблетки, порошки, ампулы — применяют при болезни Паркинсона,

постэнцефалитном паркинсонизме, арахноэнцефалите, арахноидите, рассеянном склерозе.

Растение очень ядовитое. Я включаю его в лечебные комплексы лишь при крайней необходимости — приметастазах злокачественных опухолей в кость, при саркоме, остеомиелите.

Я не стал выделять в отдельную главку живокость сетчатоплодную — в ней много общего с живокостью высокой.

Чтобы больные, стремящиеся получить облегчение любым путём, не занимались экспериментами на себе, я считаю своим долгом привести в пример хотя бы несколько рецептов, лишь напомним ещё раз, что дозировку ни в коем случае нельзя нарушать.

ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ (в случае химиотерапии). 1 столовую ложку сухой травы живокости высокой залить 1 л кипятка, настоять 1 час, обязательно процедить. Принимать по полстакана 4-5 раз в день.

РАССЕЯННЫЙ СКЛЕРОЗ. 1 чайную ложку травы живокости сетчатоплодной залить 3 стаканами кипятка, настоять 8 часов в тёплом месте (разумеется, при закрытой крышке), процедить. Принимать по 1/3-1/2 стакана 3-4 раза в день вне зависимости от еды.

* * *

Живокость высокая противопоказана при миопатии, миастении и других заболеваниях с понижением мышечного тонуса, тяжёлых нарушениях функции печени и почек, при декомпенсации сердечной деятельности.

115. ЖИВОКОСТЬ ПОЛЕВАЯ



За этим растением я охочусь каждый год, в буквальном смысле охочусь, как ружейные охотники пробегают десятки километров, гоняясь за каким-либо зверем или лесной птицей. Растение это кочующее, однолетнее, и годами на одном месте не сидит, как сидят многие другие травы. Как-то, направляясь в пойменные луга к устью Кармасана, я углядел в бескрайнем поле ржи голубые огоньки цветков. Конечно, это могли быть цикорий или другие растения, но всё-таки решил проверить находку и пошёл от дороги в глубь поля. И не

ошибся — цвела живокость полевая. Да и было её столько, что за день не собрать. На следующее лето направился сюда же и... ни одного цветка не нашёл. Не только на этом поле, но и во всей округе. Лишь случайно обнаружил в другом районе, за сотню километров отсюда. Только тогда душа успокоилась. Я не привык уходить на зиму, не имея приличного запаса полевой живокости, помогавшей мне справиться с многими болезнями.

Настой травы этого вида применяется в народе при воспалении лёгких, плеврите, головной боли, женских заболеваниях, язвенной болезни желудка, склерозе, расстройстве нервной системы, глаукоме, эпилепсии, главное — при всех заболеваниях мочеполовой системы (почки, мочевого пузыря, мочевыводящие каналы и т. д.). При гнойном воспалении глаз из настоя делают примочки, при зубной боли и болезнях ротоглотки полощут рот. Растение, как и все живокости, ядовитое, все содержащиеся в нём алкалоиды обладают курареподобным действием, но полевая считается наименее токсичной, поэтому и находит более широкое применение.

Живокость полевая применяется при раке и, что ценно, при раке почек.

Забира С. из г. Стерлитамака в Республиканском онкодиспансере даже лечить не стали. И никакого другого лечения не предложили. Сказали прямо: «Дома вам лучше будет. Поживёте какое-то время, уж сколько суждено. Все родные будут рядом. А в больнице последнего слова сказать некому». Дали первую группу инвалидности и, как полагается, справку «на симптоматическое лечение».

Прямо из диспансера, узнав в редакции адрес, Забир с женой приехали ко мне. Всякие справки на руках, результаты обследований. А там чёрным по белому указаны и стадии и метастазы. Даже сам размер опухоли правой почки говорил сам за себя: 136х86 мм. На левой почке чуть поменьше: 109х72 мм. Плотные, неподвижные. Поговорили спокойно, решили так: будь что будет. Попытаемся хотя бы приостановить болезнь.

Невозможно здесь привести все составленные для него лечебные комплексы, они включали в себя обширный противоопухолевый арсенал травяных настоек, настоев, соков, почечных противоопухолевых бальзамов. Хочу отметить только, что на первых порах здорово помогли живокость полевая, болиголов по схеме, борец высокий на примочки, очиток пурпурный как настоемтравы, так и спиртовой настойкой, княжик сибирский, золотая розга, дурнишник, грушанка, подмаренник, цветки и корни хмеля, трава и сок будры, два вида противоопухолевого, противометастатического бальзама, корни кубышки. Через год, когда пришло время перекомиссии по инвалидности, врачи смотрели на Забира как на выходца с того света. И через два, и через три года вынуждены были оставлять ему первую группу инвалидности. Дело в том, что опухоли оставались почти в тех же размерах, и не вязались с болезнью здоровый цвет кожи, упитанность, румянец на щеках. Забиру было 43 года, когда мы начали лечение, а тут уже до юбилейных пятидесяти рукой было подать.

Мне он сказал: «Я знаю, что болезнь смертельная. Вот только бы дочку выдать замуж, тогда и помирать можно». Это ещё в самом начале было. Года два спустя выдал дочку замуж. Потом как о самом сокровенном говорит: «Эх, повидать бы внука или внучку — величайший подарок был бы от всевышнего». Пришло время, и со счастливой улыбкой он убаюкивал на руках внучку.

После врачебного приговора прожил он девять лет. И умер от инфаркта — здесь уж я ничем помочь не мог.

Почему я рассказываю это? По сути, рассказываю не о ЗабIRE, а о наших башкирских травах, восхищаясь, как они иногда могут невозможное сделать возможным. Рассказываю о живокости полевой, которая помогала мне лечить и рак почек, и рак мочевого пузыря, и другие опухоли в области малого таза. Когда очень удачно, а иногда хоть ненадолго облегчая жизнь обречённого человека. Ведь избавить человека от мук, вернуть ему хоть ненадолго вкус к жизни, даже по мере возможности смягчить ему уход из жизни — это хотя и забирает твои душевные силы, но обогащает душу ещё больше.

Поэтому и в книге я стараюсь дать не дежурные, а проверенные, приносящие пользу рецепты, заодно стараюсь предостеречь от возможных неприятностей, которые могут

доставить человеку одни и те же лекарственные растения.

РАК ПЕЧЕНИ, ПОЧЕК. 2 столовые ложки сухой травы залить 1 л кипятка, поставить посуду в кипящую водяную баню, парить 15 минут, дать остыть в течение часа, процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день за час до еды или через час после еды.

ВОСПАЛЕНИЕ ЛЁГКИХ. 1 чайную ложку травы залить 2 стаканами кипятка, настоять 8-10 часов в тёплом месте, процедить. Принимать по 1/3-1/4 стакана 4 раза в день после еды.

ПАНКРЕАТИТ. 1 столовую ложку сушёной травы залить 1 л кипятка, настаивать 1 час, процедить. Принимать по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день.

РАССЕЯННЫЙ СКЛЕРОЗ. 1 чайную ложку травы залить 2 стаканами кипятка, настаивать 8 часов в тёплом месте (но не в термосе), процедить. Принимать по 1/3 стакана 3-4 раза в день.

* * *

При обращении с живокостью полевой важно соблюсти дозировку. Нежелательно применять живокость при гипотонии, при ослаблении мышечного тонуса, при миастении. При астме проверить индивидуально, не возникает ли одышка. Как ядовитое растение, нежелательно применять живокость полевую при беременности.

116. ЖОСТЕР СЛАБИТЕЛЬНЫЙ

Кустарник из семейства крушиновых. В качестве нежного слабительного используются высушенные плоды — чёрные, похожие на черёмуху.

В народной медицине используются не только плоды, но и кора, корни, листья, ветви.

Настойка коры применяется в акушерско-гинекологической практике, в качестве слабительного при геморрое, трещинах прямой кишки, атонических и спастических запорах, в послеоперационный и климактерический период.

Отвар и настой коры в народе применяют при отёках сердечного и почечного происхождения, базедовой болезни, гельминтозах, подагре, климактерических расстройствах, особенно при тахикардии, головокружении, депрессии, зуде и мигрени, при холангите, гепатите.

Плоды можно есть и свежими по 10-15 штук утром натощак. Экспериментально установлено, что семена активны при лейкемии.

Отвар коры, плодов применяют при гастрите, асците, кожных сыпях, фурункулёзе, пиодермии, анемии. Плоды являются быстродействующим антигельминтным средством, употребляются при лихорадке. Плоды настаивают на водке и натираются при ревматизме. Отвар из ветвей используют при язвенной болезни желудка, наружно такой отвар используют в качестве компресса на раны.

Жостер слабительный — старинное русское средство против рака, использовалось ещё в XVI веке.

АРТРИТ. 100 г плодов залить 0,5 л водки, настоять 12 дней. Натирать больные суставы 2 раза в день. Никакого вреда, кроме пользы.

ПОДАГРА. 1 столовую ложку плодов залить стаканом кипятка, кипятить ещё 3 минуты, настаивать в закрытой посуде 2 часа, процедить. Принимать по полстакана на ночь. Перерывы делать по своему усмотрению.

ВЗДУТИЕ ЖИВОТА. 1 столовую ложку плодов залить 300 мл кипятка, настоять 8 часов, принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день или один раз 1/2 стакана на ночь перед сном.

МЕТОФИЗМ. 10 г плодов измельчить, залить 300 мл воды, кипятить 5-6 минут, настаивать 2 часа. Принимать по полстакана 2-3 раза в день.

* * *

Зелёные незрелые плоды ядовиты. Приём в большом количестве даже зрелых плодов может вызвать рвоту, воспаление желудочно-кишечного тракта. Жостер вообще противопоказан при воспалительных процессах желудочно-кишечного тракта. Нельзя назначать его детям.

117. ЗАМАНИХА ВЫСОКАЯ

Дальневосточное растение, но его корни и корневища и медицинские препараты из них можно приобрести по переписке или купить готовую настойку в аптеке.

Заманиха с давних пор популярна как тонизирующее средство. Настойку заманихи назначают при физическом и нервном утомлении, усталости, пониженной работоспособности, половом бессилии, сердечной недостаточности, гипотонии, при депрессивных и астенических состояниях, сахарном диабете 1-й стадии.

При астенических состояниях после приёма настойки заманихи у больных уменьшается головная боль, боль в области сердца, снижается раздражительность, улучшается сон.

В медицине отмечены положительные результаты у больных вялотекущей шизофренией, при депрессии. После приёма заманихи больные становятся активнее, охотно вступают в контакт с окружающими, появляется интерес к событиям и людям.

Положительные результаты приносит заманиха при астенических синдромах у беременных, рожениц после патологических родов, при депрессивных и астенических состояниях в климактерическом периоде.

* * *

Препараты из корневищ заманихи малотоксичны. При длительном использовании возможны крапивница и проявление других кожных осложнений. Заманиха противопоказана при гипертонической болезни, нарушении сердечной деятельности, бессоннице, склеротическом изменении сосудов головного мозга, при лихорадочных состояниях, эпилепсии, гиперкинезах.

118. ЗВЕРОБОЙ ПРОДЫРЯВЛЕННЫЙ

Нет, наверное, такой болезни, которую не пытались бы лечить зверобоем. Я не стану перечислять все болезни наподобие отсутствия аппетита, дурного запаха изо рта или ангины. Зверобой имеет и малоизвестные стороны. То, что зверобоем пользуются при лечении туберкулёза лёгких (даже с кровохарканьем), слышали многие знатоки лекарственных растений, но то, что корнями зверобоя пользуются при туберкулёзе костей, знают лишь некоторые специалисты. Зверобой применяется при опухолях печени и желудка, злокачественных поражениях кожи.

Лучше всего зверобой помогает при заболеваниях органов пищеварения — гастритах, колитах, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, различных поносах, а также при болезнях печени и желчного пузыря, циститах, женских заболеваниях, при маточных кровотечениях. При сердечно-сосудистых заболеваниях укрепляет сердечную мышцу, помогает при эндокардите, миокардите. Положительно влияет зверобой при невралгиях, параличах, эпилепсии, как успокоительное при истощении нервной системы, его вспомогательное действие можно ощутить при простатите, импотенции.

Сок из свежей травы содержит в полтора раза больше полезных веществ, чем настойка.

Ценные лечебные силы таятся в зверобойном масле. В обычных рецептах рекомендуется свежую траву (100 г на 600 мл растительного масла) кипятить 30 минут. Я готовлю его проще: свежими цветущими верхушками наполняю стеклянную банку по самые плечики и заливаю оливковым маслом, а при его отсутствии — растительным маслом

холодного отжима (масло обязательно должно быть холодного отжима). Траву прижимаю — она не должна высываться над поверхностью масла, иначе появится плесень, чего ни в коем случае нельзя допускать. Пользоваться можно уже через 3-4 недели, но процеживаю обычно через 2-3 месяца.

Для спиртовой настойки заполняю травой с цветками половину трёхлитровой банки, доверху заливаю водкой, закрываю банку крышкой и ставлю в тёмное место. Каждый день встряхиваю. Настаиваю не меньше месяца.

НЕЙРОРЕВМАТИЗМ. Принимать по 50 капель настойки 3 раза в день, запивая настоем травы буквицы (или капая в полстакана настоя) за полчаса до еды 3 раза в день. Траву через пару недель можно сменить на другую, поочередно делая настой из травы вероники, герани луговой, подмаренника, сабельника, таволги.

КОПЧИК, АНУС. При болях в копчике и анусе применить сидячие ванночки с отваром семян зверобоя (совет Авиценны). Отваривать из расчёта 1 столовая ложка семян на поллитра воды, кипятить 5 минут.

ТРАВМА ГОЛОВЫ. Принимать по 1 чайной ложке зверобойного масла 2-3 раза в день незадолго до еды.

АДЕНОИДЫ. Измельчить в порошок траву зверобоя, просеять. К 1 части порошка добавить 4 части сливочного масла. На каждую чайную ложку этой смеси добавить по 5 капель сока чистотела и встряхивать, пока не получится эмульсия. Закапывать 3-4 раза в день в каждую ноздрю.

АЛКОГОЛИЗМ. 2 столовые ложки сухой травы зверобоя залить 250 мл кипятка, посуду поставить в водяную баню, парить 20-30 минут. После остывания процедить. Принимать по 2 столовые ложки 2 раза в день перед завтраком и обедом. Курс — 2 недели. Регулярный приём отвара вызывает отвращение к алкоголю. Средство не радикальное, однако, если поможет хотя бы двоим из десяти, имеет смысл провести такое лечение.

ТАБАКОКУРЕНИЕ. Для курильщиков 8 столовых ложек сухой травы заливают 0,5 л водки, настаивают 10 дней. Дают (на воде) по 40-50 капель 3 раза в день после еды.

ВИТИЛИГО. Это один из дополнительных рецептов (допустим, одновременно с ряской и другими травами). Полторы чайные ложки сухого зверобоя залить стаканом кипятка, закрыть крышкой, настоять 1 час. Выпить за день в 2-3 приёма. В то же самое время можно смазывать белые пятна зверобойным маслом.

ТРОФИЧЕСКИЕ ЯЗВЫ. Постоянно прикладывать тампоны со зверобойным маслом. Зафиксировать бинтом, держать можно длительно.

РАК МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ. Ежедневно делать на 20— 30 минут примочки с водочной настойкой зверобоя, 2-3 раза в день.

РАК КОЖИ. На поражённые участки делать аппликации со зверобойным маслом как можно чаще.

* * *

При всей своей популярности зверобой далеко не безобиден. Им нельзя долго пользоваться при гипертонии. Он противопоказан при беременности. Амирдовлат указывал, что зверобой «вреден для почек. Его вредное действие устраняет мята. Семена вызывают выкидыш».

Даже у здоровых людей крепко заваренный чай из зверобоя может вызвать симптомы острого гастрита, а у страдающих гиперацидным гастритом или язвенной болезнью желудка от передозировки могут возникнуть сильные спазмы и боли в кишечнике.

Злоупотребление зверобоем может вызвать головную боль, так называемую «кривошею» — ригидность затылка, тошноту, рвоту.

Одновременно со зверобоем нельзя применять аминокислоты, триктофан и тирозин, амфетамины, астматикам — пользоваться ингаляторами.

Не сочетаются со зверобоем пиво, кофе, вино, шоколад, копчёные или маринованные

продукты, йогурты. Нельзя сочетать с лекарствами от сенной лихорадки, с каплями для носа, исключаются наркотики.

Препараты зверобоя нельзя принимать при повышенной температуре. Длительное пользование снижает половую потенцию, может вызвать крапивницу.

Зверобой повышает чувствительность кожи к ультрафиолетовым лучам, поэтому после приёма чая или настоя из травы необходимо воздерживаться от загара, не находиться на солнце. При нарушении этого правила зверобой может спровоцировать солнечные ожоги кожи, даже тяжёлые дерматиты. Особенно тяжело они протекают у блондинов и у людей с нежной кожей, плохо воспринимающей загар.

119. ЗЕМЛЯНИКА ЛЕСНАЯ

Заготавливают ягоды, листья, корни только дикорастущей земляники. Свежие ягоды и сок успешно применяются при гипохромной анемии, склерозе сосудов, гипертонии, мочекаменной и желчно-каменной болезнях, подагре. В литературе любят упоминать случай о том, как знаменитый ботаник Карл Линней полностью излечился от мучительной подагры, употребляя ягоды земляники. Ягодами и листьями лечат язву желудка и двенадцатиперстной кишки, болезни печени, селезёнки, инфекционную желтуху, невралгию, бронхиальную астму. Полезна земляника при туберкулёзе лёгких, при сахарном диабете. Отвар всего растения вместе с ягодами и корнями пьют при фиброме матки, настоем цветков — при болезнях сердца. Ягоды и листья применяются при изнуряющих ночных потах. Наружно земляникой лечат кровоточащие и гнойные раны, язвы, ангину, ларингиты.

Разумеется, здесь перечислены не все болезни, при которых требуется лечение земляникой.

РАК КРОВИ (белокровие). Существует стандартный рецепт, когда 50 г травы земляники заливают 1 л холодной воды, настаивают всю ночь, утром кипятят 5-7 минут и настаивают в термосе ещё 4-6 часов. Затем всю дозу принимают в течение дня мелкими глотками.

Я применял траву при лейкозах не в отдельности, как в приведённом выше рецепте, а в комплексе с другими средствами. Допустим, заваривал листья земляники 1-2 чайные ложки в стакане кипятка на дневную норму, но в каждые принимаемые 1/3 стакана вливал 1 чайную ложку противоопухолевого бальзама, в других случаях настойку кедра, либо сок медуницы (это кроме других 3-4 назначений, из которых составлялся очередной полный комплекс).

АЛЛЕРГИЯ. Как ни странно земляника, сама вызывающая порой аллергию, если нет противопоказания к ней, неплохо лечит аллергию, в чём я не раз убеждался. Для этого 1 столовую ложку листьев настаивают полчаса в стакане кипятка. Пьют по четверти стакана 3-4 раза в день.

КРАСНЫЙ ПЛОСКИЙ ЛИШАЙ. Готовить отвар из расчёта 2 чайные ложки на стакан, то есть 8-10 чайных ложек травы земляники на 800 мл воды, кипятить на слабом огне 5 минут. Пить по 1 стакану 4 раза в день в тёплом виде (при отсутствии противопоказаний к приёму большого количества воды). Если отвар действует слабо, дозировку можно увеличить до 1 столовой ложки травы на стакан воды.

МИОКАРДИТ. 3-4 кустика лесной земляники с корнями заварить в фарфоровом чайнике и пить как чай с сахаром. Курс 1 месяц.

СЕРДЕЧНАЯ АСТМА. При удушье хорошо помогает такой отвар: 1 столовую ложку листьев залить 2 стаканами воды, довести до кипения и уварить наполовину. Оставшийся стакан отвара принимать по 1 столовой ложке каждые 2 часа.

* * *

У некоторых людей, которых и аллергиками не назовёшь, не только от приёма внутрь, но при виде и запахе земляники возникают крапивница, кожный зуд, отеки —

идиосинкразия. При появлении этих симптомов надо натереть тело соком лука или, если имеются, принять эфедрин, раствор хлористого кальция.

Препараты земляники нельзя принимать при беременности. Противопоказаны они при повышенной секреции желудочного сока, длительных почечных и печёночных коликах, аппендиците.

Некоторые люди, наевшись ягод земляники натошак, ощущают тошноту и боли в животе. Её лучше всего употреблять через полчаса после еды, смягчая свежей сметаной или сливками.

Землянику не переносят открытая язва двенадцатиперстной кишки, хронический гастродуоденит, дискинезия желчных путей.

Обострение может наступить при панкреатите.

120. ЗИМОЛЮБКА ЗОНТИЧНАЯ

Обитательница соснового леса, часто соседствующая с грушанкой, она и ростом не превосходит её. Экземпляр выше 20 сантиметров — это уже гигант. Идешь в лесу по мягкой хвойной подстилке, смотришь по сторонам — не очень-то часто бросаются в глаза её тёмно-зелёные зонтики кожистых узеньких листьев. Сплошных зарослей она не образует, вот и приходится преодолевать расстояние от одного растения к другому, постоянно наклоняясь, чтобы аккуратно срезать, не повредив корневище. Однообразная, утомительная, но не лишённая азарта работа. Наберёшь за день корзиночку — и счастлив. При некоторых болезнях без зимолюбки как без рук, а придёт зима — нигде не достанешь: ни в аптеке, ни у травников. Даже в справочниках она редко упоминается.

Ценится зимолюбка при альбуминурии, гематурии, нефрите и других заболеваниях почек, задержке мочеиспускания, гонорее, хроническом гонорейном уретрите и вообще при воспалительном сужении уретры, для дезинфекции мочевых путей. Применяется также при туберкулёзе лёгких и туберкулёзе кишечника, язве желудка, диабете, хронических простатитах, задержке месячных, хронических колитах и энтероколитах.

Особенно нужна бывает зимолюбка при карциноме (форма рака) и различных твёрдых опухолях — губ, гланд, молочной железы. В литературе отмечены случаи полного излечения рака молочной железы.

Зимолюбка — прекрасное тонизирующее средство, особенно при чрезмерном физическом утомлении.

ПРОСТАТИТ. Чайную ложку измельчённой травы залить стаканом холодной воды, довести до кипения и на слабом огне подержать 5 минут. Настоять 2 часа, процедить. Принимать по 2 столовые ложки 3-4 раза в день, предпочтительно до еды.

РАК. 1 полную столовую ложку измельчённой травы на стакан воды, кипятить на слабом огне 5-7 минут, процедить. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день до еды или через 2 часа после еды. При раке губы, щеки, молочной железы или других наружных опухолях — делать примочки, несколько раз в день держать можно долго.

РАК КИШЕЧНИКА. Готовить так же, только увеличить количество травы до 2 столовых ложек на стакан и принимать по 1/3 стакана 3 раза в день до еды.

Во всех этих случаях можно обойтись и без кипячения — 2 столовые ложки травы заливать 2 стаканами кипятка, настаивать 2-3 часа и пить по четверти стакана 3 раза в день (особенно при раке молочной железы).

ТУБЕРКУЛЁЗ ЛЁГКИХ, КИШЕЧНИКА. 5 столовых ложек сухой травы зимолюбки залить 0,5 л водки, настоять 2-3 недели (я настаиваю не меньше месяца). Принимать по 30-35 капель в рюмке воды 3 раза в день за 20 минут до еды.

УРЕТРИТ, НЕФРИТ (и другие заболевания почек и мочевых путей). Готовить водный настой из расчёта 1 полная чайная ложка травы на стакан кипятка, настоять 3-4 часа, принимать по 1/3 стакана 3 раза в день до еды. Или принимать настойку по 30-35 капель (иногда до 1 чайной ложки) 3 раза в день незадолго до еды.

ФИЗИЧЕСКАЯ УСТАЛОСТЬ. Заваривать как чай: 1 чайную ложку на стакан кипятка, настоять 20-30 минут и выпить горячим, подсластив мёдом или сахаром.

ДИАБЕТ. 2 чайные ложки травы на стакан кипятка, настоять 2 часа, выпить дробными порциями в течение дня.

ОТЕКИ, АСЦИТ. Готовить настой, как для почек, принять утром сразу весь стакан в тёплом виде. Через несколько дней — это индивидуально — дозу можно увеличить до 2 стаканов в день, второй принимая перед обедом.

Кстати, зимолюбка способствует выведению из организма азотистых и хлористых солей.

* * *

Ссылки на противопоказания нигде нет. На мой взгляд, зимолюбку не следует употреблять при геморрое, сопровождаемом запорами. Очень осторожным надо быть при сгущении крови, склонности к тромбообразованию.

121. ЗОЛОТАРНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ — ЗОЛОТАЯ РОЗГА



Это растение широко применяется в народной медицине многих стран, особенно при пиелонефритах, как мочегонное средство при отёках. Золотарник способствует растворению камней в почках и мочевом пузыре. Настой травы дают пить при высоком содержании белка в моче. Наружно применяют при переломах костей, кожном туберкулёзе, гнойных ранах и язвах.

ПЕРЕЛОМ КОСТЕЙ, ГНОЙНЫЕ РАНЫ, ЯЗВЫ, ПОРЕЗЫ. Намочить водочной настойкой марлевый тампон или чистую тряпицу и сделать примочку. Держать можно долго, но при сильном покраснении примочку снять и обработать это место зверобойным маслом (можно так же сделать масляную примочку). Настойку я готовлю из расчёта 5-6 столовых ложек травы с цветками на 0,5 л водки. Убрать в тёмное место, ежедневно встряхивать. Настаиваю не меньше 4-5 недель.

НЕФРИТ (хронический). 2 столовые ложки измельчённой травы (грубые стебли

отбрасываются) залить 0,5 л воды, довести до кипения, на слабом огне отварить 10 минут, настоять 1 час, процедить. Принимать по 100 мл 4 раза в день за 20-30 минут до еды.

ПОЧКИ (воспаление), **ФОСФАТОТУРИЯ**, **МОЧЕКИС— ЛЫЙ ДИАТЕЗ**. 2 столовые ложки травы залить 2 стаканами кипятка, закрыть крышкой и настоять 4-6 часов. Принимать по 1/4-1/2 стакана 4 раза в день до еды, можно с мёдом.

АДЕНОМА ПРОСТАТЫ. 2 чайные ложки травы залить 1 стаканом холодной кипячёной воды, настоять 4 часа. Принимать по 1/4 стакана перед каждым приёмом пищи.

КОЖНЫЙ ТУБЕРКУЛЁЗ, КОЖНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ РАЗНОГО РОДА. Сухие соцветия золотой розги растереть в порошок, растереть их со сливками и втирать в поражённую часть кожи. Кстати, порошком цветков засыпают незаживающие раны, и они быстро стягиваются плёночкой, ведущей к заживлению.

ЗАЩЕМЛЕНИЕ ЦЕНТРАЛЬНОГО НЕРВА. При аварии мужчине так защемило центральный нерв, что он едва мог передвигаться даже с костылями. Не было мочи терпеть боль. На консилиуме врачи пришли к выводу, что надо удалять ногу. Но родственники сначала решили испытать народное средство. Взяли 3-4 ветки золотой розги (верхушки размером 15-20 сантиметров), добавили 3 грамма корня буквицы, залили в термосе 1 л кипятка (термос закрыли через 5-6 минут). Настояли 3-4 часа. Давали пить по полстакана 3 раза в день перед едой. Кончился настой — готовили свежий. А через пару недель человеку стало лучше. О костылях и думать забыл.

* * *

Золотарник считается ядовитым растением, назначается строго выверенными дозами. Золотая розга, казалось бы, полезная при хронических почечных заболеваниях, может причинить вред при острых заболеваниях почек и мочевого пузыря. Нельзя пользоваться ею при гломерулонефрите. Золотая розга противопоказана также при беременности.

122. ЗОЛОТОТЫСЯЧНИК ЗОНТИЧНЫЙ



В народе золототысячник ценят как средство для повышения аппетита, улучшения

пищеварения, при отрыжке, изжоге, метеоризме. Применяют траву при заболеваниях печени, мочевого пузыря, сахарном диабете, малокровии, маточных кровотечениях, заболеваниях сердца. В сочетании с другими травами рекомендуют для лечения алкоголизма.

АЛКОГОЛИЗМ. Смешать 1 часть полыни обыкновенной (чернобыльника) и 4 части травы золототысячника. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, закрыть крышкой и настоять 1 час, пить по 1 столовой ложке 3 раза в день за 30 минут до еды. Вкус очень горький. Сказать, что это поможет сразу, было бы наивно. Знаю всего несколько случаев, когда помогло, люди тогда сами хотели избавиться от постыдного порока. Но пробовать надо, может, из нескольких десятков рецептов хоть один окажется действенным. Только терпение надо проявить.

ИШЕМИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ СЕРДЦА. 1 столовую ложку травы залить 0,5 л кипятка, настоять в тепле 1 час. Выпить в течение дня равными порциями. Курс 2-3 недели.

ГЕЛЬМИНТОЗ. Столовую ложку травы залить половиной стакана водки, закрыть, настоять 2 недели, ежедневно встряхивая. Принимать по 15-20 капель на столовой ложке воды за 20-30 минут до еды. Исследованиями установлено, что алкалоид генцианин, содержащийся в растении, обладает выраженным противоглистным действием.

ГЕПАТИТ (хронический). 1 столовую ложку измельченной травы настоять 1 час в 1 л кипяченой прохладной воды, процедить. Принимать по полстакана, слегка подогрев, за час до еды 3 раза в день.

ДИАБЕТ. Сделать настойку из расчета 1 чайная ложка травы золототысячника на 50 мл водки, настоять 7-10 дней, процедить. Принимать по 20-30 капель 3 раза в день за 15 минут до еды. Не постоянно, а через 3-4 недели чередовать с другими средствами.

* * *

Противопоказаний к золототысячнику пока не установлено, разве что можно вспомнить слова Авиценны о том, что золототысячник, принятый в чрезмерном количестве, послабляет кровью. Во всяком случае, учитывая мнение мудрого целителя, нельзя назначать его препараты при желудочно-кишечных заболеваниях со склонностью к жидкому стулу. Противопоказан золототысячник, по моему мнению, и при гастритах с высокой кислотностью, язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

Предостережение для полных людей — вызывает зверский аппетит.

123. ЗОПНИК КЛУБНЕНОСНЫЙ



В тех случаях, когда человек не знает, какая у него кислотность желудочного сока, зопник спокойно можно назначать при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, гипоцидных и гиперацидных гастритах, так как он обладает уникальным свойством приводить кислотность в норму при любом отклонении в ту или иную сторону, а содержащиеся в нём противовоспалительные и заживляющие вещества излечат болезнь за полтора-два месяца. Кроме того, зопник неплохо проявляет себя при лечении пневмонии, бронхита, туберкулёза лёгких, простудных заболеваний, при женских болезнях, судорогах у детей. Точно такие же показания имеет зопник колючий.

ГАСТРИТЫ ГИПЕРАЦИДНЫЙ И ГИПОЦИДНЫЙ. 1 столовую ложку травы положить в 0,5 л воды, довести до кипения, варить на слабом огне 10 минут, затем настоять 30 минут, процедить. Принимать по полстакана за 30—40 минут до еды без перерывов в течение 2 месяцев. Любопытно, что у больных с гиперацидным гастритом, то есть при высокой кислотности желудочного сока, уже через несколько дней отпадает необходимость принимать от изжоги соду.

ТИРЕОТОКСИКОЗ С ПОРАЖЕНИЕМ СЕРДЦА. 1 чайную ложку травы залить стаканом кипятка, настоять 2 часа. Принимать по четверти стакана 4 раза в день, предпочтительно за полчаса до еды.

ГЕМОРРОЙ. 2 столовые ложки травы залить 0,5 л кипятка, настоять в закрытой посуде 2 часа, процедить. Принимать по полстакана 3-4 раза в день.

БРОНХИТ. 5 столовых ложек травы зопника настоять в 0,5 л водки 8-10 дней, ежедневно встряхивая (все спиртовые настойки положено встряхивать для лучшего экстрагирования). Процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день, запивая водой или настоем травы (буквицы, будры, корней девясила и др.). Кто не может воспринимать спиртное, тот может растворить эту 1 столовую ложку в половине стакана воды или в травяном настое. Увы, лекарство есть лекарство, приходится терпеть. Или подбирать для себя другие рецепты.

ЯЗВА ЖЕЛУДКА И ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНОЙ КИШКИ. В этом случае необходим комплекс из нескольких средств. До еды, натошак я обычно назначаю 1 чайную ложку зверобойного масла (иногда смешиваю его с маслом из цветков тысячелистника в соотношении 8-9 частей зверобойного и 2-1 части тысячелистника). Затем больной принимает отвар травы зопника, куда в каждую принимаемую дозу вливается желудочный

бальзам — он составляется индивидуально, с учётом состояния печени, почек, поджелудочной железы, щитовидной железы и пр. — нет единого образца, иначе бы я его здесь описал полностью. Дать его дам, а вдруг у человека диабет, гипертония, склонность к кровотечениям или, напротив, сгущение крови. Не зная организма человека, так ведь и навредить можно. Поэтому я включал в полный комплекс и другие травы. Скажу лишь, от язвы желудка, даже пептической язвы, через пару месяцев и следа не оставалось. Но даже вдвоём зверобойное масло и отвар зопника способны справиться с язвенной болезнью желудка — и таких случаев было немало.

* * *

Противопоказаний известно мало. Не следует назначать зопник при повышенной свёртываемости крови, атонических запорах, гипертонии.

124. ЗЮЗНИК ЕВРОПЕЙСКИЙ



При заболеваниях щитовидной железы, тиреотоксикозе с учащённым сердцебиением, связанных с этой болезнью неврозах и других расстройствах нервной системы, я наблюдал превосходное действие настоев и спиртовых настоек травы зюзника. Полезен зюзник при эндокардитах, беспричинном чувстве страха и бессоннице. Настой травы принимают также при болях в желудке, туберкулёзе лёгких, при различных кровотечениях.

Зюзник называют по-разному: и лесной конопелью, и крапчаткой, и — откуда только это взялось! — волчьей ногой, волчьей лапой. Водяная шандра — это уже поближе будет. Для меня она — водяная крапива. Любит сырые места, иной раз прямо из мелкой водички растёт, а внешним обликом в самом деле похожа на крапиву. Листья у неё, как у двудомной крапивы, только они не жгучие и над каждым листом мутовка с мелкими белыми цветочками. Издали увидишь — растение будто нежной белой гирляндой украшено.

Люблю я это растение и за красоту, и за целебную силу. На неё в последнее время все чаще стали обращать внимание не только травники, но и официальная медицина.

Настой травы — прекрасное средство при тяжёлых приступах сердцебиения и

нарушениях ритма сердца (экстрасистолии). В народе применяется при простом и кровавом поносе, неврозах, отёках, маточных кровотечениях, гипертонии, фурункулёзе, тиреотоксикозе с поражением сердца.

ТАХИКАРДИЯ. Возникает как следствие гипертиреоза (распознается по дрожанию закрытых век). Здесь эффективна спиртовая настойка. Обычно я беру чуть больше трети банки травы и доверху заливаю водкой. Настаиваю 3-4 недели. Средство безвредное, но очень чувствительным и слабым больным бывает достаточно 5 капель 3 раза в день, другим — по 20 капель.

БАЗЕДОВА БОЛЕЗНЬ (повышенная деятельность щитовидной железы) с склонностью к учащённому сердцебиению, возбуждённому состоянию, беспокойству, бессоннице. В этих случаях принимать по 25-30 капель настойки 3 раза в день до еды. Можно, если нет настойки, принимать по 2-3 грамма порошка листьев зюзника 3 раза в день, запивая водой.

* * *

Из противопоказаний к зюзнику известно, что его постоянное и неумеренное применение может отрицательно подействовать на поджелудочную железу и спровоцировать развитие сахарного диабета. Нельзя увлекаться зюзником при гипотонии.

125. ИВА БЕЛАЯ

Более привычное её название — ветла. Одинаковое применение в одном ряду с ней имеют ива ломкая, ива пурпурная, ива русская. А вообще, ив существует более сотни видов.

Ива лечит людей корой, листьями, соцветиями, и возможно, не только этим. В последнее время серьёзно начинают говорить о целом ряде деревьев как источнике биоэнергии. На Украине иву называют печаль-деревом, которое не только сочувствует боли и хвори человека, но ещё и «отбирает» все это у больного, облегчая его состояние, особенно если такое единение с ивой сопровождается специальным заговором. Во время сокодвижения берётся кора с 3-4-годичных веток. Только надо помнить, что нельзя рубить, срывать кору с ивы, которая растёт у самого края водоёма. Корни дерева уходят до самого водоносного слоя, и если больно ранить иву, вода «уходит», пропадает.

Иву применяют в народе при различных неврозах, невралгии, ревматизме, подагре, простудных заболеваниях, малярии, гастритах, воспалительных заболеваниях кишечника, желтухе, заболеваниях печени и селезёнки (в периоды, когда они насыщены большими дозами токсинов), воспалении мочевыводящих путей. Отвар из коры ивы благотворно влияет на больных плевритами, хроническими колитами, а настой сухих цветков — при тахикардии, экстрасистолах. Мазь из порошка коры лечит раны, язвы. Отваром коры полощут рот при ангине, стоматите, гингивите, пародонтозе, моют голову при выпадении волос (подключая корни лопуха). Ванны из коры рекомендуют при варикозном расширении вен.

О пользе ивы я могу рассказать и с помощью некоторых рецептов.

ПРОСТАТИТ. 2 столовые ложки мелко нарезанных тонких веток ивы белой залить стаканом кипятка, закрыть крышкой и на слабом огне покипятить ещё 5 минут. После остывания процедить. Пить по полстакана 3 раза в день. Курс — 1 месяц. Если излечение не наступило, перейти на другие отвары (коры осины или лещины, либо подобрать другой рецепт, усилив настойкой грушанки, зимолубки или дурнишника).

АДНЕКСИТ. 2 столовые ложки коры на 1 л воды, довести до кипения и на слабом огне кипятить 30 минут. Настоять полчаса, процедить. Пить по 1/3 стакана 5-6 раз в день. Обычный курс 5-6 дней, но может продлиться и до месяца.

ЗОБ. Молодые побеги, предпочтительно ивы корзиночной, сжечь, собрать угли (не золу!), растереть в порошок и смешать с двойным количеством мёда. Принимать по 50 г 3 раза в день за 20 минут до еды пока не надоест, потом перейти к другому виду лечения.

(Имеется в виду тиреотоксикоз.)

ТРОМБОФЛЕБИТ, ВАРИКОЗНОЕ РАСШИРЕНИЕ ВЕН. На ведро воды кладут 250 г коры ивы, доводят до кипения и тихонько варят 15 минут. Остудить до температуры 37°C и делать тёплые ножные ванны в течение 30 минут, после чего дать ногам отдых, желательно надеть плотные или резиновые чулки. Желательно делать это до стойкого улучшения.

ТАХИКАРДИЯ, АРИТМИЯ. Сердце меня подвело ещё в молодости. Поэтому я пользовался разными растениями и благодаря им шагнул за седьмой десяток. Как-то ранней весной вышел я на сбор коры и вдруг увидел пышно цветущую иву пурпурную. От этой красоты дух захватило. Дай, думаю, прихвачу немного цветков на лекарство. Подошёл к деревцу, мысленно попросил у него прощения: мол, не для забавы беру, а для больных людей. Собрал свежие мужские соцветия, в тот же день залил их водкой. Требуется, примерно, 100 г цветков на 0,5 л водки. Я, конечно, побольше сделал, с запасом. Настоял месяц, процедил. А тут одному человеку лекарство потребовалось: замучили его и тахикардия, и аритмия. Дал ему бутылку настойки и велел пить ежедневно по 30-35 капель 3-4 раза в день перед едой на ложке воды. Уж как потом он был мне благодарен. Если от таблеток печень болела, да и толку от них было мало, а тут он через месяц помолодел даже, ещё попросил на следующий курс. А я-то что: не меня, а ивушку благодарить надо.

ГИНЕКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ, КРОВОТЕЧЕНИЯ. При всех гинекологических заболеваниях, особенно с кровотечениями, помогает следующее: 1 столовую ложку истолчённой коры надо залить стаканом кипятка, настаивать 5-6 часов, желательно в термосе. Пить по столовой ложке через полчаса после еды 3 раза в день. А при обильных маточных кровотечениях — 6-7 раз в день, тоже по столовой ложке.

ОНЕМЕНИЕ ПАЛЬЦЕВ, а также БОЛИ В ОБЛАСТИ ШЕИ, РАДИКУЛИТ. Здесь требуется всего 1 чайная ложка мелко нарезанной коры ивы на 1 стакан кипятка. Закрывать крышкой и настоять до охлаждения. Принимать по 1 столовой ложке 4-5 раз в день.

ПОТЛИВОСТЬ РУК. Чайную ложку порошка коры ивы размешать в 2 стаканах холодной кипячёной воды, настоять 8 часов. Держать кисти рук в таком настое 5—10 минут несколько раз в день — до полного исчезновения этой хоть маленькой, но неприятности.

ГИПОТОНИЯ. 1 столовую ложку коры заварить 2 стаканами кипятка, настоять в термосе 6 часов. Выпить в 3 приёма за 20-30 минут до еды — как тонизирующее средство при артериальной гипотензии.

* * *

Существуют ещё не просто интересные, но и действенные рецепты от головной боли на нервной почве, при васкулитах, нейродермитах — вплоть до сведения бородавок, но я и так перебрал отпущенный мне лимит. Ведь ещё предстоит сказать, что ива может стать и явным недругом. Например, не все заболевания сердца можно лечить её цветками — они противопоказаны при брадикардии. Отвары коры при запорах ещё больше закрепляют желудок. Нежелательно пить отвары коры не только при гастритах с высокой кислотностью, но и при язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

Ещё одно важное замечание: препараты ивы белой нельзя давать детям до шестнадцати лет при простудах, гриппе и других вирусных инфекциях, так как применение салицилатов (а ива ими богата) может вызвать потенциально смертельное заболевание — синдром Рейе (развитие у ребёнка энцефалита в сочетании с недостаточностью печени с частым смертельным исходом. Вообще детям до 12 лет не рекомендуется назначать аспирин).

Противопоказано сочетать иву с маслом зимозубки. Нельзя применять одновременно с аспирином. Следует знать и то, что салицилаты истощают запасы витамина С — его необходимо активно восполнять при лечении препаратами ивы.

126. ИНЖИР — СМОКОВНИЦА

Мало кто знает, что инжир — близкий родственник комнатного фикуса. Смоковница часто упоминается в Библии. И ещё с тех незапамятных времён плоды использовали в лечебных целях. Для сведения: белый инжир не обладает никакими лечебными свойствами, можно употреблять только для удовольствия. Чёрный инжир — целебный, его и применяют в лечении. Современная наука тоже признает, что инжир особенно целителен при тромбоэмболических заболеваниях, предупреждает образование тромбов, избавляет от склеротических бляшек с внутренних стенок средних и крупных кровеносных сосудов, расширяет и увеличивает количество работающих капилляров в головном мозге. Замечено, что очень полезны плоды инжира для работников творческих профессий — поэтов, писателей, журналистов, композиторов, художников, коммерсантов и бизнесменов. Эфирные масла, содержащиеся в плодах, «разгоняют кровь», насыщая её кислородом. Желательно съедать, как лекарство, один плод в день в течение месяца, затем сделать перерыв.

В народной медицине инжир применяют для улучшения состава крови, при воспалении гортани, трахеи, бронхов, при болезни почек и мочевыводящих путей, при мочекаменной болезни.

Инжир незаменим в лечении сердечно-сосудистых заболеваний (при тахикардии, боли в груди, в области сердца). Ещё Авиценна указывал, что «смоковница полезна при всех заболеваниях сердца и сосудов, бронхиальной астме, сердцебиении».

Большое содержание в плодах железа и солей калия, магния, фосфора делает инжир полезным при анемии. Одно из достоинств инжира ещё в том, что для пожилых людей это настоящий эликсир молодости. Современная наука обнаружила в составе инжира фицин, который очищает от бляшек кровеносные сосуды, делает их эластичными.

БРОНХИТ, БРОНХОЭКТАТИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ, ТРАХЕИТ. Положить в стакан тёплого молока 4-5 штук плодов инжира, размять и растереть их. Принимать по полстакана 2-4 раза в день обязательно в тёплом виде.

МОЧЕКАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ, БОЛИ ПРИ МОЧЕИСПУСКАНИИ. Залить 1 стаканом кипятка 3-5 штук инжира. 5 минут варить на самом слабом огне, затем размять и растереть. Принимать дробно в течение дня в промежутках между едой (водный раствор инжира дробит камни и в измельчённом виде удаляет их из почек и мочевого пузыря).

* * *

Впрочем и противопоказаний у инжира много. Во время лечения необходимо вести контроль за содержанием сахара в моче и в крови. Инжир противопоказан при сахарном диабете, панкреатите. Нельзя назначать его при острых воспалительных заболеваниях кишечника, особенно энтеритах, и вообще при воспалительных заболеваниях пищеварительной системы. Запрет на инжир распространяется и при подагре, при склонности к образованию камней из-за нарушения в организме обмена щавелевой кислоты (в инжире много щавелевой кислоты).

Инжир противопоказан при тучности, ожирении, так как способствует увеличению массы тела. Авиценна предупреждал: «Инжир вызывает большое отложение жира... Сухой инжир вследствие своей сладости вреден при опухолях печени и селезёнки».

127. ИРИС-КАСАТИК



Его корневища под названием «фиалкового корня» были очень популярны в восточной медицине. В медицинской практике и поныне используются как дикорастущие, так и культивируемые декоративные ирисы (германский, флорентийский и др.), причём не только корневища, но и листья, цветки, семена. Отвар семян пьют при инфекционном гепатите, порошком из семян посыпают кровоточащие раны. У ириса вильчатого отвар корней или травы назначают при воспалении и опухоли горла, воспалении миндалин, опухолях в печени, гепатите, болях в желудке и мастите. Отвар корней ириса тонколистого рекомендуют при беспокойстве плода в утробе матери, меноррагиях, а отвар из семян — при кровавой рвоте, кровотечениях из носа, маточных кровотечениях, остром эпидемическом гепатите, туберкулёзе кости, затруднённом мочеиспускании, грыже. В гомеопатии ирис бледный применяют при воспалении поджелудочной и слюнной желез, при вегетативных неврозах.

ГЕПАТИТ (острый эпидемический). 7-9 г семян касатика тонколистого (синие или светло-голубые цветки) залить стаканом кипятка, на слабом огне дать покипеть 5 минут, настоять 2-3 часа, процедить. Принимать по 1/3-1/2 стакана 2-3 раза в день через час после еды.

ТУБЕРКУЛЁЗ КОСТИ. Четверть чайной ложки семян касатика тонколистого (можно и другие виды ириса) залить 1,5 стаканами холодной воды, довести до кипения, варить на самом тихом огне 10 минут, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день, предпочтительно за полчаса до еды.

ОПУХОЛЬ ГОРЛА, ОПУХОЛЬ ПЕЧЕНИ, ВОСПАЛЕНИЕ МИНДАЛИН, МАСТИТ. 3 грамма корня касатика вильчатого (цветки жёлтые с пурпурным пятнышком) залить стаканом кипятка, дать слегка покипеть 3-5 минут, 1 час настоять, процедить. Принимать по полстакана 3-4 раза в день. (То есть готовить надо на день 2 стакана.)

* * *

О химическом составе ириса нет никаких сведений. Нет и никаких упоминаний о противопоказаниях. Лишь сильное кровоостанавливающее действие растения, в особенности семян, наталкивает на предположение, что препараты из голубого и других ирисов нежелательно применять при высокой свёртываемости крови.

128. ИССОП ЛЕКАРСТВЕННЫЙ



Растение южное, но культивируется и прекрасно выживает в средних широтах, в садах и огородах. Иссоп ценится при заболеваниях дыхательных путей, простуде, кашле, бронхите, астме. Применяют иссоп при хронических заболеваниях желудочно-кишечного тракта, анемии. Иссоп уменьшает чрезмерную потливость, особенно у больных туберкулёзом лёгких и у женщин в период климакса. При сильных ушибах из настоя травы делают примочки для рассасывания кровоподтёков и подкожных кровоизлияний. Обнаружено противоаллергическое действие иссопа.

АСТМА. Имеется несколько достоверных сведений о полном излечении астмы иссопом. Горсть измельчённой травы надо залить 1 л кипятка в термос (крышку закрыть не сразу, а через 5-6 минут). Настоять 1 час, процедить. Влить обратно в термос. Пить по 1 стакану в горячем виде за 20 минут до еды. Курс 1 месяц без перерыва.

УДУШЬЕ, ОДЫШКА (у пожилых людей), **ШУМ В УШАХ.** Истереть в порошок листья иссопа и поровну смешать с мёдом (стакан порошка на стакан мёда). Принимать по 1 чайной ложке 3 раза в день до еды, запивая водой.

КЛИМАКС (у женщин), **ОБИЛЬНОЕ ПОТЕНИЕ.** Заваривать из расчёта 1 чайная ложка на стакан кипятка, настоять 2 часа. Принимать по полстакана 3-4 раза в день незадолго до еды (полезно также при плохом пищеварении, воспалительных процессах желудочнокишечного тракта).

ГИПОТОНИЯ, НЕВРОЗ, АНЕМИЯ. 2 чайные ложки травы с цветками заварить в стакане кипятка, настоять 1-2 часа. На организм действует тонизирующе, несколько возбуждает нервную систему, поднимая настроение.

* * *

Амирдовлат указывал, что «иссоп вреден для почек». Действительно, он противопоказан при нефрозах и нефритах. Его нельзя долго применять при гипотонии, заболеваниях желудка с повышенной кислотностью. У некоторых авторов можно встретить сведения, что иссоп используется при ревматизме, однако, по моему мнению, во время лечения заболеваний суставов средствами, требующими разогрева организма, то есть когда необходимо сильно пропотеть, от иссопа следует отказаться. Кормящие матери должны помнить, что настой травы иссопа уменьшает и прекращает лактацию. Иссоп противопоказан при беременности. Иссоп содержит эфирное масло, которое противопоказано при эпилепсии, и особенно при нейропатии. Приём иссопа необходимо прекратить при расстройстве желудка и диарее.

129. КАЛЕНДУЛА — НОГОТКИ

Препараты календулы — одно из популярнейших лечебных средств, применяемых в быту при самых различных заболеваниях. К её помощи прибегают при заболеваниях желудка, язвах и спазмах кишечника, болезнях печени, женских заболеваниях, маточных кровотечениях, заболеваниях сердца, гипертонии и климактерическом периоде. Медициной признано противоопухолевое действие настоев и настоек цветков календулы.

РАК. Половину трёхлитровой банки я заполняю цветками календулы и доверху заливаю водкой. Настаиваю не меньше месяца, затем отжимаю. Настойка календулы иногда частично входит в мои противоопухолевые бальзамы, но чаще я даю её отдельно по 1 чайной ложке 3 раза в день (обязательно в травяном настое) при раке матки, яичников, толстой кишки, поджелудочной железы, ротоглотки, раке молочной железы и некоторых других формах рака — естественно, учитывая индивидуальные особенности организма человека. Здесь учитываю не только сильное бактерицидное, фитонцидное, кровоочистительное и болеутоляющее свойства календулы, но и помню о том, что во многом её антибиотическое действие не уступает сулеме (при отсутствии нежелательной токсичности сулемы).

ЭРОЗИЯ ШЕЙКИ МАТКИ. Здесь календула одно из лучших фитотерапевтических средств. Необходимо 1 столовую ложку цветков настоять в стакане кипятка для спринцевания. Или влить в стакан кипячёной воды десертную ложку спиртовой настойки (разумеется, не аптечной). Ещё лучше, если влить настойку в настой травы чернышника или отвар корней кровохлёбки. Готовить 0,5 или 1 л на процедуру.

КЛИМАКС (с головными болями, приливами). Принимать по 30 капель, запивая чаем из листьев ежевики и душицы, 3 раза в день, предпочтительно до еды.

АРИТМИЯ. Принимать по 20 капель настойки на кусочке сахара через 2 часа после еды. Если нет настойки, то при аритмии и сильном сердцебиении заваривать 2 чайные ложки цветков в 2 стаканах кипятка, настоять 1 час. Принимать по полстакана 4 раза в день.

НЕФРИТ. Смешать поровну цветы календулы и листья крапивы. 1 столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 2 часа. (На день потребуется настоя вдвое больше.) Пить по полстакана 3-4 раза в день через час после еды.

ВНУТРИГЛАЗНОЕ ДАВЛЕНИЕ. Здесь придётся заваривать 9 чайных ложек цветков на полтора стакана кипятка. Настоять 1-2 часа. Принимать по полстакана 3 раза в день через час после еды. Этот же настой можно использовать для промывания воспалённых глаз.

* * *

Основное противопоказание к календуле — беременность. Ещё древние целители отмечали, что сок этого растения всасывается младенцем в утробе матери и вызывает выкидыш у беременных.

Противопоказана календула при гипотонии и заболеваниях сердечно-сосудистой системы, сопровождаемых брадикардией.

130. КАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ



В калине все целебно: кора, тонкие веточки, цветы, ягоды и даже извлечённые из ягод сушёные косточки. Ни в одном дереве так не объединяются красота и польза.

Не стану перечислять все болезни, которые лечат калиной — пришлось бы коснуться почти всех органов человека — и мозг, и сердце, и желудок, и печень, и половые органы, и лёгкие, и сосуды, короче говоря — от аллергии до злокачественных опухолей. Лучше я приведу наиболее интересные рецепты от болезней, трудно поддающихся медикаментозному лечению. Начнём с женских болезней.

ФИБРОМИОМА, ОБИЛЬНЫЕ И БОЛЕЗНЕННЫЕ МЕНСТРУАЦИИ. 1 стакан измельчённой коры залить 0,5 литра водки, настоять 7 дней. Принимать по чайной ложке в 1/4 стакана воды (2-3 раза в день, предпочтительно до еды).

КИСТА ЯИЧНИКА. Сок калины смешать пополам с цветочным мёдом. Принимать 4 недели по такой схеме: в 1-ю неделю утром натошак на кончике ложки. Во 2-ю неделю — так же утром натошак 1/3 чайной ложки. 3-я неделя — утром и вечером по 1 чайной ложке. 4-я неделя — утром и вечером по 1 столовой ложке. Сделать перерыв на 1 месяц. Затем второй курс — по убывающей, то есть в 1-ю неделю по столовой ложке утром и вечером, во 2-ю — по чайной ложке утром и вечером. 3-я неделя — один раз утром натошак 1/3 чайной ложки. А в последнюю — утром на кончике чайной ложки.

ЗЛОКАЧЕСТВЕННЫЕ НОВООБРАЗОВАНИЯ РАЗЛИЧНОЙ ЛОКАЛИЗАЦИИ. Смешать в равном количестве сок калины и мёд. Принимать по 2-3 столовые ложки 3-4 раза в день.

РАК РАЗЛИЧНОЙ ЛОКАЛИЗАЦИИ. Принимать настой цветков калины из расчёта 1 столовая ложка на 1 стакан кипятка, настоять 30 минут. Принимать по 1 стакану 3 раза в день за 15 минут до еды.

Цветы калины я включал в сложный лечебный комплекс, где до еды шли 3-4 разных лекарства, а через 30-40 минут после еды — настой цветков калины из расчёта 2 столовые ложки на полтора стакана кипятка, настоять полчаса и принимать по полстакана обязательно с предназначенной для этого вида заболевания чайной ложкой настойки, то есть я усиливал и расширял действие лекарства (а через два часа следовали другие средства).

Здесь, что ли, я разьясню, почему за один приём я давал два или три лекарства — они работали как бы в одной связке. Кстати, так поступали тибетские медики ещё в древности. Откройте старинный тибетский трактат «Чжуд-ши», и вы обязательно столкнётесь с такими понятиями, как «два составляющих» или «три горячих» и т. п. Многокомпонентные травяные сборы они больше использовали для профилактики болезни, а к самой болезни подходили «точно», подбирая только самое необходимое и действенное.

РАК МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ. Кроме других назначений, очень полезно делать на опухоль примочки из свежих толчёных ягод.

БЕЛЬМО. Поровну смешать сок калины с мёдом, обязательно прокипятить, слить в стерильный флакон. Из пипетки капать всего 1 каплю на ночь перед сном.

ПОТЛИВОСТЬ НОГ И РУК. 1 столовую ложку коры калины на стакан холодной воды,

довести до кипения, варить на слабом огне 10 минут, отваром ежедневно несколько раз протирать кожу.

ДИАТЕЗ (у детей). 1 столовую ложку цветов залить стаканом кипятка, настоять 2 часа. Давать ребёнку по 1 чайной ложке 3-4 раза в день за полчаса до еды.

ЖЕЛЧНО-КАМЕННАЯ, ПОЧЕЧНО-КАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ. Существует оригинальный способ лечения: если проглотить косточку ягоды калины и делать это систематически, то избавишься от песка, камней в желчном и мочевом пузыре, почках, желчных ходах и печени. 10-15 косточек в день по одной штуке на приём.

УГРОЖАЮЩИЙ АБОРТ (и начинающиеся схватки при нём). 3-4 г мелко нарезанной коры залить стаканом кипятка, настоять 15 минут, процедить и пить глотками в течение дня (дневная доза).

* * *

Однако калина не всеми переносится одинаково. Препараты из коры противопоказаны при повышенной свёртываемости крови, склонности к тромбозам. При гипотонии можно пользоваться калиной лишь при крайней необходимости, кратковременно, так как она в больших количествах существенно понижает давление (даже одна большая гроздь свежих ягод, я уж не говорю о смеси сока ягод с мёдом). Калиной лечат язвенную болезнь желудка и гастриты, но при высокой кислотности желудочного сока она может только навредить.

Из-за высокого содержания в плодах пуринов нельзя пользоваться калиной, как лечебным средством, при артритах, подагре, мочекаменной болезни и болезнях почек. Во всех этих случаях имеется в виду длительность лечения, а не единичное, эпизодическое употребление ягод в пищу. То же самое можно сказать о противопоказаниях продолжительного курсового лечения калиной при беременности.

131. КАЛЛИЗИЯ ДУШИСТАЯ

В последние годы стремительно вошло в моду новое растение — домашний комнатный цветок каллизия душистая, более известная под названием «золотой ус». Появились десятки брошюр и книжек о чудесах, производимых этим растением. Мода схлынет, как это было с каланхоэ перистым, цветок делается будничным, как алоэ или герань, а ценные его стороны всегда найдут себе применение.

Скажу сразу: золотым усом я пока не пользовался. Стоит он у меня на подоконнике рядом с другими цветами, ошетинился несколькими тонкими боковыми побегами с характерными суставчиками-коленцами. Я мог бы и не говорить о нём, не имея собственного опыта обращения с ним, но чужой опыт тоже чему-то учит, если он подтверждается убедительными примерами приносимой пользы. И рецепты я дам только те, которые получил из первых уст.

ДИАБЕТ. Женщина, много лет страдающая сахарным диабетом (первый тип), какие только средства не перепробовала. Надо сказать, это приносило ей облегчение, иначе бы давно дело дошло до инсулина. Узнав про золотой ус, выпросила у меня не боковые побеги, а листья. Брать у кого-то другого побоялась, потому что каллизию душистую очень часто путают с другим, тоже лечебным, домашним растением — дихоризандрой.

Женщина взяла один самый крупный лист, не меньше 20 сантиметров в длину, мелко порезала его и залила 1 л кипятка. Банку закрыла, укутала махровым полотенцем и настаивала ровно сутки. В результате она получила настой малиново-фиолетового цвета. Стала принимать по 3 столовые ложки, чаще на глазок — четверть стакана, 3-4 раза в день за 40 минут до еды. Стойкое улучшение наступило через неделю.

УЛУЧШЕНИЕ ЗРЕНИЯ. Один немолодой человек уверял, что начал читать газету без очков после такого средства: нарезал от боковых побегов золотого уса 39 колен, измельчил их и залил 0,5 л водки. Настаивал 19 дней в темноте, в кухонном шкафу. Потом процедил и

начал принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за час до еды. Выпил всю бутылку, а попутно и бронхит себе вылечил.

ДЕРМАТИТЫ, ПСОРИАЗ, ТРОФИЧЕСКИЕ ЯЗВЫ. Выжатым соком делают аппликации на поражённые места. Держат примочку, пока терпится или не надоест — говорят, помогает.

РАК ЖЕЛУДКА, ЛЁГКИХ, МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ, ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ. Совет специалиста. Он объясняет, что противоопухолевой активностью обладают такие компоненты каллизии, как кверцетин, кемпферон, фитостероиды, а при их комплексном воздействии целебный эффект каждого из этих веществ возрастает.

Готовится противораковый масляный бальзам (однако только на 2-й и 3-й стадиях заболевания). Ещё одно примечание: при раке щитовидной железы настойку готовят не из усов, а из всего растения, собранного в сентябре. Сначала надо приготовить настойку: 45 измельчённых междоузлий (суставчиков) залить 1,5 л водки, настаивать без доступа света 2 недели, ежедневно встряхивая. Лечение (видимо, по принципу Шевченко): в стеклянной баночке точно отмерить 40 мл натурального льняного масла и соединить с 30 мл спиртовой настойки золотого уса. Баночку плотно закрыть и тщательно встряхивать смесь 7 минут. Затем, не медля ни минуты, выпить эмульсию залпом, не давая разделиться на составляющие компоненты. Ничем не заедать и не запивать. Принимать 3 раза в день за 20 минут до еды. Принимать 10 дней, потом перерыв на 5 дней, затем снова 10 дней лечения. Провести 3 курса, после чего перерыв на 10 дней и снова провести цикл по 3 десятидневки. И чередовать до полного выздоровления.

Раковые клетки гибнут на четвёртый день. В это время могут появиться боли, но скоро это должно пройти. Лечение золотым усом надо проводить не раньше, чем через месяц после лучевой или химиотерапии, либо лечения сильными препаратами растительного происхождения. Во время лечения целесообразно провести курс очищения от токсинов: 1 стакан семян льна залить 3 л кипятка и варить на водяной бане 2 часа. Принимать по полтора литра в сутки в течение месяца, во время лечения. И соблюдать диету, исключив животные жиры, мясо и молочные продукты, картофель, дрожжевой хлеб, сократив сладкое.

* * *

Существует масса других рецептов — от чего желаете. Но появились и первые противопоказания. При употреблении настоев и настоек сильно повреждаются голосовые связки, голос «оседает» и восстановление затруднительно. Противопоказаниями к приёму золотого уса являются заболевания почек, аденома простаты, а что ещё — в дальнейшем покажет жизнь.

132. КАЛУЖНИЦА БОЛОТНАЯ



В начале мая по берегам водоёмов, особенно на сырых лугах, полыхают, горят жарким золотом цветы калужницы болотной — хоть церковные купола этим золотом мажь. Не зря, наверное, в народе калужницу прозвали жарки.

Выйдет сельская жительница на крыльцо — тут тебе на окрестных лугах и еда, и, по надобности, лекарство. Во время цветения калужница теряет ядовитость, и вместо каперсов лакомятся выдержанными в кипятке маринованными бутонами; стебли и листья, отваренные в соленой воде, служат приправой к мясным и рыбным блюдам, их кладут в борщи — весенняя свежинка.

А лечат калужницей онкологические заболевания желудка и матки, асцит, женские заболевания, нарушение обмена веществ, нервные болезни, малокровие, кашель, бронхит, нарушение менструального цикла. Свежие листья или сок, особенно из бутонов, заживляют раны, ожоги, лечат ушибы, ревматизм. Сводят бородавки. И всё это — в нескольких шагах от крыльца.

ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ. 1 чайную ложку измельчённых корней калужницы на стакан кипятка, в закрытой эмалированной посуде держать на водяной бане 25-30 минут, после охлаждения отжать через 2-3 слоя марли и долить кипячёной водой до исходного объёма. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день после еды.

ПРОСТАТИТ. Половину чайной ложки корня на 250 мл воды, варить 5 минут, настоять 1 час. Пить по 1/4 стакана 4 раза в день. Курс 2-3 недели.

133. КАПЕРСЫ КОЛЮЧИЕ

Каперсы известны многим как превосходная приправа к холодным закускам, мясным и рыбным блюдам, но о лечебных свойствах этого полукустарника, произрастающего в южных районах России, знают, пожалуй, только истинные приверженцы народной медицины. Кстати, экстракт из каперсов входил в состав препарата ЛИВ-52 для лечения печени, ещё недавно очень популярного.

Не удивлюсь, если и сейчас где-нибудь в Дагестане свежую кору корней прикладывают к гноящимся ранам, в толчёном виде употребляют при ревматизме и бруцеллёзе. Отвар коры корней применяют при стенокардии, истерических припадках, параличах, болезнях

селезёнки, печени, при диабете.

ДИАБЕТ. 2 чайные ложки сухих корней кипятят в стакане воды на слабом огне 10-15 минут, настаивают полчаса, принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день. Примерно такие же отвары и дозы — чуть меньше, чуть больше (при параличах, например, внутрь четверть стакана, и отваром натирают онемевшие части тела).

* * *

Препараты каперсов малотоксичны. И всё-таки пользоваться ими нежелательно при гипотонии, запорах, повышенной половой возбудимости. Каперсы противопоказаны при беременности.

134. КАПУСТА ОГОРОДНАЯ

Капуста всегда под рукой. С незапамятных времён она и пища, и лекарство. Достаточно сказать, что французские врачи советуют лечить капустой 75 основных и 30 сопутствующих заболеваний, даже некоторые формы рака. И в народе чуть что случится — сразу обращаются к капусте. Лечат желудок, печень, вплоть до желтухи, селезёнку, катары верхних дыхательных путей, бронхит, головные боли, атеросклероз, диабет, ожирение. Отваренные в молоке листья, смешав с отрубями, прикладывают к ожогам, язвам, гноящимся ранам. Сырые листья привязывают к больным суставам при подагре, артритах, полиартритах: полностью это не вылечит, зато боль утихомирят. Деревенские знахарки варят капустный сок с сахаром и дают выпить сильно захмелевшему человеку для отрезвления.

АТЕРОСКЛЕРОЗ. В стакан тёплого сока добавить 2 чайные ложки сахарного песка, размешать. Принимать по 1/4 стакана 4 раза в день за 15-20 минут до еды. Полезно заедать изюмом или курагой. Курс — 10 дней, перерыв 20, затем снова пить 10 дней — это особенно подходит больным с повышенным давлением. Сок всегда пить в тёплом виде.

ЛЯМБЛИИ. Пить утром натощак по полстакана капустного рассола. (Обычный курс 40 дней.)

ТУБЕРКУЛЁЗ ЛЁГКИХ. Пить 3 раза в день по полстакана тёплого капустного сока с мёдом.

ЦИРРОЗ ПЕЧЕНИ. Ежедневно пить перед едой 3 раза в день по полстакана тёплого капустного свежего сока.

ПИЕЛОНЕФРИТ (хронический). Тёплый сок пить по полстакана 4 раза в день непосредственно перед едой в течение 2 недель. На такой же срок сделать перерыв, потом принимать ещё 7-10 дней.

ГРЫЖА ПУПОЧНАЯ. Положить на пупок марлю, смоченную в соке квашеной капусты, сверху накрыть ломтиком свежего картофеля — толщиной в 2 сантиметра. При регулярном применении грыжа исчезнет через месяц.

ОТРЕЗВЛЕНИЕ. Отжать свежий сок, при необходимости 1-2 стакана, и сварить его с сахаром. Поить по четверти и полстакана, пока человек не протрезвеет.

* * *

Считается, что капуста безвредна, но... Не случайно я ставлю здесь многоточие. Да, в любой литературе по траволечению можно найти похвальные слова капусте как эффективному средству лечения язвенной болезни желудка. Но у меня имеются примеры, к тому же не единичные, когда свежая капуста и сок из неё вызывали резкие боли в желудке, провоцируя обострение язвы двенадцатиперстной кишки. Кстати, при язвенной болезни, особенно с высокой кислотностью желудочного сока, бывает противопоказан и рассол квашеной капусты. Поневоле вспомнишь Авиценну, утверждавшего, что капуста вредна для желудка. Он же считал, что «капуста вызывает помутнение зрения». С капустой надо быть

поосторожней при ишемической болезни сердца, после инфаркта миокарда, нарушениях сердечного ритма, гипертонии, а также болезнях почек. Разумеется, речь идёт не о салатах или борще где-то раз в неделю, а о лечении — ежедневном приёме свежего сока стаканами, либо других препаратов из капусты.

Необходимо помнить и о том, что капуста противопоказана при спазмах кишечника и желчных ходов, остром энтероколите, повышенной перистальтике кишечника. Основываясь на личных наблюдениях, я пришёл к выводу, что капуста может навредить и при острых заболеваниях поджелудочной железы.

135. КАРАГАНА ДРЕВОВИДНАЯ — АКАЦИЯ ЖЁЛТАЯ

Шла жестокая война с фашистской Германией. Немцы стояли под Сталинградом. В тылу голод косил людей. В свои десять лет я уже знал многие травы — и лечились ими, и голод утоляли. Как-то угостили меня салатом из цветочных бутонов жёлтой акации — под окнами дома росло не меньше десятка деревьев, из них мы свистулькиделали. А тут такой деликатес! Но бутонов уже не было, семена почти созрели. Может, и они съедобны? Насобирав я их в небольшую кастрюлю и сварил кашу. Даже посолил, как положено. Желудок свело спазмами от предвкушения горячей еды. Обжигаясь, начал есть. Но ликование оказалось преждевременным... Лучше не рассказывать, что было после. Все выворотило наружу — это полбеды. У меня потемнело в глазах, и подкосились ноги. Я едва добрался до комнаты, где ждали кашу младшие сестра и братик. Так на всю жизнь мне запомнилась карагана древовидная. Значительно позже я узнал, что настоем корней, листьев, цветков лечат такие серьёзные болезни, как скрофулёз, аллергию, атеросклероз, заболевания печени, головные боли и пр.

К помощи караганы-акации я прибегаю редко. И поделюсь самыми простыми рецептами.

ИЗЖОГА. Надоела, например, изжога, а под руками нет аира или других трав. И тогда 2 столовые ложки сухих листьев заливаю стаканом кипятка, настаиваю 2 часа, пью по 2-3 столовые ложки. Если такой настоей пить долго, месяц и больше, то поможет от атеросклероза. Возможно, и от головной боли.

ОСТРОЕ РЕСПИРАТОРНОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ. Сделать отвар из расчёта 1 чайная ложка коры на стакан воды, кипятить 7-8 минут, настоять 2 часа. Принимать по полстакана 3 раза в день в тёплом виде медленно, глотками — очень хорошее смягчительное средство.

ГЕПАТИТ, ГИПОВИТАМИНОЗ С И А. Чайную ложку измельчённых корней настоять 6-8 часов в стакане кипятка. Принимать по полстакана 3 раза в день. Этот же настой лечит атеросклероз (антисклеротическим действием обладают и кора, и листья, и цветки). Помогает и при изжоге.

СКРОФУЛЁЗ. Кончики тонких ветвей измельчить. 1 столовую ложку залить стаканом кипятка, закрыть крышкой, настаивать 4-5 часов, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

* * *

Надеюсь, никто не станет варить кашу из семян жёлтой акации. А в указанных дозах она совершенно безвредна. Осторожность надо проявить при гастритах, сопровождаемых изжогой. С осторожностью можно отнестись к жёлтой акации при гипервитаминозе, так как избыток в организме витамина А крайне нежелателен.

136. КАРТОФЕЛЬ

В народной медицине картофель не менее популярен, чем капуста, свёкла, лук, чеснок. Долгим был путь картошки к обеденному столу, пока не стал он «вторым хлебом». В

средние века поговаривали, что плоды этого растения рождаются с головой и глазами, как у человека, поэтому есть картофель — значит, съедать души человеческие. Почти все страны без исключения отказывались сажать картофель. Одни правительства стремились сломить такое сопротивление силой, другие — хитростью. В Англии, например, за разведение картошки давали золотые медали. И в России после Петра I ещё долго, почти до середины XIX века картофель был не в чести, особенно яростно сопротивлялись старообрядцы.

Это ведь сейчас знают, что картофель содержит в себе значительное количество крахмала, углеводов, белков, пектиновые вещества, клетчатку, органические кислоты, много калия, фосфора, витаминов, каротина, фолиевую и никотиновую кислоту, десятки необходимейших организму микроэлементов (кстати, эпидемия цинги, поражавшая целые города и деревни, исчезла по мере распространения картофеля).

Обширен круг лечебных свойств картофеля. Его аминокислоты хорошо сбалансированы и легко усваиваются, оказывая подщелачивающее действие на организм человека. За счёт этого картофель помогает нейтрализовать излишки кислот, образующихся в процессе обмена веществ. А избыток кислот в организме вызывает преждевременное старение. С какой стороны ни взгляни, картофель способствует выведению шлаков из организма, регулирует обменные процессы, поддерживает нормальную функцию сердечной мышцы, является антисклеротическим средством — это только благодаря солям калия (потребность человека 2 г в сутки — для этого достаточно съесть 400 г картофеля, это покрывает и суточную потребность в витамине С).

Не ошибусь, если скажу, что существует несколько сотен рецептов применения картофеля для лечения самых различных заболеваний. И мне трудно сделать выбор, чтобы не уподобиться заезженной пластинке. Меня волнует проблема онкологии и я, даже если повторяюсь, напомню.

РАК РАЗЛИЧНОЙ ЛОКАЛИЗАЦИИ. Весной перебрать хранившийся в прохладном месте картофель, выбрать длинные белые ростки и нарезать их дольками не больше 0,5 см. Высушить. В стеклянную банку положить 200 г этих ростков и залить стаканом 70° спирта. Настоять 9 дней, процедить. Принимать 3 раза в день за полчаса до еды в половине стакана воды в 1-й день 1 каплю, во 2-й — 2 капли, и так ежедневно увеличивая на каплю, довести до 25. И принимать так ежедневно 3 раза в день до еды (это своего рода цитостатик, наподобие болиголова или борца).

СНИЖЕНИЕ ЗРЕНИЯ. Весенние белые проростки картофеля порезать, 1 столовую ложку залить 1 стаканом водки, настоять 1 неделю. Процедить. Пить по 1 чайной ложке 3 раза в день в достаточном количестве воды.

ЭМФИЗЕМА ЛЁГКИХ. Этот рецепт я знаю лишь со слов того человека, который вылечил себя. Он отжимал сок из зелёной ботвы картофеля (чистого, ничем не обработанного). Приём начал в первый день с половины чайной ложки. Через два-три дня приём увеличил до 1 чайной ложки (1 раз в день, на полстакана воды). Спустя так же два-три дня — полторы чайной ложки. Постепенно приучая организм к увеличению дозировки, довёл, в конце концов, приём до половины стакана и начал уменьшать по той же схеме. Где-то на середине бросил. Говорит: надоело. Но после проверки у пульмонолога былую болезнь не обнаружили.

ГИПЕРТОНИЯ. Каких только средств не предлагают от этой коварной болезни. Вот ещё один рецепт. Стакан картофельных очисток мелко порезать, залить 3 стаканами воды. Варить до размягчения, процедить и пить по полстакана 2 раза в день — утром и вечером. Это средство резко понижает давление.

АРТРИТ, ПОДАГРА. Белые весенние ростки картофеля плотно уложить в банку, доверху залить водкой. Настаивать в темноте от 2 недель до 1 месяца. Процедить. Натирать больные места, затем тепло укутать. По отзывам — средство эффективное.

МАСТИТ. Полстакана картофельного крахмала смешать с половиной стакана подсолнечного масла, уложить в специально сшитый марлевый мешок и привязать к груди на 1 час.

* * *

При лечении антибиотиками и сульфаниламидными препаратами медики советуют пить по 1-2 столовые ложки сока картофеля сразу же после приёма лекарств. Количество лекарств можно в этом случае уменьшить почти наполовину.

Картофельный сок, рубцующий язву желудка и двенадцатиперстной кишки и назначаемый при эрозивных гастритах, нельзя принимать при низкой кислотности желудочного сока.

Картофель изрядно может навредить кишечнику при выраженных бродильных процессах. Лечение картофелем запрещено при тяжёлых формах сахарного диабета.

Настой из цветков картофеля, иногда применяемый по народным рецептам при язве и раке желудка, заметно снижает давление — об этом не должны забывать гипотоники.

Организм тяжело переваривает картофельный крахмал, изымая из крови ферменты и истощая их запас, предусмотренный на случай стрессов, нездоровья. Кроме того, при злоупотреблении картофелем кровь засоряется крахмальными зёрнами, оседающими в венах, а это усиливает варикозное расширение вен, способствует обострению геморроя.

Калорийность картофеля в два-три раза выше, чем у других овощей, за счёт углеводов, которые представлены главным образом крахмалом. Именно поэтому тем, кто склонен к полноте, картофель как в лечебных целях, так и в рационе необходимо ограничить.

Во всех частях растения содержится гликоалкалоид соланин. Больше всего он собирается в позеленевших и в проросших клубнях у старого картофеля, даже если он не позеленел. В больших дозах соланин разрушает эритроциты крови и угнетающе действует на нервную систему.

137. КАССИЯ УЗКОЛИСТНАЯ

В повседневности кассия более известна как сenna, александрийский лист. Препараты кассии славятся как нежное слабительное, назначаемое при хронических запорах, трещинах заднего прохода, сфинктеритах, геморрое, заболеваниях печени и желчного пузыря.

* * *

По последним сведениям, глаксена, сеннаде и другие препараты из кассии узколистной противопоказаны при беременности, так как могут подействовать абортивно. А при кормлении ребёнка грудью сenna поступает в молоко матери в токсических концентрациях.

Длительное применение сенны может способствовать развитию атрофии гладкой мускулатуры толстой кишки.

138. КАТАРАНТУС РОЗОВЫЙ

Это растение с тёмно-зелёными листьями и крупными розовыми или белыми цветками нередко можно увидеть на подоконниках любителей комнатных цветов. Некоторые называют его барвинком, но ботаники относят его к роду катарантуса. Растение ядовитое. В медицине его препараты используются при миеломной болезни, лимфогранулематозе, гематосаркоме и других онкологических заболеваниях.

ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ (рак, саркома, лимфогранулематоз). 1 столовую ложку высушенной травы залить 0,5 л водки, убрать в тёмное место, ежедневно встряхивать. Настоять 9 дней. Процедить. Капать из пипетки и принимать 1 раз утром до еды в 100 мл воды по 5 капель в течение 5 дней, затем по 10 капель 10 дней, перейти на 15 капель в течение 15 дней, следом 20 капель 20 дней. В последующем по 25 капель ежедневно в течение длительного времени. Следить за своим самочувствием. При появлении каких-либо

признаков противопоказаний снизить количество капель до исчезновения симптомов. Одновременно вести лечение индивидуально подобранным комплексом противоопухолевых и иммуномодулирующих трав и настоек, назначенных фитотерапевтом.

* * *

Самолечение исключается. Побочные проявления характерны для химиотерапии: тошнота, рвота, диарея, облысение, парестезии конечностей, альбуминурия, депрессия, кожные раздражения.

139. КАЧИМ МЕТЕЛЬЧАТЫЙ



Растение используется только в народной медицине, в основном как обезболивающее средство при заболеваниях печени, желудка, кишечника.

ПЕЧЕНЬ, ЖЕЛУДОК, КИШЕЧНИК (снятие колик и боли). 1 чайную ложку сухой травы залить стаканом кипятка, настоять 1-2 часа, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день через полчаса после еды.

* * *

Качим противопоказан при колитах с жидким стулом, энтероколитах, гастритах с низкой кислотностью. Даже незначительная передозировка вызывает рвоту.

140. КАШТАН КОНСКИЙ



Известен конский каштан прежде всего тем, что из плодов готовят препараты для предупреждения тромбообразования, лечения тромбофлебитов, варикозного расширения вен, геморроя. Отвар коры, кроме перечисленных заболеваний, используется при хронических колитах и энтероколитах, особенно при трудно поддающихся лечению поносах, гастритах с повышенной кислотностью желудочного сока, болезнях селезёнки, бронхитах, различных кровотечениях. Цветки в виде отвара или спиртовой настойки пьют при заболеваниях сердца, печени, туберкулёзе лёгких, одышке, белокровии, ревматизме; настойкой натираются при артрических и подагрических болях.

ЛЕЙКЕМИЯ. Используются цветки каштана (без столбика). 1 столовую ложку сушёных цветков залить 200 мл воды, довести до кипения, но не варить. Настоять 5—8 часов. Процедить. Принимать по глотку на приём. За день можно выпить 1 л настоя, но дозировку подбирать индивидуально (передозировка может вызвать судороги). Лечение 15-20 дней. После десятидневного перерыва можно повторить.

ОПУХОЛЬ ГОЛОВНОГО МОЗГА. Указанный настой цветков в той же пропорции рекомендуют при опухоли головного мозга. (Настой цветков восстанавливает белковую структуру, лечит кровь, восстанавливает биополе организма.)

АДЕНОМА ПРОСТАТЫ. Снять кожуру с сухих плодов каштана, растереть в порошок. 25 г порошка залить 250 мл спирта, настоять в тёмном месте 2 недели (если настаивать на водке — 1 месяц). Принимать по 10 капель 2 раза в день до обеда и ужина в течение 20 дней каждого месяца. (Водочную настойку можно увеличить до 20 капель на приём.)

ФИБРОМА МАТКИ. Поджарить плоды каштана, как это делают с кофе (не пережарить!). Истолочь в порошок. Заваривать 1 чайную ложку на стакан кипятка. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день. До выздоровления.

ФИБРОЗНО-КИСТОЗНАЯ МАСТОПАТИЯ. 6-8 столовых ложек сухих цветков каштана залить 1 л воды, довести до кипения, но не варить. Укутать на ночь. И пить по глотку через каждый час в течение дня.

ФЛЕБИТ. При воспалении вен взять по 30 г порошка плодов каштана, 20 г их сухой коричневой коры, 20 г сухих измельчённых цветков зверобоя, залить все это 0,5 л растительного масла и 200 мл сухого виноградного вина. Смешать, настоять 3 суток в тёмном прохладном месте, периодически встряхивая. После настаивания держать в кипящей водяной бане до испарения всего вина, процедить. Применять наружно в виде компрессов до

излечения.

РАСШИРЕНИЕ ВЕН. Настоять 50 г цветков (без столбиков) в 0,5 л водки 14 дней. В это время, пока настаивается, сделать мазь: смешать 10 г порошка цветков ромашки, 10 г порошка листьев и цветков шалфея, 50 г растёртых плодов каштана и 5 г картофельного крахмала. Смесь залить 200 г горячего куриного жира, томить на водяной бане 2, 5 часа, настоять ночь, утром вновь разогреть до кипения, снять с огня и процедить в горячем виде, пока не остыло. Баночку с мазью хранить в холодильнике. Лечение: принимать на воде по 30 капельнастойки 3 раза в день за 20 минут до еды в течение 3— 4 недель. Одновременно смазывать вены мазью.

* * *

Много ценных свойств у каштана, особенно при различных сосудистых заболеваниях, только всегда приходится помнить о том, что каштан противопоказан при атонических запорах, гипацидных гастритах, нарушениях и задержках менструального цикла, плохой сворачиваемости крови, тромбоцитопении. Нельзя принимать внутрь при гипотонии. При передозировке может вызвать судороги — на руках сводит пальцы.

141. КЕРМЕК ШИРОКОЛИСТНЫЙ

Корни растения в виде отвара или порошка обладают сильным вяжущим действием, эффективны при острых желудочно-кишечных заболеваниях, энтероколитах, сопровождающихся поносами, дизентерии, даже сальмонеллёзе. Кроме того, кермек используется при нарушении водно-солевого обмена, маточных и других внутренних кровотечениях, наружно при экземах.

ФИБРОМИОМА МАТКИ. Взять 40 г корней кермека широколистного (2 столовые ложки) на 0,5 л воды. Довести до кипения и на слабом огне кипятить 7-8 минут, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1/3-1/2 стакана 3-4 раза в день до еды. Если будет слабить, принять против этого дополнительные меры.

ЭКЗЕМА. 100 г измельчённых корней отварить в 1,5 л воды 7-10 минут. После остывания процедить. Отваром обмывать экзематозные места, делать примочки.

* * *

При лечении кермеком необходимо следить за протромбиновым индексом, исключить его при повышенной вязкости крови. Не назначать при хронических запорах, спазмах сфинктера.

142. КИЗИЛ



В научной медицине кизил не используется, хотя плоды, листья, кора и корни этого кустарника издавна были популярны в народной медицине многих стран. Применяют их и сейчас при нарушениях обмена веществ, ревматизме, подагре, воспалительных заболеваниях кишечника, желудочных кровотечениях при язвенной болезни.

ГЕМОРРОЙ. Необходимо в течение пяти дней съесть 2 стакана кизила вместе с косточками в сезон созревания ягод — это одно из древнейших и очень действенных лечений геморроя. Если время упущено, то воспользуйтесь хотя бы кизиловым вареньем — съешьте 1-2 литровые банки — обязательно с косточками — в них весь секрет.

ПОЧЕЧНО-КАМЕННАЯ, МОЧЕКАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ. Варите компот из кизила пополам с дикой грушей — как обычно варят компот, произвольно, и пейте по стакану после еды — это необходимо почкам при воспалительных процессах, при песке и камешках в почках, мочевом пузыре.

РЕВМАТОИДНЫЙ АРТРИТ. 1 чайную ложку корней кизила на 1 стакан воды, прокипятить, настоять 2 часа. Принимать по 2 столовые ложки при ревматизме, ревматоидном артрите.

КОНЬЮНКТИВИТ. Отжать из листьев кизила сок и капать из пипетки по 2-3 капли при всякого рода глазных болезнях, конъюнктивите, даже если он аллергического характера.

* * *

Однако при язве желудка с повышенной кислотностью пользоваться кизилом нельзя. Плоды кизила противопоказаны при аденоме предстательной железы, простатите, заболеваниях почек. Отвар плодов и косточек обладает вяжущим действием, что необходимо учитывать при колитах с запорами.

143. КИПРЕЙ УЗКОЛИСТНЫЙ — ИВАН-ЧАЙ



Любит пустоши и лесные гари — его розовая цветущая верхушка видна издалека и как бы машет призывным флагом: не проходи мимо собственного благополучия. Не стану рассказывать о знаменитом копорском чае, который заменял в прошлые века простолюдинам натуральный чай (причём, и по вкусу не уступал, я часто пользовался им в дальних походах, и обладал самыми необходимыми целебными качествами). Он и сейчас занимает почётное место в моей зелёной аптеке.

В народной медицине его используют давно и широко для лечения злокачественных опухолей, язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, ангины, мигрени, нервных заболеваний, простатита и аденомы простаты, диатеза, псориаза, женских заболеваний. Знахари столетиями хранили и передавали верным последователям секреты лечения иванчаем сифилиса и гонореи.

Собирать кипрей надо в разгар цветения в июне-июле, в первой четверти Луны, от восхода Солнца до полудня. Прежде чем сушить, дать полежать сырым в куче (для ферментации), лишь затем раскладывать тонким слоем в тенёчке под крышей сарая. Желательно начинать лечение, когда болезнь ещё не приобрела затяжную хроническую форму.

ПАНКРЕАТИТ (подострый). 3 столовые ложки сухих измельчённых листьев залить 300 мл крутого кипятка, настаивать 10 минут и принимать до и после еды по 50 мл тёплого настоя.

ЯЗВА ЖЕЛУДКА И ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНОЙ КИШКИ. 2 столовые ложки листьев надо залить 1,5 л воды, довести до кипения, но не варить, настоять 30-40 минут, процедить. Пить по трети стакана 3-4 раза в день до еды.

ПСОРИАЗ, НЕЙРОДЕРМИТ, ЭКЗЕМА, АЛЛЕРГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ КОЖИ. 2 столовые ложки иванчая залить двумя стаканами кипятка, настоять 6 часов, процедить. Выпить настой в течение дня.

АДЕНОМА ПРОСТАТЫ. 3 чайные ложки травы залить 2 стаканами кипятка, настоять 5 минут, процедить. Пить по стакану утром натощак и вечером за полчаса до сна.

ПРОСТАТИТ (хронический). 1 столовую ложку травы кипрея залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить в тёплом виде по 1/3 стакана 3 раза в день за 20 минут до еды. Настой можно принимать и после операции на простате.

БЕЛИ. 2 столовые ложки измельчённых корней кипрея залить 1 стаканом кипятка,

кипятить 10 минут, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день до еды.

ОБИЛЬНЫЕ МЕНСТРУАЦИИ. 1 столовую ложку листьев залить 1 стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Выпить стакан настоя в день за несколько приёмов, или по 1 столовой ложке 3-4 раза в день до еды.

КЛИМАКС. Половину литровой банки засыпать измельчёнными сухими цветками кипрея, залить 0,5 л водки, закрыть крышкой и настоять 1 месяц. Периодически встряхивать. Принимать по 30 капель на ложке воды 3 раза в день. Настойка снимает головную боль, уменьшает учащённое сердцебиение, убирает отеки.

ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК И МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ. Составляется сбор из 3 частей цветков кипрея, травы тысячелистника, 2 частей травы сушеницы топяной, 1 части травы чистотела, 4 частей плодов шиповника. Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, кипятить 3 минуты, настаивать 1 час и процедить. Долить кипячёной воды до исходного объёма. Пить по трети стакана 3 раза в день до еды.

ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЛОВЫХ ОРГАНОВ. Берут по 2 части цветков кипрея, листьев крапивы, листьев подорожника большого, по 1 части травы горца птичьего (спорыша), цветков акации белой. Чайную ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять полчаса, процедить и пить по стакану в день.

БЕСПЛОДИЕ (из-за склеивания стенок маточных труб). Смешивают равные части листьев кипрея, подорожника, Melissa, мяты перечной, земляники лесной, крапивы, травы петрушки огородной, зверобоя, манжетки обыкновенной. Столовую ложку смеси залить 0,5 л кипятка, кипятить 5 минут, охладить и процедить. Пить по 1-2 стакана в день вместо воды.

144. КИРКАЗОН ЛОМОНОСОВИДНЫЙ

Опытные целители высоко ценят это растение, помогающее справиться с различными болезнями лёгких, сердца, суставов, женских органов, желудка и кишечника, поджелудочной железы.

Применяют кирказон при флебите, тромбофлебите, варикозном расширении вен. Кирказон в начальной стадии гипертонии снижает давление. Водные настои, отвары и спиртовые настойки корней и листьев кирказона пьют при водянке, циститах, кашле, одышке, кожных сыпях. Считается, что кирказон помогает излечиться от бесплодия, вызванного порчей. В народной медицине долго применялся как лучшее средство для изгнания последа и усиления послеродового очищения.

У каждого растения, как видите, имеется возможность справиться с целым рядом болезней. Здесь я ещё не упомянул туберкулёз, подагру, малярию, грипп, ангину. Но у каждого есть и своя «изюминка», присущая только этой травке. Кирказон, например, помогает человеку безболезненно переносить резкую перемену мест. Один мой знакомый больше двадцати лет живёт и работает на Крайнем Севере, а лето проводит в родной Башкирии. После каждого приезда или отъезда он несколько дней ходит буквально больной и легко поддаётся любой инфекции. Научил я его пить в такие дни настой сушёной травы кирказона: неполную чайную ложку на стакан кипятка, настоять полчаса и пить по четверти стакана несколько раз в день. И он сразу начал чувствовать себя так, будто проехал на маршрутке от Госцирка до Гостиного двора в Уфе. Никаких других реакций нет. А рецепты дам самые простые.

МЫШЕЧНАЯ БОЛЬ. ПОДАГРА. 1 чайную ложку измельчённой травы залить стаканом холодной кипячёной воды, ночь настоять (8 часов). Процедить. Принимать по 1/4 стакана 4 раза в день.

КОЖНАЯ СЫПЬ. Здесь больше подходит ванна. 2 чайные ложки корня на 2 стакана воды, кипятить 10 минут, процедить в ванну. Принимать её не более 15 минут. С этим растением надо обращаться осторожно, то есть не превышать дозировку.

Кирказон ядовит. Противопоказан при беременности, маточных кровотечениях. Превышение дозировки может вызвать геморрагический нефрит, гастроэнтерит, меноррагию.

145. КИСЛИЦА ОБЫКНОВЕННАЯ



Приятное на вкус съедобное растение. Водный настой и спиртовая настойка травы кислицы используются при заболеваниях почек и печени, желтухе, отёках, нарушениях обмена веществ, гнилостных процессах в полости рта. Имеются сведения, что препараты кислицы приостанавливают рост опухоли при раке губы.

НЕФРИТ. 1 чайную ложку травы на 1 стакан кипятка, настоять 2 часа. Процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день 3 недели. Сделать перерыв на 10—12 дней, затем курс можно будет повторить.

ТЕМПЕРАТУРА. 2 столовые ложки травы на 1,5 стакана горячего молока, подержать на паровой бане 30 минут. Принимать по полстакана 3 раза в день за полчаса до еды как жаропонижающее средство (и при лихорадке).

* * *

Длительное применение или большие дозы раздражают почки. Кислица противопоказана при диатезе, плохой свёртываемости крови, склонности к судорогам. Не назначают её при гастритах с низкой кислотностью желудочного сока и обострении панкреатита. Противопоказана при почечно-каменной болезни. Кислицу приходится ограничить при повышенном протромбиновом индексе, склонности к судорогам. Противопоказана она при щавелево-кислом диатезе.

146. КЛЕВЕР ЛУГОВОЙ



Клевер луговой или красный легко доступен благодаря широкому распространению и очень популярен в народе. В виде настоя, отвара или настоек его часто используют при атеросклерозе с нормальным давлением (если давление нормальное) с головными болями и шумом в ушах, при лёгочных заболеваниях, упадке сил, похудании, при злокачественных опухолях, бронхиальной астме, учащённом дыхании, а также при заболеваниях почек, хроническом ревматизме, аллергических заболеваниях кожи, васкулитах, витилиго, эпидемическом паротите, воспалениях гортани, ангине и целом ряде других заболеваний.

В книге «Одолень-трав» я давал много способов использования клевера, поэтому не стану повторяться.

БОЛЕЗНЕННЫЕ И НЕРЕГУЛЯРНЫЕ МЕНСТРУАЦИИ. Надо 2 столовые ложки клевера залить стаканом кипятка, закрыть крышкой и настоять 6-8 часов (ставить на ночь). Выпить в течение суток по 1/4 стакана за 20— 30 минут до еды.

ВОСПАЛЕНИЕ ЯИЧНИКОВ. 1 столовую ложку корней клевера залить стаканом кипятка, держать в водяной бане 30 минут. Остудить, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 4-5 раз в день до еды (кстати из корней клевера выделен трифолезин — противогрибковое вещество).

ВОСПАЛЕНИЕ ПРИДАТКОВ. Отваренные корни клевера используются в лечебном питании как противоопухолевое средство при воспалении придатков (в день во время еды дополнительно съедать 1 столовую ложку, добавлять в супы, в каши).

ВОДЯНКА, БОЛИ В СУСТАВАХ. Полную стеклянную банку набить свежими цветками красного клевера, залить растительным маслом, настоять в тёмном месте 40 дней (следить, чтобы сверху не образовалась плесень — цветки не должны высываться из масла). Хранить в холодильнике не процеживая. При ВОДЯНКЕ принимать по столовой ложке 3-4 раза в день до еды. При БОЛЯХ В СУСТАВАХ ежедневно делать втирания.

ЗЛОКАЧЕСТВЕННЫЕ ОПУХОЛИ НАРУЖНЫЕ. 2-3 горсти клевера залить кипятком, подержать 10 минут, воду слить. В тёплом виде жмыхом делать на 1-2 часа примочки. В летнее время с этими же целями прикладывать кашицу из свежих листьев.

ДИАБЕТ. Взять в привычку пить чай из клевера (вместо обычного чая), заваривая в стакане кипятка 2— 3 сушёные головки клевера.

АЛЛЕРГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ КОЖИ, ВАСКУЛИТ, ВИТИЛИГО. 3 чайные ложки клевера — верхушек с прицветниками (сухих) заварить стаканом кипятка, настоять 1 час и пить по четверти стакана 4 раза в день. Одновременно делать примочки или припарки: заварить в стакане кипятка 2 чайные ложки цветков, и настоять 5-6 часов, лучше всего в термосе. Время примочек не ограничено.

СЕДИНА. Если захватить начало поседения и ежегодно время от времени втирать в корни волос отжатый из клевера сок, то поседение заметно замедлится на длительный срок.

РАССЕЯННЫЙ СКЛЕРОЗ. 3 чайные ложки цветков или семян клевера (это можно собрать и осенью) залить стаканом кипятка, настоять 1 час. Пить по 1/4 стакана 3— 4 раза в день за 20 минут до еды. Либо глотать семена 3 раза в день по 1 чайной ложке 3 раза в день в

промежутках между едой, запивая водой. Действие будет такое же. (Кстати, состав семян клевера хранит немало тайн. Во всяком случае я не знаю ни одного растения, семена которых через год после настаивания в спирте как ни в чём не бывало прорастали и в свои сроки вегетации пышно цвели и давали нормальные семена — я был потрясён таким случаем.)

* * *

Вроде бы безобидная трава — красный клевер. Но и она может стать человеку серьёзным недругом. Я уж не говорю о том, что надо прекратить приём препаратов клевера при появившихся болях в желудке и диарее (хотя в ряде случаев целители лечат им желудочные боли и колики). Но мало кто знает, что красный клевер нельзя применять при эстрагенозависимой форме рака.

Нежелателен клевер при склонности к сердечным заболеваниям, инсультам или тромбофлебитам. Противопоказан он при беременности.

147. КЛЮКВА ОБЫКНОВЕННАЯ

По богатству биологически активных веществ и минеральных солей клюква является одной из самых полезнейших дикорастущих ягод, применяемых для лечения многих заболеваний. Врачи рекомендуют её при нарушении обмена веществ, малокровии, гипертонии, глаукоме, водянке, болезнях желудка, печени, поджелудочной железы, пиелонефрите, диабете, аддисоновой болезни, ревматизме, туберкулёзе лёгких, атеросклерозе, ожирении. Клюква повышает прочность стенок кровеносных капилляров, понижает содержание протромбина в крови, улучшает деятельность желез внутренней секреции.

ИНФАРКТ МИОКАРДА. Пропустить через мясорубку 1 кг ягод клюквы, 200 г чеснока, добавить 100 г мёда, все смешать, закрыть крышкой и настаивать 3 дня. Затем принимать по 1 десертной ложке 2 раза в день до еды.

АРТРИТ. Молодые побеги и листья (без ягод) залить в соотношении 1:1 водкой. Настоять не менее суток. В стакан тёплой кипячёной воды вливать 1 столовую ложку настойки. Принимать по полстакана 2 раза в день.

АНГИНА. В 1 стакане клюквенного сока растворить 3 столовые ложки мёда, прополоскать горло, выплёвывая смесь. После каждого полоскания подержать во рту 2 столовые ложки смеси, потихоньку проглатывая.

ПИЕЛОНЕФРИТ. 200 г очищенного картофеля натереть на мелкой тёрке, отстоять 1-2 часа, чтобы осел крахмал, затем осторожно слить сок (без крахмала), добавить сырой клюквенный сок из 50 г клюквы и 15 г сахара.

При обострении болезни, как только зазнобит и поднимется температура — съешьте 1-2 горсти клюквы и ложитесь спать. Именно съеденная на ночь, она оказывает благотворное действие. (Особенно при беременности, когда лекарства противопоказаны.)

ЛИШАЙ. Я уже не помню форму лишая, по поводу которого обратилась ко мне одна жительница Нижневартовска. У сына был какой-то особый лишай, не поддающийся никаким аптечным мазям и лекарствам. Я посоветовал её сыну втирать в поражённые участки кожи сок раздавленной клюквы: не выжимать, а именно раздавить в пальцах и тотчас втирать. Делать несколько раз в день. Где-то через месяц женщина позвонила, полная восторга и благодарности: у сына все зажило, кожа чистая, никаких следов болезни не осталось. А ведь столько лет страдал!

КОЖНЫЙ ЗУД. Кстати, при кожном зуде растирают с 1/4 стакана свежего сока клюквы 200 г вазелина и 1— 2 раза в день тонким слоем наносят на кожу в течение 5-10 дней. Иногда этого бывает достаточно.

* * *

Много у клюквы полезнейших свойств, однако и она не лишена противопоказаний. Ягоды отрицательно действуют при высокой кислотности и должны быть отменены при острых заболеваниях желудка и кишечника, при обострении язвы желудка и двенадцатиперстной кишки. Нельзя пользоваться клюквой при острых заболеваниях печени. Недопустимо сочетание клюквенных напитков и сока с сульфопрепаратами.

148. КНЯЖИК СИБИРСКИЙ

В редких справочниках о лекарственных растениях встретишь упоминание о княжике — сибирской лиане. А между тем в тибетской и монгольской медицине листья, стебли и цветы княжика до сих пор используются очень широко, в том числе при онкологических заболеваниях. Во всяком случае, по моим наблюдениям, отвар травы княжика сибирского заметно облегчал состояние больных с запущенными формами рака лёгких, а при второй стадии этого заболевания, в комплексе с другими растениями, отмечалось полное излечение. В народе княжик применяют при туберкулёзе лёгких, некоторых болезнях сердца, печени, при нарушении обмена веществ, эпилепсии, как общеукрепляющее и улучшающее зрение средство. Наружно — при параличах, ревматизме, чесотке, для заживления ран.

РАК. Всего 1 чайная ложка травы заваривается в 2 стаканах кипятка, настаивать 1 час. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день при неоперабельном раке. У меня было два случая излечения — мужчины с раком лёгких 3В стадии и женщины с раком желудка тоже 3В стадии, когда помог княжик. Я тогда рискнул увеличить дозировку до 1 чайной ложки травы на стакан — суточная норма. По истечении многих лет оба считают себя здоровыми.

АСЦИТ. 1 чайную ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настоять 30-40 минут, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

* * *

Княжик ядовит. Ни в коем случае нельзя пользоваться свежей травой. Самолечение исключается, так как это может привести к отравлению. Из собственных заключений могу сделать вывод, что княжик противопоказан при сердечно-сосудистых заболеваниях с пароксизмальной тахикардией и экстрасистолией.

149. КОЛОКОЛЬЧИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Применяются и другие виды колокольчиков: скученный, крапиволистный, перистолистный, жестковолосый, сибирский. Почти у всех назначения одинаковые — как антитоксическое, обезболивающее, противосудорожное, противоязвенное, кровоостанавливающее средство. Отвар травы и спиртовая настойка колокольчиков находят применение при эпилепсии, болезнях щитовидной железы, женских болезнях, ломоте в спине, вызванной поднятием тяжести. Имеются у колокольчиков и индивидуальные особенности. Например, отвар корней колокольчика круглолистного применяют при опухолях горла и новообразованиях в полости рта. Отвар корней колокольчика раскидистого считается полезным при гидрофобии — маниакальном страхе перед водой. Колокольчик сборный отлично проявляет себя при обильных менструациях, маточных кровотечениях в климактерическом периоде, белях. В этих случаях ещё Авиценна рекомендовал: «Собери фиолетовые колокольчики, высуши быстро и пей чай вечером »

Серьёзных противопоказаний к применению колокольчиков не установлено. Если судить по единичным примерам лечения лейкозов, то я бы не советовал применять колокольчики при лейкоцитозе.

150. КОНОПЛЯ ПОСЕВНАЯ

Конопля из-за пристрастия к ней наркоманов, как и некоторые другие растения, исчезла из арсенала лечебных средств у травников, опасаясь обвинения в хранении наркосодержащих лекарств. Увы! А ведь в былые времена настойкой цветков на водке довольно успешно лечили астму, назначая по три капли на один приём. Хорошие результаты наблюдались при лечении некоторых психических заболеваний. Растение обладает успокаивающим, болеутоляющим и снотворным действием. Припарки из травы помогают при переломах кости, при груднице, хроническом ревматизме. К счастью, не приравнено к наркотикам конопляное семя, применяемое в народе при водянке, геморрое, циститах и уретритах, особенно при задержке мочи у детей, а также при сильном кашле, туберкулёзе лёгких, желтухе, воспалении предстательной железы.

* * *

У конопли имеются и противопоказания, подмеченные ещё в древности. По Авиценне «порождаемый ею сок скудный и плохой. Конопля вызывает головную боль... Конопля затемняет зрение. Она вредна для желудка... Конопля высушивает мужское семя...»

151. КОПЫТЕНЬ ЕВРОПЕЙСКИЙ

Его считают ядовитым растением, но это скорее всего относится к его высокой биологической активности. Напротив, копытень обладает противоядным действием при отравлении грибами и другими продуктами, особенно когда необходимо срочно вызвать рвоту.

В народной медицине корни копытня часто используют при эпилепсии, параличе языка, желтухе, подагре, ревматизме, гипертонии, мигрени, истерии, при бронхиальной астме, нервных заболеваниях, алкоголизме.

Мне доводилось наблюдать хорошие результаты при лечении не только бронхиальной астмы, но бронхоэктазы, пневмосклероза, рака лёгких и некоторых других опухолевых заболеваний. Алкоголизм, к сожалению, крайне редко поддаётся лечению копытнем.

ЭПИЛЕПСИЯ. 1 г сухого листа копытня залить 1 стаканом остуженной кипячёной воды, настоять 3 часа, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 2-3 раза в день при эпилепсии. (Я обычно завариваю 2 чайные ложки на стакан воды, применяя дополнительно марьян корень или другие средства.)

ОТЕКИ. Залить 4 г сухого измельчённого корня копытня 1 стаканом воды или молока, поставить на огонь и варить 2 минуты. После остывания процедить. Принимать по 1/4 стакана 4 раза в день как мочегонное.

* * *

Копытень способен повышать давление, поэтому при гипертонии с частыми кризами он исключается. Неумеренное пользование его корнями или листьями может вызвать явление гастроэнтерита, нефрита. Противопоказан копытень при беременности.

152. КОРИАНДР ПОСЕВНОЙ

В качестве зелени к столу кориандр противопоказан при язвенной болезни желудка и гиперацидных гастритах, а также ишемической болезни сердца и инфаркте миокарда, тромбозах и тромбофлебитах, сахарном диабете, гипертонии. Авиценна предупреждал: «Свежий и сухой кориандр разбивает силу похоти, прекращает эрекцию и высушивает семя».

Кто не боится всех этих противопоказаний, тот смело может использовать кинзу, как

называют кориандр в народе, в качестве желчегонного средства при заболеваниях печени и желчного пузыря, для улучшения работы желудка, при бронхитах, неврозах, нарушениях обменных процессов, а также употреблять постоянно и в достаточном количестве для лечения псориаза.

153. КОРОВЯК МЕДВЕЖЬЕ УХО



Медвежье ухо высоко ценят в народной медицине, используя и другие виды коровяков: метельчатый, густоцветный, лекарственный, тараканий, чёрный. Лечат самые различные заболевания. Лёгочные — начиная с простудного кашля, бронхита, бронхиальной астмы и вплоть до эмфиземы. Кожные — от диатеза и трещин на коже до экземы и псориаза. Применяют коровяк при болезнях желудка, почек, печени, селезёнки, при атеросклерозе, заболеваниях сердца, детской эпилепсии.

* * *

Серьёзных противопоказаний ко всем коровьякам нет, разве что у некоторых больных может наблюдаться запор. Не лишним будет напоминание, что настой или отвар цветков необходимо тщательно процедить через несколько слоёв марли во избежание мельчайших волосков, которые способны вызвать раздражение пищевода и желудка. Не употреблять семена — они токсичны. Нельзя применять при беременности и в период кормления. Талин, содержащийся в коровьяке, может оказаться канцерогенным — при раке надо проконсультироваться с врачом.

154. КОРОНАРИЯ — КУКУШКИН ЦВЕТ

Настой травы коронарии эффективен при затяжном бронхите с выделением обильной мокроты. Кукушкин цвет, как её ласково называют в народе, устраняет боли в почках, останавливает маточные кровотечения. Настой травы дают пить при заболеваниях печени. Наружно отвар листьев применяют для удаления веснушек и пигментных пятен на коже.

* * *

Приём коронарии внутрь противопоказан при беременности.

155. КОРОСТАВНИК ПОЛЕВОЙ



Короставник применяется только в народной медицине. Его химический состав не изучен. Известно лишь, что растение обладает противовоспалительным, антисептическим и кровоочистительным действием. Настой травы в виде чая и спиртовой настойки каплями — испытанное средство при хронических кожных заболеваниях. Отсюда и пошло название короставника — от слова «короста».

У меня сложилось мнение, что короставник прежде всего положительно действует на кишечную флору, и следовало бы целенаправленно исследовать его лечебные свойства при дисбактериозе. Ведь не случайно короставник назначают при зуде и свищах заднего прохода.

Короставник находит применение и при кашле, бронхите, болезнях горла, при воспалении мочевого пузыря. При нейродермитах, застарелых экземах, псориазе и других кожных заболеваниях хорошие результаты дают ванны с травой короставника.

* * *

Конкретных противопоказаний у короставника пока не выявлено, разве что в начальный период лечения разного рода дерматитов может наблюдаться резкое обострение болезни и напуганные больные перестают принимать лекарство. В таких случаях надо проявить терпение и продолжить лечение.

156. КОШАЧЬЯ ЛАПКА



Кошачья лапка по действию не уступает бессмертнику песчаному. Настой цветочных корзинок назначают при болезнях печени и холециститах как сильное противовоспалительное и желчегонное средство. Кроме того, кошачья лапка даёт хорошие результаты при желудочных, кишечных, лёгочных, носовых, маточных и геморроидальных кровотечениях. Настой травы пьют при воспалении горла, бронхитах, туберкулёзе лёгких, гастрите, поносе, дизентерии, нарушениях менструального цикла. В виде настоя кошачья лапка используется в виде примочек и припарок при затвердении молочной железы, увеличении щитовидной железы и других опухолях, абсцессах, ушибах, глазных болезнях и как болеутоляющее при подагре.

* * *

Дозировка может быть разнообразной ввиду недовитости растения, но при варикозах и тромбозах лучше воздержаться от его применения. Кошачья лапка поднимает давление, что осложняет её использование при гипертонии.

157. КРАПИВА ДВУДОМНАЯ

Космополит и самый распространённый сорняк — крапива вхожа чуть ли не в каждую семью и в виде весенних оздоравливающих витаминных щей, и как лекарство от многих заболеваний. Для лечебных целей используются не только листья и корни, но и цветки, семена, а также сок из свежей травы. К примеру, сок и свежие семена применяют при остеомиелите, при лечении варикозных и трофических язв, соком натирают в стремлении избавиться от витилиго. Отваренные с сахаром корни и растёртые в эмульсию высушенные семена употребляют при почечно-каменной и желчнокаменной болезни. Отвар цветков пьют при диабете, хронических кожных заболеваниях, раке. Крапива увеличивает количество эритроцитов в крови, влияет на углеводный обмен, поэтому к ней часто прибегают за помощью при анемии: порошок из высушенных листьев смешивают с мёдом и принимают по чайной ложке несколько раз в день.

* * *

Не стану перечислять здесь все полезные свойства крапивы и тот не один десяток заболеваний, при которых она применяется. Рецептов с использованием крапивы существует множество, поэтому легко впасть в заурядное повторение. А вот на оборотную сторону медали взглянуть стоит. Необходимо помнить, что препараты крапивы противопоказаны при повышенной свёртываемости крови, гипертонии, атеросклерозе. Помогающая при многих женских заболеваниях, крапива тем не менее противопоказана при кровотечениях, вызванных полипами, кистой, опухолями яичников и матки.

Это не голые слова. В монографии Е. А. Орловой «Фитотерапия» (Москва, 2001) читаю о крапиве «Противопоказания и побочные явления не выявлены», а ведь это могло привести к большим неприятностям, тем более что во многих справочниках нет таких противопоказаний. Но вот случай из жизни. Молодая женщина попала в больницу с сильным маточным кровотечением. Врачи кое-как своими средствами (викасолом, аминокaproнкой и ещё чем-то) сумели приостановить угрожающее жизни кровотечение и выписали больную, хотя, как говорят в таких случаях, ещё «мазало». Посоветовали: пейте настой крапивы, лучше всех лекарств поможет. Травник посоветовал то же самое, дал крапиву и указал дозировку. Через несколько дней эта женщина вновь оказалась в той же больнице в ещё худшем состоянии. Её муж в отчаянии вспомнил обо мне (года три назад я вылечил ему язву двенадцатиперстной кишки), пришёл просить спасти жену, остановить кровотечение. Пришлось взяться. Через несколько дней женщину выписали домой, но она ещё три недели пила весь назначенный комплекс, который я подобрал для неё, а попутно начали лечить её основное женское заболевание. Всё обошлось хорошо. А насчёт противопоказаний я оказался прав. Поэтому и пишу эту книгу: не столько ради рецептов, сколько ради предостережений. Особая осторожность нужна при заболеваниях почек.

Крапиву нельзя применять при беременности, особенно в последние месяцы перед родами. Такие же противопоказания имеют жгучая и крапива коноплевая. Сырая крапива может вызвать поражение почек. В пищу крапиву и её препараты нельзя применять при веснушках, пигментных пятнах на коже, так как повышается чувствительность к солнечным лучам.

158. КРЕСТОВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Растение ядовитое. Широкого применения не находит, однако знахари умело используют настой травы как средство, регулирующее менструации. Соком растения выводят глисты, каплями назначают при судорогах. Корень настаивается на водке и действует как кровоостанавливающее средство. Растёртые с маслом свежие листья прикладывают к затвердевшей молочной железе, геморроидальным шишкам, нарывам.

СТЕНОКАРДИЯ, НЕВРОЗ СЕРДЦА. 5 столовых ложек (без горки) крестовника обыкновенного залить 0,5 л водки, настоять 1 месяц, почаще встряхивая. Процедить. Принимать по 30 капель 3 раза в день на ложке воды.

КЛИМАКС. 1 чайную ложку сухой травы залить 2 стаканами кипятка, настаивать 1 час, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды.

МАСТИТ. Траву крестовника растереть с подсолнечным маслом, отбрасывая грубые ветки, прикладывать к молочной железе при её затвердении (мастите, мастопатии).

* * *

Внутреннее применение крестовника обыкновенного требует осторожности. Обладая обезболивающим действием, он при передозировке может вызвать болезненные явления в печени. Противопоказан при беременности.

159. КРЕСТОВНИК ШИРОКОЛИСТНЫЙ

Он более известен, чем крестовник обыкновенный и крестовник суходольный. Из него фармацевтическая промышленность вырабатывает лечебный препарат платифиллин, который обладает сильным антиспазматическим и болеутоляющим действием. Настойка самого растения тоже успокаивает боли при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, почечных и печёночных коликах, при воспалении толстой кишки и желчного пузыря. Применяют крестовник при параличах, бронхиальной астме, стенокардии, судорожных состояниях.

* * *

При заболеваниях желудка с низкой кислотностью от крестовника необходимо отказаться. С осторожностью использовать при заболеваниях почек и печени. Не назначать при низком артериальном давлении. Крестовник противопоказан при беременности и заболеваниях надпочечников. Не применять при глаукоме — повышает внутриглазное давление, расширяет зрачки.

160. КРОВОХЛЁБКА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

В древнерусских домостроевских лечебниках она была известна под названием «совиные очи», ей приписывали не только лечебные, но и магические свойства. Кстати, кровохлёбку не советуют сушить на железных противнях — считается, что при соприкосновении с металлом она утрачивает целительную силу. В современных справочниках по траволечению указывается на применение кровохлёбки при маточных и других кровотечениях, острых энтероколитах и дизентерии, при стоматитах, гингивитах и других болезнях полости рта, наружно при дерматите, экземе, нейродермите, для сидячих ванн при наружном геморрое. Ощутимую пользу приносят настойки и отвары корней кровохлёбки при целом ряде онкологических заболеваний, я не без успеха включал их в комплексы лечебных средств против рака матки, молочной железы, носоглотки, щитовидной железы, желудка, прямой кишки.

Кровохлёбка относится к тем растениям, которые круглый год у меня под рукой, в домашней аптеке. Всегда готовлю настойку не по чужим прописям, а как сложилось на практике: измельчёнными корнями заполняю половину трёхлитровой банки и доверху заливаю водкой. Настаиваю 2-3 месяца. Пользоваться можно уже через месяц, но процеживаю позже.

ЗУБНАЯ БОЛЬ. Разболелись вдруг зубы. В прежние годы я обычно пользовался настойкой белены — подержишь тампон на зубе минут десять и боль утихает. Но не надолго. Попробовал подержать тампоны с настойкой кровохлёбки — хватило трёх-четырёх процедур, чтобы боль исчезала на полгода-год. Дорогу к стоматологу давно забыл. Оказалось, что кровохлёбка не только утоляет боль, но и лечит зуб, лечит десны — пародонтоз. Практика убедила.

САЛЬМОНЕЛЛЕЗ. Вернулась племянница из путешествия к верховьям Белой. На вокзале в Мелеузе перекусила какими-то полусырыми пирожками и забродившим кефиром. Едва до дома добралась. Пока брали анализы, начал поить её настойкой кровохлёбки: 1 столовую ложку настойки на стакан кипячёной тёплой воды. Сначала пила по полстакана 3-4 раза в день, а через два дня такая надобность отпала — хватало по четверти стакана. В анализе действительно высеяли сальмонеллу, но без всяких других лекарств болезнь была побеждена за две недели — об этом свидетельствовали последующие анализы. Гастроэнтерологу оставалось только удивляться.

РАК. Отвар корней кровохлёбки из расчёта 1 столовая ложка на стакан воды, кипятить на слабом огне полчаса, настоять 4 часа — я использовал на примочки при неоперабельном

раке молочной железы, раке щитовидной железы, саркоме бедра и ряде других опухолей, например, меланосаркоме щеки, при необходимости давая этот отвар и внутрь по столовой ложке 2-3 раза в день, включая в общий комплекс лечения.

ЭРОЗИЯ ШЕЙКИ МАТКИ, ТРИХОМОНАДНЫЙ КОЛЬПИТ. Таким же отваром корней ежедневно производились спринцевания (в первые две недели подряд, а по улучшении — через день. В критические дни лечение на несколько дней прерывалось — два-три дня до, и столько же — после окончания цикла.

* * *

Кровохлёбка противопоказана при беременности. Употребление препаратов кровохлёбки необходимо прекратить при возникновении запоров, так как они замедляют перистальтику кишечника. Кроме того, они суживают кровеносные сосуды, поэтому с осторожностью назначаются при гипертонии, спазмах головного мозга, вызванных указанной причиной.

161. КРУШИНА ЛОМКАЯ

Издавна славится своим нежным слабительным действием. Высушенная кора крушины должна пролежать не менее одного года, пока в ней не разрушатся антранолы, сильно раздражающие слизистую желудка.

* * *

При больших дозах или длительном применении препаратов коры крушины может возникнуть гиперемия органов малого таза, что опасно при беременности, различных гинекологических заболеваниях, склонности к маточным кровотечениям.

162. КРЫЖОВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Он превосходит по своим лечебным свойствам малину, вишню, яблоки. Ягоды употребляют при заболеваниях почек, мочевого пузыря, пищеварительного тракта и желудочных резах, кожных заболеваниях, нарушениях обмена веществ, излишней полноте. Крыжовник оказывает благоприятное действие на сердечно-сосудистую систему, укрепляет стенки кровеносных сосудов. В результате сезонного лечения отступает анемия, какого бы происхождения она ни была. Особенно полезен крыжовник пожилым людям. Ежегодное лечение крыжовником служит хорошей профилактикой от появления опухолей.

ПОЧКИ. За 2-3 недели систематического приёма крыжовника по 1 стакану 3 раза в день можно заметно подлечить воспаление в почках и мочевом пузыре.

КЛИМАКС. В настоящее время опытные целители успешно лечат за сезон крыжовника, то есть за 3-4 недели, климактерические затяжные кровотечения, назначая до килограмма в день свежий крыжовник — дробными порциями.

РОЖИСТОЕ ВОСПАЛЕНИЕ (любое острое воспаление кожи). Готовить из расчёта 2-3 столовые ложки ягод на стакан воды. Кипятить на слабом огне 10 минут. Тщательно процедить через несколько слоёв марли. Делать примочки на поражённые места, фиксируя на 5-8 часов. Дать коже отдохнуть 1-2 часа, и снова поставить примочку.

ВОСПАЛЕНИЕ ГОРЛА. Безотказное средство — сок свежего крыжовника, смешанный с небольшим количеством мёда. Обычно пьют по 1/3 стакана сока в день перед едой.

АНЕМИЯ. Какого бы она ни была характера, через 3-4 недели лечения нормализуется формула крови. Особенно хорошо помогает пожилым людям и детям. Употреблять по 1/4-1/3 стакана в день 3 раза перед едой.

ОЖИРЕНИЕ. Лечебная диета со свежим крыжовником и его соком помогает

восстановить разлаженные обменные процессы и сбросить 6-8 лишних килограммов.

* * *

Однако и у крыжовника имеются свои «но». Крыжовник противопоказан при диабете. Нельзя употреблять его в качестве лечебного средства при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, гастритах, колитах. Кожица ягод и косточки могут вызвать обострение энтероколита.

163. КУБЫШКА ЖЁЛТАЯ



Пользуется большой популярностью не только в знахарской практике, но и в гомеопатии: эссенцию из свежих корневищ применяют при половом бессилии и при опущении матки. В народной медицине кубышку назначают при воспалении почек и мочевого пузыря, гастрите, ревматизме, чрезмерных менструациях, кожных болезнях, трихомонадных заболеваниях.

РАК МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ. Корни кубышки жёлтой я изредка применял при запущенном раке мочевого пузыря. Заваривал 1 чайную ложку сухих корней в стакане кипятка, настаивал 1 час. Давал пить по 1/4 стакана 3—4 раза в день в промежутках между едой. Настой прекращал кровотечение, обезболивал и улучшал мочеиспускание. Возможно, этому способствовал весь назначаемый комплекс с другими травами.

ИМПОТЕНЦИЯ И ФРИГИДНОСТЬ. 1 столовую ложку измельчённых корней залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут. Принимать только по 1 столовой ложке 3 раза в день в промежутках между едой. Дозу увеличивать нельзя — появятся рвота, понос, сонливость. Большая передозировка, если сразу выпить весь стакан, может вызвать паралич нервной системы и смерть.

* * *

Растение ядовитое. Настойка кубышки жёлтой в малых дозах вызывает возбуждение, а в больших — угнетение центральной нервной системы. Препараты кубышки при разумном обращении с ними переносятся хорошо. Во время лечения трихомонадного кольпита и молочницы могут возникнуть гиперемия, отеки наружных половых органов. Иногда наблюдается индивидуальная непереносимость.

164. КУКУРУЗА

Первым из европейцев, увидевших кукурузу, был Христофор Колумб. В лечебных целях начали использовать её и вовсе в недавние времена, открывая разносторонние

лечебные свойства. Кукурузным маслом стали лечить атеросклероз, астму, мигрень, заболевания кожи. Клиническими исследованиями было установлено, что экстракт кукурузных рылец растворяет почечные камни, а водный настой обладает кровоостанавливающим действием при кровотечениях и воспалительных процессах придатков матки. Экстракты и отвары рылец прекрасно проявили себя при лечении холецистита, холангитов с задержкой желчеобразования.

ПАНКРЕАТИТ. Кукурузу молочно-восковой спелости, особенно белых сортов, варить вместе с обёртками и рыльцами початков до мягкости. Отвар принимать по 1 стакану 3 раза в день.

ГЛАУКОМА, КРОВОИЗЛИЯНИЕ В ГЛАЗ. Сухие кукурузные рыльца измельчить, 15 г залить 1 стаканом кипятка, настоять 40 минут, процедить. Принимать по 2-3 столовые ложки 3-4 раза в день.

ПОЧЕЧНАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ. 1 десертную ложку кукурузных рылец залить стаканом кипятка, варить на слабом огне 20 минут, настоять полчаса, процедить и пить по 2 столовые ложки через каждые 3 часа. Во время лечения ограничить себя в соли и жидкости.

СЕННАЯ ЛИХОРАДКА, МИГРЕНЬ. Съесть по 1 столовой ложке кукурузного масла ежедневно за едой при трёхразовом питании.

ЗУД НАРУЖНЫХ ПОЛОВЫХ ОРГАНОВ. Взять 1 чайную ложку кукурузного масла, 1 желток свежего куриного яйца, 1 столовую ложку измельчённых в кашу ядер грецкого ореха, предварительно поджаренного. Мазать наружные половые органы после принятия ванны или душа.

* * *

Выявились и противопоказания. Кукурузные рыльца ощутимо повышают протромбин, поэтому их не принимают при повышенной свёртываемости крови, тромбозах и тромбофлебитах. От кукурузы необходимо воздержаться при пониженном аппетите и низкой массе тела, она не желательна при истощении организма. Ставшие популярными кукурузные хлопья с сахаром — неудобоваримы и вредны.

165. КУПЕНА ЛЕКАРСТВЕННАЯ



Это растение давно привлекло моё внимание налётом какой-то таинственности. Стебель не прямой, а согнутый в полудугу, будто тяжёлую ношу несёт на себе. Листья словно в очередь выстроились — поднимаются от корня к вершине равномерной чередой и тоже слегка поникшие. Чем-то похожи на листья ландыша. И под каждым листочком продолговатый колокольчик цветка, тоже похожего на цветок ландыша. И аромат у него приятный. Но самое примечательное — корень. Прелегает он в земле неглубоко, но в длину иногда превышает 30-40 сантиметров. Очищенный от мелких корневищ, он напоминает

обглоданную шею гуся или барашка — весь состоит из суставчиков. Когда стебель отмирает, на его месте и остаётся такой суставчик. Их бывает десять, пятнадцать, иногда до тридцати и больше. Отомрёт этот стебель, который сейчас передо мной, а к будущей жизни уже готов зародыш следующего. Иногда он бывает настолько большой, что похож на розовато-белый клык. В народе купену часто так и называют: волчий клык. Но самое главное: взгляните в суставчики, как бы выточенные из слоновой кости — на каждом из них одинаковая старинная чёрная печать. По преданию, это печать мудрого царя Соломона, сам проживший очень долгую жизнь, он якобы отметил печатью растение, способное продлить человеческую жизнь.

Да простится мне такое длинное лирическое отступление в книге, предназначенной для других целей. Вот и вернёмся к ним.

В народной медицине купена используется довольно широко при самых различных заболеваниях. Лечат ею воспаление лёгких, острый бронхит, язву желудка и двенадцатиперстной кишки, грыжу, ревматизм, боли в спине, остеохондроз, подагру, артрит, сердечные недомогания, сахарный диабет, гинекологические заболевания.

Особое место занимает корень купены в профилактике и лечении гормонозависимых опухолей у женщин и мужчин. Готовится настойка из сухих корней. Я обычно кладу 5 столовых ложек на 0,5 л водки, настаиваю не меньше месяца. По медицинским канонам 100 г корней заливают одним литром 70° спирта и настаивают 20 дней. Разницы большой я не нахожу, разве что настаивать приходится подольше.

АДЕНОМА ПРОСТАТЫ. Для профилактики принимают 10 капель настойки утром, после еды. Для лечения по 10-15 капель утром и днём (водочную настойку), так же после еды. Чем раньше начнёт мужчина принимать эти капли, тем больше гарантий в благоприятном результате. Кроме того, купена — профилактика возникновения рака простаты.

Если аденома запущенная, на купену не жалуйтесь, принимайте другие меры. Но попутно можно и их продолжать, эти капельки. Пойдут только на пользу.

МАСТОПАТИЯ, ФИБРОАДЕНОМАТОЗ МОЛОЧНЫХ ЖЕЛЕЗ, ФИБРОМЫ, ФИБРОМИОМЫ, МИОМЫ МАТКИ. Чем раньше начато лечение, то лучшие результаты оно даёт. Допустим, на ранних стадиях, при 5-7-недельном сроке миомы, это практически сто процентов излечения и обратного процесса развития. Это же касается мастопатии молочных желез: чем раньше начато лечение купеной, тем быстрее результат. Применение купены — это к тому же профилактика возникновения рака молочных желез, матки и яичников. (Если вес больной превышает 100 кг, то утром принимать по 20 капель, днём — 10-15.) Обычная доза по 10 капель 2 раза в день.

ОБЛИТЕРИРУЮЩИЙ ЭНДАРТЕРИИТ, ОБЛИТЕРИРУЮЩИЙ АТЕРОСКЛЕРОЗ СОСУДОВ НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ, АТЕРОСКЛЕРОЗ СОСУДОВ ГОЛОВНОГО МОЗГА, АОРТЫ, СОСУДОВ НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ, (А ТАКЖЕ ИШЕМИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ СЕРДЦА, ПОСТИНФАРКТНЫЙ КАРДИОСКЛЕРОЗ, АТЕРОСКЛЕРОЗ СОСУДОВ СЕРДЦА). Готовится отвар из корней из расчёта 1 столовая ложка на 0,5 л кипятка; в эмалированной посуде при закрытой крышке подержать на малом огне, не давая кипеть, затем час настоять, процедить. Пить по 1/3-1/2 стакана 4 раза в день независимо от еды. И одновременно не оставлять в стороне спиртовую настойку, принимая утром и вечером по 10 капель.

СИНДРОМ РАЗДРАЖЁННОГО КИШЕЧНИКА, КОЛИТ. Отвар из корней готовится точно так же. Принимать по полстакана 3-4 раза в день независимо от еды в течение 1-1,5 месяца.

РАДИКУЛИТ, РЕВМАТИЗМ, БОЛЕЗНИ СУСТАВОВ, ПОДАГРА. Настойку принимать внутрь по 10 капель 2 раза в день и ежедневно делать растирания этой же настойкой.

ДИАБЕТ ИНСУЛИНОЗАВИСИМЫЙ. Готовить такой же отвар из расчёта 1 столовая ложка на 0,5 л кипятка, пить по полстакана 4 раза в день. Для профилактики диабетической

ангиопатии нижних конечностей принимать по 10 капель настойки утром и днём вне зависимости от еды.

Может возникнуть вопрос: почему при таких разных заболеваниях одно и то же средство и именно в такой дозировке, которую превышать нельзя? Это прежде всего необходимо для всех сосудов организма, лекарство проникает даже в самые мелкие капилляры, очищает и укрепляет их.

* * *

Купена — растение ядовитое. Корни, трава, цветки и ягоды обладают рвотным действием. Передозировка может привести к более неприятным, даже опасным явлениям. Купена противопоказана при беременности.

166. ЛАБАЗНИК ВЯЗОЛИСТНЫЙ, ТАВОЛГА ВЯЗОЛИСТНАЯ



Дождя нет и, похоже, не будет, а тихий пасмурный день только усиливает запахи, особенно в низине, где из густой травы высовываются белопенистые метельчатые соцветия таволги. Запах истомный, какой-то медово-сладко-душистый, сильный и в то же время не резкий, обволакивающий. Так и хочется не просто нюхать, а дышать им во все лёгкие, запоминая запах лета. Вот уже корзина полна ароматными гроздьями цветков, должно на всю зиму хватить, а покидать заросли таволги не спешу.

Между прочим, разложенные на просушку цветы начинают пахнуть ещё сильнее, так же душисты они высохшие, и приходится хранить их в закрытых стеклянных банках.

Таволга вязолистная снабжает меня и листьями, и корнями — все это найдёт своё применение. Препараты лабазника в народе широко применяют при поражениях мышц и суставов ревматизмом. Используют как мочегонное при болезнях почек и мочевого пузыря, как болеутоляющее при воспалительных процессах в желудке. Неплохо проявляет себя лабазник при лечении некоторых онкологических заболеваний. Отвар травы помогает при бронхиальной астме, бронхите, пневмонии. Установлено, что 20% -ная настойка травы на 20%-ном спирте обладает антибактериальным действием и способствует скорейшей

эпителизации трофических язв. Лечат лабазником невралгию, межрёберную невралгию, неврит лицевого и тройничного нервов; воспаление седалищного нерва, применяют его при эпилепсии, а также как седативное средство. Неожиданно приносит пользу лабазник и при других заболеваниях.

ГЕПАТИТ. 1 столовую ложку сухой травы кладут в стакан воды, кипятят на слабом огне 3-4 минуты, настаивают 2 часа. Принимают по 1-2 столовые ложки 3 раза в день до еды.

ОТЕКИ (сердечного происхождения). 1 чайную ложку цветков заливают стаканом кипятка, настаивают 1 час, процеживают. Пить по полстакана 3 раза в день до еды.

ПСОРИАЗ. 1 часть порошка цветков смешать с 4 частями вазелина (или другого жира). Смазывать поражённые места.

РАК РАЗЛИЧНОЙ ЛОКАЛИЗАЦИИ. 1 столовую ложку измельчённых корней залить стаканом кипятка, поставить в кипящую водяную баню, парить 30 минут, через 10 минут процедить. Принимать по 1/4 стакана 3-4 раза в день.

БЕЛИ. 1 столовую ложку травы на 1 литр горячей воды, кипятить полчаса, дать немного остыть и процедить. Использовать в тёплом виде для спринцевания.

ПОЛИПЫ ЖЕЛУДКА И КИШЕЧНИКА. 1 полную столовую ложку травы залить 0,5 л кипятка, дать покипеть 2-3 минуты, настоять 2 часа, процедить. Принимать по трети стакана 4-5 раз в день до еды и в промежутках между едой. Курс до 2 месяцев.

ПОЧКИ, МОЧЕВОЙ ПУЗЫРЬ. При заболеваниях почек и мочевого пузыря, в том числе и желудка, 2 чайные ложки цветков залить стаканом кипятка, настоять 4 часа и пить по 1/3 стакана 4 раза до еды.

ГРИПП. Примчался весь переполошённый главврач медсанчасти крупного банка, мой давний знакомый: у шефа грипп, начался сегодня вечером, а ему через два дня позарез надо лететь в загранкомандировку. Неужели ничем помочь нельзя? К счастью, дома у меня был готовый настой, заранее сделал — в городе эпидемия. Дал я ему флакон, научил как пользоваться. А через два дня звонок: спасибо, дружище, шеф улетел, от гриппа никакого следа. А дал я настой, который специально готовлю к началу появления гриппа. Секрет очень прост. Половину стакана заполняю сушёными цветами лабазника, заливаю 200 мл холодной кипячёной воды, закрываю крышкой и настаиваю 12 часов (обычно на ночь). Утром вливаю в настой 50 мл спиртовой настойки календулы (только не аптечной — она почему-то не срабатывает). Настаиваю ещё 1-2 часа и процеживаю, отжимая через несколько слоёв марли. Состав готов. Для профилактики его пьют по половине чайной ложки 3-4 раза в день, в острый период — по 1 чайной ложке. Если захватить грипп в самом начале, в первый день, уже на следующий день можешь считать себя здоровым. Запустил на двое суток — переболеешь в самой лёгкой форме. На третьи или четвёртые сутки только немножко облегчает состояние. Мой товарищ успел вовремя: в тот же вечер начал лечить своего шефа. Кстати, этот настой из цветков лабазника и настойки календулы такое же действие оказывает при **ГЕРПЕСЕ**. Чуть только он наметился на губах — сразу надо начинать пить лекарство — и никаких высыпаний не будет.

Так и быть, ещё один неплохой рецепт приведу, комунибудь пригодится.

ЖЕНСКОЕ БЕСПЛОДИЕ. Здесь надо по весу брать равные части цветков таволги, цветков клевера красного и цветков липы. Измельчить, смешать. 3 столовые ложки смеси залить 1 л кипятка, закрыть крышкой и настоять 2 часа. Пить по 1 стакану 2 раза в день за полчаса до еды.

* * *

Лабазник малотоксичен. Но нельзя долго пользоваться им при гипотонии. От лабазника приходится отказываться при колитах с упорными запорами. Лабазник содержит салицилаты (салициловый альдегид, метилвосалициловый эфир), оказывая потогонное действие — поэтому час-другой желательно посидеть дома, чтобы не простыть. И следить за составом крови.

167. ЛАВР БЛАГОРОДНЫЙ

Он пригоден не только для борща и ухи. Ещё в древности умели пользоваться им в лечебных целях. По мнению Гиппократ, если разложить листья лавра у постели роженицы, это успокоит родовые потуги. Гален рекомендовал заваривать лавровый чай при болях от камней в почках. Авиценна считал, что лавр полезен для слуха и помогает от шума в ушах. Арабский врач Радес лечил листьями лавра нервный тик лица. В народе лавром лечат артрит, подагру, ревматизм. Лавровый лист нормализует углеводный обмен, что позволяет применять его при сахарном диабете. Лавровым маслом натираются при параличах, судорогах, ревматизме. Лавр применяют даже при онкологических заболеваниях.

РАК ГОРЛА. 1 стакан измельчённого лаврового листа залить 0,5 л водки, настоять 2-3 недели в тёмном месте, в тепле, периодически встряхивая. Процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за полчаса до еды до излечения при раке горла. Это испытано с положительным результатом в двух случаях. Вот один из них, недавний. С раком ротоглотки обратилась ко мне Варя Ч., с 3-й стадией, почти не могла разговаривать — перестарались с лучевой терапией и сожгли голосовые связки. Химиотерапию прошла один только раз, потом отказалась, когда резко упали в крови лейкоциты. В нашем лечении ведущими и постоянными средствами были зверобойное масло, настойка лавра, сосновый мёд с цветками сосны, болиголов по схеме, ежедневные полоскания отваром корней любистка, сок дурнишника, чередовались трава подмаренника цепкого, лист чёрной ольхи, настой травы и настойка корней полыни обыкновенной, очиток пурпурный, донник жёлтый, будра плющевидная, буквица лекарственная. Три раза менялся состав противоопухолевого, противометастатического бальзама. Когда в 2005 году Варю признали окончательно здоровой и сняли со второй группы инвалидности, она была безмерно счастлива и в то же время нет-нет да вздыхала с грустинкой: снятая с инвалидности, она утратила право на ежемесячное денежное пособие и право на бесплатные лекарства. Вот и выбирай тут, что лучше...

ПСОРИАЗ. Отобрать 10 сухих, здоровых — без пятен — листьев, залить в термосе 0,5 л кипятка, настоять 2 часа. Принимать по полстакана 3 раза в день незадолго до еды.

АРТРИТ, БОЛЬ В СУСТАВАХ. 5 г измельчённого листа залить 1,5 стаканами кипятка, закрыть крышкой и покипятить слегка 5 минут, настоять 3 часа вместе с листьями в термосе. Процедить. Пить мелкими глоточками в течение дня (сразу нельзя!). Курс лечения 3 дня. Это не вылечит болезнь, но боль снимет.

ДИАБЕТ. 10 листьев залить 3 стаканами кипятка, настоять 3 часа. Пить по полстакана 3 раза в день. Через 10-15 дней сахар войдёт в норму. Обязательно сделать перерыв на пару недель.

РЕВМАТИЗМ, ПРОЛЕЖНИ. Отсчитать 90 листиков (это 30 г), измельчить и залить 1 стаканом растительного масла. Настаивать в тепле 10 дней (или парить 1 час в кипящей водяной бане). Процедить. Втирать в суставы или пролежни.

ПАРАЛИЧ, СУДОРОГИ. 30 г измельчённых листьев настоять 7-8 дней в стакане льняного или подсолнечного масла в тёплом месте. Процедить, отжать. Ежедневно втирать в парализованные части тела, втирать при судорогах.

ЯЧМЕНЬ. В народе делают так: берут три крупных лавровых листа и заваривают их в кружке кипятка. Накрывать блюдцем и, когда немного остынет, можно выпить, не сразу, а понемногу, пока настой не остыл. Так делать каждый час, заменяя листья новыми. Всего надо выпить за день чашек 6-7, с утра до вечера. За ночь ячмень созреет, и к утру его не будет.

* * *

Главное предупреждение: не путать, покупая на рынке, лавр благородный с

лавровишней, все части которой ядовиты.

Лавр противопоказан при гломерулонефрите, склонности к кровотечениям. Нельзя пользоваться им при беременности. Имеет противопоказания при амилоидозе (поражении печени, почек, селезёнки и других органов, вызываемых крахмалоподобным веществом — амилоидом).

168. ЛАМИНАРИЯ-МОРСКАЯ КАПУСТА

Немало восторженных слов приходилось слышать от обожателей морской капусты: мол, без неё и жизнь — не жизнь. Как-то сам попробовал блюдо из настоящей морской капусты — ничего, есть можно. Но я не хотел бы оказаться на месте средневекового жителя Китая, когда по распоряжению одного из императоров все жители этой огромной страны обязаны были постоянно есть морскую капусту. Её доставляли за государственный счёт до самых дальних границ империи, вплоть до Туркестана, кстати в отношении зоба неблагоприятные районы, где местные лекари — хакиды лечили морской капустой эту болезнь.

Что и говорить, даже в наши дни неблагоприятные в отношении йода районы снабжаются йодированной солью или йодированной бутилированной водой, в магазинах продаются консервы с ламинарией, а в аптеках всякого рода препараты из неё.

Ламинария заслуживает немало похвальных слов при лечении зоба, лёгких форм базедовой болезни. Кроме того, ламинария уменьшает содержание холестерина в плазме, задерживает развитие атеросклероза, способствует восстановлению нормальной проницаемости сосудов, уменьшает свёртываемость крови и опасность сосудистых тромбов. Используют морскую капусту и как лёгкое слабительное, и при ожирении.

* * *

Правда, морская капуста не терпит легкомысленного отношения к себе. Она опасна при любом заболевании почек, а при нефрите и нефрозе и думать о ней не смей. При туберкулёзе — нельзя, при геморрое — нельзя, при геморрагических диатезах — нельзя. Она противопоказана при фурункулёзе и угревых сыпях, крапивнице. Даже хронический ринит служит противопоказанием. А главное в другом: при длительном применении ламинарии вы рискуете заработать остеопороз, то есть изрежение костей, их хрупкость и ломкость.

Вот почему я не хотел бы жить при упомянутом китайском императоре — при нём никто не стал бы считаться с моими противопоказаниями, а любое принуждение я не выношу с детства.

169. ЛАНДЫШ МАЙСКИЙ



«Ландыш серебристый» — так назывались любимые мамыны духи. Нравнодушно отношусь я к этим нежным, душистым цветкам, особенно после того, как не стало мамы. Принёс из леса и посадил их среди других лекарственных трав в саду. Не для заготовок, конечно, а чтобы росли рядом, на виду.

А заготавливаю я их в небольшом количестве, отдельно листья, отдельно цветки — из них, из свежих, делаю настойки. Они оказывают тонизирующее действие на сердечную мышцу, успокаивающе действуют на центральную нервную систему.

Ландышевой настойкой пользуются также при астме, эпилепсии, судорогах, параличе, апоплексическом ударе, базедовой болезни, головной боли и боли в желудке, при недомоганиях, вызванных тяжёлой физической работой.

БОЛЕЗНИ СЕРДЦА. Сердечные гликозиды ландыша действуют довольно слабо, так как им свойственно быстро разлагаться в желудочно-кишечном тракте. Их можно усилить в сочетании с настойкой валерианы или боярышника, но опять-таки их действие избирательное — при боли в сердце с резко выраженным нервным фоном. Настойка готовится из свежих цветков, составляющих 34 банки, спиртом долить доверху. Настоять 2-3 недели, процедить. Принимать по 10-15 капель с водой 2-3 раза в день (сроки обычно не указываются, потому что гликозиды ландыша не кумулируют, то есть не накапливаются в организме).

СУДОРОГИ. 4 грамма свежих цветков залить 1 стаканом кипятка. После остывания процедить. Принимать по 1 столовой ложке каждые 2 часа.

УГРОЗА КРОВОИЗЛИЯНИЯ В МОЗГ — настой делать такой же, только принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

БАЗЕДОВА БОЛЕЗНЬ — такой же настой из 4 г цветков на стакан кипятка, и принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

ГЛАУКОМА. 1 чайную ложку свежих цветков, полстакана свежих листьев крапивы майской, влить столовую ложку воды, настоять 8-9 часов в тёмном месте, затем добавить пол чайной ложки пищевой соды. Полученную массу прикладывать к глазам.

КОНЪЮНКТИВИТ. 10 капель настойки ландыша разбавить 90 каплями тёплой кипячёной воды. Намочить марлевый тампон и прикладывать к глазам.

А это надо запомнить: настойка цветков ландыша противопоказана при резких органических изменениях сердца и сосудов, остром миокардите, эндокардите и резко выраженном кардиосклерозе.

Не рекомендуется принимать ландыш при острых заболеваниях печени и почек.

Ядовиты созревшие красные ягоды — это надо объяснить тем, кто не знает и, главным образом, детям.

При передозировке или отравлении ландышем главные признаки: тошнота, рвота, диарея, различные виды аритмии, парасистолия, желудочковая тахикардия, мышечная слабость, головная боль, аллергические высыпания на коже, перевозбуждение, нарушение зрения и цветового восприятия.

170. ЛАПЧАТКА ГУСИНАЯ



Из всех видов лапчаток она, пожалуй, самая распространённая и доступная. Её жёлтенькие цветки в розетке кудрявых листьев можно увидеть повсюду, иногда сплошными коврами зарослями. Растение невысокое, непарноперистые листья сверху ярко-зелёные, а с изнанки почти что белые, сильноопушенные. Растение очень доступное, и многие любители траволечения могут иметь её в своей домашней аптеке.

Давно подмечено, что отвар травы уменьшает и прекращает различные судороги — даже при столбняке. Никаких натираций лимоном не нужно при судорогах икр и вообще судорожного состояния мышц — достаточно попить настой травы. Лапчатка гусиная эффективна при многих, причём довольно распространённых заболеваниях. Страдает человек от удушья — лапчатка поможет. Мучаются женщины от болезненных менструаций и кровотечений — лапчатка гусиная станет их спасительницей. Отвар травы эффективно применяют при поносах с коликами. Поможет лапчатка при камнях в почках. Есть очень верный способ избавиться от желчных и печёочных камней. Правда, здесь потрудиться надо: приходится отжимать сок из лапчатки гусиной и зелёной, едва ещё входящей в колос ржи. Оба сока смешивают в равных частях и принимают по 3-4 столовые ложки 3 раза в день. Зато спасён будет от операции жёлчный пузырь.

Лапчатка гусиная утоляет боль в желудке и способствует заживлению язвы желудка, лечит гастриты, энтероколиты, дизентерию. Отваром травы промывают труднозаживающие раны, гнойники, чирьи, фурункулы, другие кожные заболевания, вызванные нарушением обмена веществ, полощут горло при ангине, гингивите, язвенном стоматите.

Мне часто приходилось ломать голову, как избавить больного, особенно онкологического, от упорного асцита. И в целом ряде случаев выручал отвар травы лапчатки на молоке. Важно то, что это сильное мочегонное средство не раздражает почки.

АСЦИТ. Готовят отвар из расчёта 1 столовая ложка травы на стакан молока (предпочтительней козье молоко). Кипятить на слабом огне 5 минут. После процеживания пить по полстакана и даже по стакану в тёплом виде 2— 4 раза в день.

СУДОРОГИ В ИКРОНОЖНЫХ МЫШЦАХ. 3-4 столовые ложки травы вместе с корневищами залить 1 л воды, довести до кипения и варить 5 минут. После охлаждения процедить. (Для более крепкого отвара можно кипятить на слабом огне и 10 минут.) Выпить отвар за день в 3-4 приёма.

ВНУТРЕННИЕ КРОВОТЕЧЕНИЯ, БОЛЕЗНЕННЫЕ МЕН—СТРУАЦИИ. 3-4 столовые ложки сушёной травы залить 1 л кипятка, закрыть крышкой и настаивать 3-4 часа. Пить по 1 стакану 3 раза в день в течение 20-25 дней. При болезненных менструациях используют и семена лапчатки гусиной: 1 чайную ложку семян заливают стаканом воды, слегка кипятят 5 минут. Принимают по полстакана 2 раза в день — утром и вечером.

* * *

Противопоказаний к лапчатке гусиной пока выявлено немного. Пожалуй, стоит воздержаться от неё при сгущении крови, колитах с атоническими запорами. Быть осторожным при выведении камней из почек — крупные и подвижные камни могут вдруг застрять в мочеточнике. С осторожностью применять при гипертонических кризах.

171. ЛАПЧАТКА ПРЯМОСТОЯЧАЯ-КАЛГАН



Этот вид лапчатки не менее ценен, чем гусиная. Впрочем и сравнивать их не приходится, потому что действующие вещества и функции у них совсем разные. Раз уж из одного семейства — потому и лапчатка. А в семье даже родные братья и сёстры наделены различными талантами и характерами.

У калгана характер крутой. У него одних дубильных веществ более тридцати процентов. Это в корневищах, которые чаще всего используются в лечении целого ряда болезней. Заготавливают также стебли, листья и цветки — во время цветения.

Отвар и настойка корневищ в фитотерапии назначаются внутрь при поносах, энтеритах, энтероколитах, дизентерии, язвенных колитах с кровотечением из кишечника, при гастритах, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, как желчегонное средство при желтухе, холециститах, холангитах, острых и хронических гепатитах, циррозах печени, в том числе и в отечноасцитической стадии, при подагре, ревматизме, язвенном колите. Отвар корней — при нефрите.

Отвары употребляют при гиперменорее и маточных кровотечениях различного происхождения, при внутренних кровотечениях. При кольпитах, вагинитах, эрозиях шейки матки отвар используют для спринцевания.

В дерматологии лапчатка прямостоячая внутрь назначается при васкулитах, наружно — при экземе, нейродермите, трещинах кожи рук и ног. Отвар употребляют для примочек влажно высыхающими повязками (в охлаждённом виде) при мокнущей экземе, ожогах. В виде аппликаций отвар применяют при геморрое, экземе, ожогах, нейродермитах, трещинах

кожи, потливости ног. Порошком корня присыпают мокнущие раны, наружные кровотечения. Кроме того, отвар калгана используют при туберкулёзе лёгких, эмфиземе, малокровии, ахилии желудка, подагре, ревматизме.

Отвар травы калгана — антигельминтное средство, настой листьев эффективен при лихорадке. Из порошка корней готовят мазь от кожных заболеваний.

Вот сколько полезных свойств у лапчатки прямостоячей. В народе уверены, что если носить траву лапчатки на шее, получишь желаемое, станешь учёным и ни в чём не будешь иметь отказа.

Не все болезни я перечислил. Вот одна из них. АДЕНОМА ПРОСТАТЫ. Надо взять в равных по весу частях измельчённый корень калгана, корень солодки и корень крапивы. Смешать. Залить 100 г смеси 0,5 л водки, настоять в тёмном месте 1 месяц, периодически встряхивая. Процедить. Принимать настойку по 30 капель 3 раза в день до еды, запивая настоем листьев Melissa.

СТОМАТИТ. Залить 1 чайную ложку измельчённого корня 1 стаканом воды, сначала настоять 5 часов, потом прокипятить. Полоскать рот в течение дня.

ЭКЗЕМА МОКНУЩАЯ. Залить 3 столовые ложки корня 0,5 л воды, довести до кипения и кипятить 10 минут, настоять 4 часа, процедить. Делать примочки на поражённые места.

ЦИРРОЗ ПЕЧЕНИ. 25 г сухой измельчённой травы и 5 г корня калгана залить 600 мл кипятка, оставить на 30 минут на водяной бане, настоять 30 минут, процедить. Принимать в тёплом виде по 50-100 мл 3 раза в день за 2 часа до еды ежедневно в течение 1,5-2 месяцев и профилактически 2 раза в год в течение месяца весной и осенью (лечение цирроза печени после перенесённого инфекционного гепатита). Соблюдать диету, ограничить соль до 3-4 г и жидкости до 500-600 мл в сутки на время лечения.

* * *

Противопоказания во многом совпадают с лапчаткой гусиной: атонические запоры, высокие показатели протромбинового индекса, гипертония, так как может понизиться проницаемость капилляров и произойти сужение сосудов.

172. ЛЕВЗЕЯ САФЛОРОВИДНАЯ



Осенью в Саянах у маралов начался гон. Готовился к схватке с соперником и могучий красавец, известный в округе под кличкой Железное Копыто. Ещё никогда и никому не уступал он своих владений и оленух, а теперь предстоял ему бой с молодым и нахальным соперником. Железное Копыто понимал, что это, возможно, последний бой в его жизни. Ещё широка и крепка грудь, ещё гордо вскинута шея с роскошными на голове рогами, но возраст, увы, уже берет своё. Хватит ли сил? С наступлением вечера он нервно шевелил ноздрями, ловя малейшее дуновение ветра, внюхивался в него, не теряя надежды, и вдруг встрепенулся, уловив едва различимый знакомый запах, и рванулся в ту сторону. Безошибочно отыскал отцветший, почти увянувший стебель высокого растения с широкими резными листьями. Взырл копытами землю и, помогая себе зубами, выволок наружу корневище с целой щёткой волокнистых корней и смачно принялся жевать их. А к утру почувствовал, как тело наливается могучей силой.

Бой состоялся на рассвете, и молодой соперник был повержен, а стоявшая в стороне статная оленуха послушно пошла за Железным Копытом.

Какое же это было растение, давшее силу стареющему маралу? Официальное его название левзея, а в Саянах и на Алтае его просто называют «маралова трава». Спросите там у местных жителей про левзею сафлоровидную — только плечами пожмут, а назови «маралову траву» — тут же поймут и покажут.

Маралы не случайно выбрали для себя это удивительное растение. Препараты из него тонизируют центральную нервную систему при физическом переутомлении, подавленном состоянии и общей слабости, повышают аппетит и работоспособность, улучшают работу сердца и нормализуют артериальное давление. Максимальный терапевтический эффект наблюдается у больных, страдающих повышенной утомляемостью, плохим настроением, раздражительностью, головной болью, плохим сном, ослаблением половой активности, а также у больных с нарушениями функции вегетососудистой системы. В гинекологической практике препараты левзеи сафлоровидной назначаются при физической утомляемости, пониженной работоспособности, слабости и подавленности в климактерический период. Левзея используется при хроническом принятии алкоголя, в периоды после похмелья и состояния депрессии.

Препараты левзеи повышают работоспособность утомлённых скелетных мышц. Повидимому, это связано с увеличением (под влиянием левзеи) содержания в мышцах

гликогена, молочной кислоты, аденозинтрифосфорной кислоты и креатинфосфата.

В народе говорят, что маралий корень поднимает человека от четырнадцати болезней.

Корень в аптеках не продаётся. Можно приобрести лишь готовые настойки или другие препараты.

Я готовлю свою настойку: рыхло наполняю две трети банки порезанными корнями и доверху заливаю водкой. Настаиваю не меньше месяца. Часто использую при необходимости в комплексном лечении онкологических и нервных заболеваний.

Левзея противопоказана при гипертонии, так как может вызвать стойкое повышение артериального давления.

При повышенной возбудимости и невротических расстройствах к левзее следует относиться с осторожностью. Мною наблюдалась непереносимость даже малых доз настойки левзеи при болезнях, вызванных нейроинфекцией, постгриппозном энцефалите, при диэнцефальных кризах, энцефалопатии.

Плохо переносится левзея при вегетососудистой дистонии, а также при заболеваниях глазного дна.

173. ЛЁН ОБЫКНОВЕННЫЙ — ЛЬНЯНОЕ СЕМЯ

В народной медицине отваривают семена льна и пьют отвар, едят отваренные семена при язве желудка, гастрите, хронических катарах желудка, при бронхите (как отхаркивающее), от кашля, затруднённого дыхания, заболеваниях почек. Процеженный отвар пьют с молоком при туберкулёзе лёгких, едят семена при белокровии, применяют при поносе, употребляют для слизистого питья. Отвар семян рекомендуют для лечения ран и изъязвлений во рту (полоскание). Не зря ботаническое название льна переводится как «чрезвычайно полезный».

Существует множество рецептов от перечисленных мной болезней. Среди них не только использование семян, но и льняного масла в качестве лекарства. Льняное масло содержит минимальное количество холестерина и большое количество ненасыщенных жирных кислот, а при употреблении с пищей это повышает концентрацию фосфолипидов в крови.

Я нередко давал онкологическим больным после химиотерапии отвар семян льна. Лён не только снимает интоксикацию, но и положительно влияет на формулу крови.

Из множества рецептов я выбрал лишь несколько, которые могут пригодиться в повседневной жизни.

НЕФРИТ. 1 чайную ложку семян залить стаканом кипятка, дать ещё покипеть 2-3 минуты, настоять 1 час. Пить по 1-2 стакана каждые 2 часа в течение двух дней. Хорошее средство для очищения почек.

МОЧЕКАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ. 1 чайную ложку семян залить стаканом воды, прокипятить пару минут, дать остыть. Принимать по полстакана каждые 2 часа в течение 2 дней. Смесь можно разбавлять кипячёной водой. (Оба рецепта похожи друг на друга, хотя разница и существует. Но ведь и органы берутся одного плана).

ЗАПОР. 2 чайные ложки семян на 1 стакан воды, на слабом огне дать покипеть 10 минут. Перелить в бутылку и взбалтывать 5 минут, процедить. Выпить полстакана.

Или: 2 чайные ложки семян залить 1 стаканом холодной кипячёной воды, настоять 3 часа. Слизь выпить перед сном.

ОТЕКИ НОГ. 4 столовые ложки семян всыпать в 1 л воды, кипятить 10-15 минут. Настоять в тепле 1 час. Можно не процеживать. Для вкуса можно прибавить лимонного или фруктового сока. Пить по полстакана каждые 2 часа 6-8 раз в день. Лучше пить горячим. Результат скажется через 2-3 недели.

* * *

Каким бы ни был лён безобидным, нельзя забывать, что и у него имеются

противопоказания. Длительное применение льна, а особенно чрезмерное по количеству, может привести к отравлению. Препараты льна нельзя употреблять при усилении болей при холецистите. Противопоказан лён при острых нарушениях функции кишечника (неукротимый понос). Лён противопоказан при кератите (воспаление роговицы глаза).

174. ЛЕЩИНА-ЛЕСНОЙ ОРЕХ

Греки и римляне ветку лещины считали священной, она указывала на зарытые сокровища, помогала тушить пожар, останавливала огонь, устраняла многие болезни. Ветвями орешника оплетали в жилищах стены, потолки, чтобы предохранить от злых сил и быть здоровыми. А сам орех был символом жизни и бессмертия.

Лещина уходит в глубь истории ещё дальше. Скорлупу орешка находили среди остатков свайных построек не только железного, но и бронзового века. А до настоящего времени в научной медицине препараты лещины глубокого изучения и широкого применения не находили. Народ вёл и до сих пор ведёт свою медицину. Растёртые с водой орехи употребляют при кровохарканье, лёгочных болезнях, лихорадке, почечно-каменной и мочекаменной болезни (способствует растворению камней). Заготовленную весной кору применяли при малярии, плюску плодов — при поносе, а ореховое масло использовали как противоглистное средство для лечения аскаридоза, а также эпилепсии. Летучее масло, которое содержится в коре веточек лещины, способствует сужению расширенных стенок сосудов. Столетиями варикозное расширение вен лечили мелко резанной корой. А отвар листьев и молодых веток лещины прекрасно снимает припухлость век и покраснение кожи.

Воспользуемся некоторыми рецептами с использованием лещины.

АДЕНОМА ПРОСТАТЫ. 2 столовые ложки свежих (или 1 столовая ложка сухих) листьев лещины на стакан крутого кипятка. Закрыть крышкой, настоять до остывания, процедить. Принимать по полстакана 2 раза в день до еды. Курс — до излечения. В этих же целях прекрасно подходит кора, снятая с тонких веточек во время сокодвижения — тоже 1 столовая ложка сухой измельчённой коры на стакан кипятка, дать покипеть 3-4 минуты, 1 час настоять, процедить. Принимать по полстакана 2 раза в день или по 1/3 стакана 3 раза в день до еды или в промежутках между едой. Я даю это в комплексе настойкой листьев грушанки, настоем травы кипрея или других индивидуально подобранных трав и настоек и обязательно с каплями купены лекарственной и настоем; ой болиголова — без него справиться с аденомой трудно).

ТРОМБОФЛЕБИТ, ПЕРИФЛЕБИТ, ВАРИКОЗ, КАПИЛЛЯРНЫЕ ГЕМОМРАГИИ. 1 столовая ложка коры на 0,5 л кипятка, на слабом огне варить 10 минут, настоять 1 час, процедить. Пить по полстакана 4 раза в день до еды. (Я, наверное, повторяюсь, но все данные в книге рецепты у меня в одиночку идут редко, обязательно составляю хотя бы небольшой комплекс. Конечно, проще проглотить таблетку, когда заболит голова или желудок, чтобы на какое-то время снять боль, но совсем другое дело лечить ту же голову и желудок, чтобы они вообще перестали болеть.)

СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ. Здесь эффективен отвар коры или листьев лещины: 1 столовую ложку на 1 стакан кипятка, закрыть стакан крышкой и подержать в кипящей водяной бане 30 минут. Через час процедить, довести объём до исходного, добавив кипячёной воды. Пить по трети стакана 3 раза в день до еды.

ЖЕЛТУХА. До половины банки насыпать измельчённые сухие листья лещины, банку полностью залить сухим белым вином, выдержать в тёмном месте 1 неделю, периодически встряхивая, процедить, остаток отжать. Принимать по 50 мл 3 раза в день перед едой. Курс лечения 2-3 недели.

* * *

Настой листьев и коры повышает давление — это следует учесть гипертоникам.

Ядрышки орехов, являясь ценнейшим лекарством для профилактики и лечения атеросклероза, заболеваний сердечно-сосудистой системы и малокровия, могут спровоцировать обострение нейродермита и некоторых других кожных заболеваний. Не советую лакомиться орехами при псориазе — болезнь от них только усилится.

175. ЛИМОН

Скандинавские легенды упоминают «золотые яблоки бессмертия». Кому посчастливилось полакомиться ими, тот не знал в своей жизни болезней. Это говорилось о лимонах.

Да, народная медицина предлагает великое множество рецептов с использованием лимона для лечения разных заболеваний. Особенно в сочетании с чесноком, сырыми яйцами, луком, оливковым маслом, мёдом, коньяком. В числе болезней ревматизм, подагра, остеохондроз, желтуха, водянка, камни в почках, гипацидный гастрит, туберкулёз лёгких, радикулит, грибковые поражения кожи, ангина и т. д.

Употребление лимонов с черным чаем и мёдом предупреждает возникновение кашля. Наверное поэтому я не сажусь пить чай без лимона. Но, честно говоря, представить себе не могу, как можно, не морщась, разжевать и проглотить целую дольку — я уж не говорю о целом лимоне, а ведь некоторые лекарства одним лимоном не ограничиваются. Вот здесь, видимо, и кроются основные виды противопоказаний. Для начала рассмотрим несколько рецептов.

ДИАБЕТ. При сахарном: диабете рекомендуется употреблять по 1 стакану сока лимона в день — дробными порциями.

ГИПЕРТОНИЯ. Полезно съедать по поллимона с кожурой 3-4 раза в сутки.

ГИПОТОНИЯ. Сок 1 лимона смешать с 50 г поджаренного смолотого кофе и 0,5 кг мёда. Смесь принимать по 1 чайной ложке через 2 часа после еды.

ТЕМПЕРАТУРА. При высокой температуре растворить в стакане тёплой воды 1 столовую ложку сока лимона и поить больного. Если температура не спадает, протирать его водой, подкислённой лимоном. Можно в этой воде намочить носки и надеть, а поверх них — сухие шерстяные.

ГЕМОРРОЙ. Обострение хронического геморроя можно снять многократным питьём в течение дня (каждые 2 часа) лимонного сока по 2 столовые ложки на приём.

ИНФАРКТ МИОКАРДА. После инфаркта полезен напиток из лимона и настоя хвои (сосна, ель, пихта). Для этого очистить лимон от кожуры, измельчить, залить отваром из хвои и выпить залпом за 1 час до еды. Одна доза готовится из половины лимона. Принимать 4 раза в день.

МИГРЕНЬ. Полкилограмма лимонов с коркой, но без семян, 3-4 стакана натёртого хрена, 2, 5 стакана сахара и 1 л красного вина смешать и держать на водяной кипящей бане 1 час. После остывания процедить. Принимать по полстакана через 2 часа после еды.

ГЛИСТЫ. Насушить зерна лимона. Истолочь в порошок 2-3 зерна и принимать 3 раза в день за полчаса до еды, запивая тёплой водой. Или за час до еды натошак разжевать и съесть кожуру лимона.

АМЕНОРЕЯ, ОПУЩЕНИЕ МАТКИ, ПОСЛЕРОДОВОЕ ОЧИЩЕНИЕ. Измельчить скорлупу 5 сырых яиц, смешать с 2-3 мелко порезанными неочищенными лимонами (количество зависит от величины плода). Настаивать день. Затем добавить поллитра водки. Принимать по 50 мл 3 раза в день через 20 минут после еды. Пить 3-6 месяцев. Хорошо помогает также при опущении желудка и почек.

* * *

Лимон противопоказан при язве желудка и двенадцатиперстной кишки даже в покое — провоцирует обострение. Противопоказанием к лимону служит эрозивный и гиперацидный

гастрит, так как кислота способствует ещё большему повышению секреции желудочного сока. В лучшем случае замучает изжога, а в худшем — появятся сильные спастические боли и даже рвота. Противопоказан лимон при остром и хроническом панкреатите. Желательно исключить его при заболеваниях желчного пузыря и желчевыводящих протоков, болезнях печени и кишечника. Чрезмерное употребление лимонов может нанести вред даже здоровому человеку.

176. ЛИМОННИК КИТАЙСКИЙ

Ещё будучи подростком, живя в дальневосточной тайге, вместе с мальчишками из нанайского села я считал своим долгом съесть горсточку кисло-сладких жёлтеньких ягод лимонника — у нас это был своего рода обряд: якобы и сильным вырастешь, и выносливым, и лесные духи возьмут под своё покровительство, от зверя уберегут и заблудиться в тайге не дадут. Когда стал студентом, я уже иногда сознательно прибегал к помощи настойки лимонника, готовясь к экзаменам. А теперь посадил у себя в саду и даже первых ягод дождался.

Восточная медицина давно относится к лимоннику с большим уважением. Знатоки-целители исстари применяют сушёные плоды для укрепления организма и сердечной мышцы, снятия физической и умственной усталости, повышения остроты зрения, успешно лечат сахарный диабет и трофические язвы.

Тибетская медицина предлагает плоды и семена лимонника при туберкулёзе не только лёгких, но и глаз, почек и половой системы, а также для лечения бронхиальной астмы, особенно в период осеннего обострения и длящегося годами застарелого бронхита. В Китае лимонником лечат заболевания кишечника, желудка, печени и почек, назначают при половом бессилии.

Лимонник в самом деле оказывает стимулирующее и тонизирующее действие на центральную нервную систему, усиливает положительные рефлексy, повышает чувствительность глаз, тонизирует деятельность сердечно-сосудистой системы, при гипотонии повышает давление, возбуждает дыхание, способствует более быстрому восстановлению сил, сохранению работоспособности, усиливает остроту ночного зрения.

Экспериментально доказано, что в мышцах под влиянием препаратов лимонника увеличивается, а в печени уменьшается содержание гликогена, в мышцах уменьшается количество молочной кислоты, а в печени возрастает. Отвар ягод лимонника снижает содержание сахара в крови.

При всех перечисленных примерах спиртовую настойку семян лимонника принимают по 20-30 капель с водой натошак или через 4 часа после еды.

Сухие ягоды настаивают 1 столовую ложку в 1 стакане кипятка 2 часа, принимают по 2 столовые ложки натошак 4 раза в день. Последний приём за 4-5 часов до сна. А порошок семян лимонника можно принимать по 0,5 г до еды 2 раза в день.

* * *

Противопоказанием к использованию лимонника являются нервное возбуждение и перевозбуждение, бессонница, повышенное артериальное давление, органические заболевания сердечно-сосудистой системы. Непереносимость настойки лимонника иногда наблюдалась при вегетососудистой дистонии, арахноидите, арахноэнцефалите, но это мои сугубо личные выводы, сделанные на ряде конкретных примеров.

177. ЛИПА

О побочных проявлениях медоносного дерева, казалось бы, много не скажешь. Да и

какие противопоказания к нему могут быть?

В современной медицине настои и отвары цветков липы рекомендуют при простудных заболеваниях в качестве потогонного и жаропонижающего средства, а также для полоскания рта и горла, иногда настоем пьют при гастритах.

Народная медицина липовым цветом пользуется шире: при головной боли, пневмонии, ангине, бронхиальной астме, ревматизме, паротите, мочекаменной болезни, нефрите, при кровотечениях, бесплодии, неврозах, судорогах, эпилепсии. Свежие почки и листья употребляют при язвах на коже, мастите. Липовым дёгтем лечат экземы, фурункулы, язвы на коже, абсцессы, применяют с большим успехом при остеомиелите.

НАРУШЕНИЕ МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА. Если он сбивается с привычного ритма, непостоянен, болезнен, чай с цветками липы просто незаменим. Измельчённые цветы заваривают из расчёта 1 столовая ложка на стакан кипятка, настоять полчаса. Пить в тёплом виде весь стакан целиком утром или по полстакана 2 раза в день.

КЛИМАКС. Липа — одно из немногих растений, которое содержит фитогормоны, близкие к женским половым гормонам. Женщинам после 45 лет необходимо раз в полгода в течение месяца по утрам выпивать стакан липового чая: климакса они могут не бояться, он наступит значительно позже и будет безболезненным, без кровотечений.

ПРОСТАТИТ. Растереть в порошок обгоревшую головню липового дерева. Семь дней подряд делать из этого порошка напиток в виде кофе и пить его по утрам. Этот курс лечения проводить каждый месяц — до излечения.

* * *

Всё-таки и у липы выявлено (пока одно) противопоказание. Если чай из цветков пить постоянно, резко может снизиться зрение. Речь идёт не о том, что чай пьют ежедневно, а часто и продолжительное время. Тем более нельзя пить чай с цветками липы весь год.

178. ЛУК РЕПЧАТЫЙ

Лук — самый популярный и очень древний овощ. Более шести тысяч лет употребляют его и в пищу, и в лечебных целях. Обожеествляли лук древние египтяне. Ещё в пятом веке до нашей эры, по сообщению Геродота, на большой пирамиде Хеопса была надпись «За редьку, лук и чеснок, идущих в пищу рабам, заплачено 1600 талантов серебра». Огромная сумма по тем временам.

История доносит до нас и другие любопытные сведения. В эпоху крестовых походов французы выменивали у сарацинов пленных соотечественников по цене восемь луковиц за человека. А рыцари, закованные в стальные латы, носили луковицу на груди как талисман.

А вот древние греки лук считали пищей бедных — из-за стойкого резкого запаха. Самой презрительной была характеристика: от него несёт луком. К сожалению, подобные проблемы возникают и сейчас. Рекомендуем больному лечение луком, а он стыдится исходящего от него запаха.

А ведь какие только болезни не лечат луком! Я коснусь лишь нескольких рецептов, которые если и не удивят, но заставят задуматься.

ВОСПАЛЕНИЕ ПРИДАТКОВ. Большую луковицу залить 1 л воды и варить под крышкой, пока луковица не станет мягкой. Дать немного остыть и тёплым отваром спринцеваться. Достаточно сделать это 2-3 раза, и результат скажет сам за себя.

СНИЖЕНИЕ ЗРЕНИЯ. Нарезать лук, залить водой в соотношении 1:4, то есть на одну часть лука четыре части воды. Настоять сутки. Пить по полстакана 3 раза в день в течение недели. Потом делайте выводы.

СУСТАВНОЙ РЕВМАТИЗМ. Измельчить 3 крупные луковицы, залить 1 л воды, варить 15 минут, процедить. Дать остыть. Пить по 1 стакану один раз в день. От болезни не избавитесь, но облегчение почувствуете сразу.

СКЛЕРОЗ СОСУДОВ ГОЛОВНОГО МОЗГА (при старении). Прокрутить лук через мясорубку. Луковую кашу смешать пополам с мёдом. Принимать по 1 столовой ложке утром и вечером в течение 2 месяцев.

ИМПОТЕНЦИЯ. Семена лука истолочь, смешать пополам с мёдом, съедать по чайной ложке 3-4 раза в день.

ЭРОЗИЯ ШЕЙКИ МАТКИ. Ежедневно применять тампоны из свежеприготовленного сока лука. Кто-то, возможно, пользовался этим рецептом и не получил результата. Секрет вот в чём: сок не должен после приготовления стоять более 10 минут, после этого срока пропадает его лечебное свойство.

ГИПЕРТОНИЯ. Собрать перегородки от 30 грецких орехов, залить 0,5 л водки, настоять 15 дней, процедить. Выжать сок из 3 кг лука, сразу влить в него приготовленную настойку (не давайте луковому соку стоять больше 10 минут). Затем добавьте 500 г мёда, хорошо размешайте. Принимайте по 1 столовой ложке 2-3 раза в день. Очень хорошо помогает. Получите стойкий результат.

* * *

Противопоказаний к луковому лечению тоже немало. Вреден лук при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, любых острых заболеваниях желудочно-кишечного тракта, поджелудочной железы. Речь идёт не о луковице в виде приправы в супе, а о лечебном применении лука.

Противопоказан сырой лук при тяжёлых заболеваниях почек, печени. Необходимо ограничить его употребление при сердечно-сосудистых заболеваниях, декомпенсированном пороке сердца.

Противопоказано лечение луком (приём внутрь) при гломерулонефрите. Нельзя пользоваться им при бронхоспазмах.

Лук способствует образованию слизи и газов (при метеоризме исключить) — в отличие от чеснока, который препятствует образованию газов; Авиценна, отдавая дань целебным свойствам репчатого лука, тем не менее подметил: «Лук принадлежит к веществам, вызывающим головную боль, а злоупотребление им нагоняет сон. Лук одно из веществ, вредных для рассудка». И ещё у него говорится о луке-порее «Употребление порея в пищу вызывает головную боль и дурные сны. Порей вреден для зрения, вреден при изъязвлении мочевого пузыря и почек». Так что хотя и говорят в народе, мол, лук — от семи недуг, но и сам он может послужить причиной возникновения или обострения некоторых недугов.

179. ЛЬНЯНКА ОБЫКНОВЕННАЯ



Трава льнянки довольно-таки популярна в народной медицине. Особенно часто она используется для приготовления так называемой жабрейной мази от геморроя. Льнянка положительно проявляет себя как нежное послабляющее и желчегонное средство, регулирует функциональную деятельность желудочно-кишечного тракта. Применяют её при одышке, водянке, желтухе, головной боли, синдроме Менъера — головокружении, сопровождаемом рвотой, а также при ночном недержании мочи, диатезе, мочекаменной болезни, цистите, аскаридозе, начальных стадиях гипертрофии предстательной железы, наружно — при кожных высыпаниях, дерматитах, полипах, грибковых поражениях...

С большим доверием я отношусь к льнянке при лечении таких заболеваний, как миопатия, энцефалопатия, кардиопатия, атрофия мышц.

РАК РАЗЛИЧНОЙ ЛОКАЛИЗАЦИИ. Полторы чайные ложки травы залить 1 стаканом крутого кипятка, парить в кипящей водяной бане 15 минут, настаивать 45 минут. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день за 15— 20 минут до еды. Этот же настой использовать для обмываний и примочек при наружных опухолях.

БОЛЕЗНЬ МЕНЪЕРА. 1 столовую ложку травы на стакан кипятка, закрыть крышкой (это при любом настаивании трав), настоять 10 минут, процедить. После остывания принимать в тёплом виде по 125 мл (половина полного стакана) 2 раза в день, предпочтительно до еды.

МЫШЕЧНАЯ ДИСТРОФИЯ. 2 части (по объёму) сухой травы льнянки на 10 частей водки. Настоять 3 недели, периодически встряхивая для лучшего экстрагирования. Принимать по 30-40 капель 3 раза в день до еды при нормальном давлении. При гипертонии — по полной чайной ложке так же 3 раза в день до еды, запивая глотком воды.

ГИПОТОНИЯ. 50 г сухой травы залить 0,5 л водки, настоять 15 дней. (Я кладу 5 столовых ложек травы на 0,5 л водки.) Процедить. Принимать по 20-30 капель 3 раза в день до еды, запивая водой.

* * *

Льнянка вызывает отравление у животных, поэтому её относят к ядовитым растениям. В больших дозах применять не рекомендуется. Сведений о побочных проявлениях льнянки

нет, кроме того лишь, что она противопоказана при беременности. Можно добавить, что не следует пользоваться ею при диспепсии, гипертонии, заболеваниях сердца с пароксизмальной тахикардией и экстрасистолией.

180. ЛЮБИСТОК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ — ЗОРЯ ЛЕКАРСТВЕННАЯ

Очень популярное растение у всех славян (несмотря на то, что родина любистка — Ирак). Это одна из древнейших приворотных трав. У славян любисток зашивали в подвенечное платье, что гарантировало любовь и верность на всю долгую супружескую жизнь. Увести, отобрать чужого супруга нельзя. Тяжело будет болеть тот, кто посмеет это сделать. На Украине любовно называли растение «люби мене — не покинь».

И поныне обширен круг болезней, при которых применяется любисток. Используются корни (не моложе трёх лет), в некоторых случаях — листья и семена. Любистком лечат нервы, сердце, почки, суставы. Он улучшает аппетит, работу желудка и кишечника, уменьшает одышку. Назначают любисток при некоторых женских заболеваниях. Длительный приём настоя снижает возбудимость центральной нервной системы, способствует ликвидации малокровия.

Любисток неоднократно выручал меня при раке гортани, полости рта, ротоглотки, носовой перегородки. Пять лет назад попросили меня полечить мужчину с раком щеки, скрыв при этом настоящий диагноз — меланосаркому щеки (это выяснилось чуть позже, а сразу сказать диагноз побоялись, опасаясь, что откажусь). Меланома, как выражаются сами онкологи, «королева онкологии». Лечить её невероятно трудно, и прогноз неутешительный. А тут ещё примешалась саркома — одна из самых злокачественных опухолей. Ничего утешительного я не мог обещать, лишь сказал, постараюсь сделать все от меня зависящее. Кто-нибудь поймёт, что мне это стоило, сколько ломал голову, составляя специальные комплексы с применением десятков различных трав и настоек. Пришлось сочетать яды, когда с утра шёл болиголов, а днём борец синий по максимальной схеме, а наружно — примочки настоек борца большого. Конечно, свою лепту вносили противоопухолевый бальзам, сосновый мёд с цветками сосны, полоскания, среди которых полоскание любистком было, пожалуй, главным. Мой больной ухитрился попасть в аварию и ударился как раз правой боковой стороной. На этом месте начекарасти опухоль, которую вовремя удалил хирург. Пришлось пройти ему лучевую терапию (во время которой повредили слуховой нерв). Так что лечение затянулось ещё на два года. К счастью, мужчина оказался крепкий, не подверженный панике, терпеливый. Даже с долей некоторого любопытства: неужели с «этим» можно так долго жить? И в хорошем смысле упрямый: а я, мол, всё равно не сдамся, не имею права подвести людей, потративших столько сил на меня». Прежде всего жену, сделавшую для него всё возможное и невозможное. Врачей из онкодиспансера. В конце концов, и меня. И продолжает он жить полной жизнью, водит машину, следит за порядком в загородном коттедже, воспитывает внуков. Я не могу сказать, что он выздоровел, продолжает приезжать за травами, но на нынешнее лето у него планы большие.

Спасибо любистку. Он и внутрь его принимает, и делает полоскания, и даже кусочек другой корня жуёт. Привык, говорит, нравится.

РАК ГОРТАНИ, РОТОВОЙ ПОЛОСТИ. 1 чайную ложку корней залить 1 стаканом кипятка, в горячей водяной бане не кипятить, а греть 30 минут, 1 час настоять. Принимать по 1-2 столовые ложки 3 раза в день за полчаса до еды. Остальной отвар использовать для полосканий. За день желательно сделать не менее 2 стаканов.

ОТЕКИ СЕРДЕЧНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ. 1 столовую ложку сушёных листьев запарить полутора стаканами кипятка в термосе. Настоять 3 часа. Процедить, охладить. Пить по 1 столовой ложке 4-5 раз в день за 20 минут до еды. И пить приятно, и мочегонное хорошее.

ВЫПАДЕНИЕ ВОЛОС. 2 чайные ложки корня запарить в термосе стаканом кипятка. Настоять 5-7 часов (можно заварить на ночь или с утра). Процедить. Охладить. Втирать в

кожу головы на 2-3 часа, после чего помыть волосы желтком яйца, либо в горячей воде хлебом, но только не шампунем. Делать так 3-4 раза в неделю — это один из действенных рецептов для роста волос при преждевременном выпадении.

ПОВЫШЕНИЕ ПОЛОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ. Всего 2 чайные ложки корня залить 0,5 л водки, настаивать сентябрь, октябрь. (Лучше использовать свежие корни.) Для увеличения потенции надо пить ежедневно по 1 десертной ложке после 19 часов.

БЕЛИ. Столовую ложку мелко наструганного корня залить стаканом кипятка, настоять 1 час. Пить по полстакана 3 раза в день через 20-30 минут после приёма пищи. Эффект от лечения заметно выше при сочетании со спринцеванием отвара из корня любистка. В этих случаях, естественно, для заваривания нужно не меньше литра кипятка.

* * *

Необходимо помнить, что перед цветением корень любистка становится ядовитым и непригоден для лечения. Любисток советуют не кипятить — якобы теряет целебную силу. Любисток противопоказан при гломерулонефрите (оказывают вред эфирные масла). Нельзя пользоваться любистком при маточных кровотечениях, обильных менструациях. Его препараты вызывают прилив крови к органам малого таза, поэтому противопоказаны при беременности, геморрое.

Нежелательно пользоваться любистком при отсутствии аппетита.

181. МАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

Малина издавна пользовалась доброй славой «домашнего лекаря». Ничто так не помогало от простуды, как горячий чай с сушёной малиной или малиновым вареньем. Лечебное действие малины как жаропонижающего и потогонного средства признано и современной официальной медициной.

Одним из основных свойств малины является способность лечить заболевания сердечно-сосудистой системы. Прежде всего это — укрепление стенок кровеносных сосудов.

Для тех, кто перенёс инфаркт или инсульт, неважно какой — макро или микро-, а также для тех, у кого в роду есть перенёсшие эти заболевания, настоятельно советую использовать сезон, когда созревают ягоды. Рекомендую съесть её столько, чтобы «глаза на неё больше не глядели». Кстати, этой сочной ягодой можно снизить высокие цифры артериального давления. Результаты снижения — стойкие и длительные.

Народная медицина хорошо и давно использует два свойства малины. Первое — противовоспалительное. Привоспалении век, глаз, высыпаниях на коже в виде угрей необходимо промывать лицо малиновой водой — настоять ягоды в воде. Второе свойство, известное столетиями — против хмеля и затяжного пьянства пить малиновую воду. Один-полтора литра настоя малины снимут похмелье.

В ягоде много пектиновых веществ, витаминов, а также микроэлементов: калия, кальция, магния, фосфора, железа, меди. Для малины характерно большое содержание пуринов, особенно в сушёных ягодах. Пурины обычно противопоказаны при подагре, мочекишечной диатезе, иначе говоря, людям с нарушением обмена мочевой кислоты. Однако специальные исследования показали, что ломтик ливерной колбасы или кусочек печени дают пуринов в несколько раз больше, чем килограмм ягод малины.

В лечебных целях используют не только ягоды, но и цветки, листья, корни малины.

АЛЛЕРГИЯ. 1 столовую ложку сухих цветков малины залить 100 мл кипятка, настоять 1 час. Процедить перед употреблением, принимая по 1 столовой ложке 3 раза в день.

ОТИТ ГНОЙНЫЙ. Осенние корни малины мелко нарезать. Залить 2-3 столовые ложки 1 л воды комнатной температуры и настаивать 12 часов. Пить по полстакана 2 раза в день в течение месяца. За это время зарубцовываются даже старые раны в барабанных перепонках.

КРОВОТЕЧЕНИЯ ГЕМОРРОИДАЛЬНЫЕ, НОСОВЫЕ. 1 столовую ложку корней

берут на стакан воды. Кипятить 10 минут, настоять 1 час. Перед употреблением процедить. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день после еды.

АСТМА. 1 столовую ложку корней лесной малины залить 250 мл воды, томить на слабом огне 10 минут, настоять до остывания. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день в промежутках между едой. Испытанное средство.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ВЫКИДЫША. 4 чайные ложки сухих листьев малины заварить в 2 стаканах кипятка, настоять и пить по полстакана 3-4 раза в день. Такой же настой полезен при тошноте беременных, снимает послеродовые боли, увеличивает лактацию у кормящих матерей, а также оказывает положительное действие при предменструальном синдроме.

* * *

Не следует пользоваться малиной при нефрите, гломерулонефрите и оксалурии, почечно-каменной болезни с образованием оксалатных камней. Не рекомендуют малину при обострении гастритов, язвы желудка и двенадцатиперстной кишки. Нельзя употреблять малину при амилоидозе (поражении печени, почек, селезёнки и других органов, вызываемых крахмалоподобным веществом — амилоидом). Не рекомендуют малину при подагре, полиартрите, остеохондрозе.

У некоторых людей обнаруживается индивидуальная непереносимость: начинает чесаться кожа, возникает головокружение. Авиценна отзывался о малине так: «Злоупотребление плодами вызывает головную боль».

182. МАНЖЕТКА ОБЫКНОВЕННАЯ



Существует множество видов манжеток, но по внешности они зачастую почти не различаются и обладают практически одинаковым лечебным действием.

Манжетка считается «женской» травой, так как содержит в себе необходимые слабому полу фитогормоны. Траву я нередко включал в лечебные комплексы при лечении болезней матки, яичников, придатков, мастопатии. У кормящих матерей манжетка увеличивает выработку молока.

Народная медицина успешно пользуется манжеткой при бронхитах с трудноотделяемой мокротой, при бронхиальной астме и туберкулёзе. Опытные травники применяют её при заболеваниях спинного мозга.

Трава манжетки полезна при несварении желудка, вздутиях кишечника и его вялой перистальтике. Мне удавалось получать хорошие результаты при лечении поджелудочной железы. Манжетка эффективна при незапущенных формах сахарного диабета. Иногда удаётся с её помощью избавить больного от водянки животаасцита.

Настой травы эффективен при лечении внутренних кровотечений, при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при воспалении тонкой и толстой кишок. Манжетка результативна при лечении воспалительных заболеваний слизистой оболочки мочевого, желчного пузыря, а также желчевыводящих протоков печени.

В европейской народной медицине манжетка находит применение при лихорадочных состояниях, при подагре и ревматизме, а также при эпилепсии, ожирении, кожных заболеваниях — это помимо того, что было перечислено выше.

Сок травы и настой листьев применяют наружно при опухолях, ранах, заболеваниях глаз.

БЕЛИ, РАССТРОЙСТВО МЕНСТРУАЦИЙ С СИЛЬНЫМИ КРОВОТЕЧЕНИЯМИ, БОЛИ В ОБЛАСТИ МАЛОГО ТАЗА, РОДОВСПОМОГАТЕЛЬНОЕ. 2 чайные ложки сушёной травы залить стаканом крутого кипятка, настоять 4 часа, процедить. Принимать по четверти стакана 2-4 раза в день до еды. При белях использовать в виде горячих спринцеваний.

ЖЕНСКОЕ БЕСПЛОДИЕ. Смешать в равных Частях сухую измельчённую траву манжетки и горца перечного — водяного перца. К 2 столовым ложкам смеси добавить 1 чайную ложку коры корицы и 3 горошины чёрного перца. Залить 0,5 л воды и варить 5 минут. Пить вместо воды.

ЭРГОТИЗМ. Листья манжетки исключительно ценны при лечении эрготизма (отравление, возникающее в результате употребления ржаного хлеба, заражённого грибом спорыньи: возникает гангрена пальцев кистей и стоп, тошнота, рвота, сильная головная боль). Лечит настойка: 50 г сухих листьев залить 0,7 л красного сухого вина, настоять 2 недели, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды.

ТУБЕРКУЛЁЗ — ЗАЖИВЛЕНИЕ КАВЕРН. Надо 100 г сухой травы залить 1 л вина типа «кагор», настоять в тёмном месте 3 недели, процедить. Принимать по 50 мл 3 раза в день за полчаса до еды.

ДИСБАКТЕРИОЗ. 2 столовые ложки травы залить стаканом кипятка, настоять 4 часа, процедить. Пить 3-4 раза перед едой, взрослым — по 1/4-1/2 стакана, детям — по 1-2 столовые ложки. Курс 1-2 месяца.

ПРИВОРОТ. Можно верить этому или не верить, но в народе твёрдо убеждены, что манжетка — приворотное растение. Если муж «забывает» о своих обязанностях или появилась соперница, то тут же надо нарвать молоденьких листочков манжетки, на минуту обдать их горячей водой, охладить и крошить, добавляя в салаты, овощные блюда, винегрет.

* * *

Серьёзных противопоказаний к манжетке не выявлено, разве что при появлении жидкого стула лечение манжеткой надо прекратить.

183. МАРЕНА КРАСИЛЬНАЯ

Об этом растении надо бы сказать хоть несколько похвальных слов. Его корень славится эффективным действием при желчно-каменной и мочекаменной болезнях. Экстракт корня марены входит в состав комплексного препарата цистенал. Но больные чаще всего

стараятся использовать сам корень. Наибольший эффект проявляется при камнях, состоящих из фосфорно-кислых солей магния и кальция. Марена разрыхляет и разрушает эти фосфатные и оксалатные камни почек и мочевого пузыря. Усиливает сокращение почечных лоханок и мочеточников, что способствует безболезненному выведению камня, песка.

ЖЕЛЧНО-КАМЕННАЯ, МОЧЕКАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ. 6 г перемолотого корня залить 250 мл воды, кипятить 5-7 минут, настоять 30 минут, процедить. Принимать по четверти стакана 3 раза в день до еды (до этого месяца два попить отвар корней шиповника). Моча под влиянием марены окрашивается в красный цвет, но через день обычный цвет восстанавливается. Делают и так: принимают порошок корня по 1 г 3 раза в день, запивая 50-100 мл воды.

ДИСМЕНОРЕЯ (болезненные менструации). Принимают порошок корня 1-5 г 3 раза в день, запивая небольшим количеством воды.

* * *

Марена красильная противопоказана при гломерулонефрите, выраженной почечной недостаточности. Нельзя применять при язвенной болезни желудка. При повышенной кислотности желудочного сока противопоказана, так как сама повышает кислотность. Лучше всего принимать её препараты через 40-50 минут после еды, чтобы не раздражать кишечник.

184. МАТЬ-И-МАЧЕХА

Нет, наверное, более популярного растения, чем мати-мачеха, при заболеваниях дыхательных путей: к ней обращаются при простудном кашле, ларингите, фарингите, бронхите, пневмонии. Мати-мачехой лечат бронхиальную астму, туберкулёз, абсцесс лёгких и даже гангрену лёгких. Кроме того, применяют её при гастритах, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, заболеваниях печени, почек и мочевого пузыря, при диатезе у детей. Кашица из свежих листьев эффективна при груднице, воспалении вен, рожистых воспалениях. Мати-мачехой я заживлял глубокие гнойные раны, грозящие гангреной, а также трофические язвы.

Не так давно высказывалось мнение, что применение мати-мачехи противопоказано при раке. Никаких убедительных доказательств не приводилось, в то время как многочисленные конкретные примеры свидетельствуют о положительном действии лекарств из свежих листьев при раке лёгких и желудка.

ТУБЕРКУЛЁЗ. Сок из листьев смешать с сахарной пудрой из расчёта 2 стакана сока и стакан сахара. Хранить в прохладном тёмном месте. Принимать по 1 столовой ложке 4-5 раз в день. Желательно лечение вести в комплексе с другими средствами.

ОПОЯСЫВАЮЩИЙ ЛИШАЙ. Большое облегчение приносят компрессы из кашицы листьев. Держать, утеплив, 20-30 минут, делать 2-3 раза в день.

ИММУНИТЕТ. Для повышения иммунитета пить сок листьев по 1-2 столовые ложки до 4-6 раз в день в течение 7-10 дней несколько сезонов подряд (лучше всего в июне).

ВОСПАЛЕНИЕ ПРИДАТКОВ. Смешать поровну измельчённые листья мати-мачехи и донника жёлтого. 1 столовую ложку смеси залить стаканом кипятка. Дать покипеть 1-2 минуты. 1 час настоять. Процедить. Принимать по 3-4 столовые ложки 5 раз в день. Курс 2-3 недели. На этот период рекомендуется воздержание от половой жизни.

РОЖА. Прикладывать к воспалённому месту свежие листья. Ещё лучше сухие листья истолочь в порошок и присыпать поражённые места, а внутрь принимать настой: 10 г листьев на стакан кипятка, настоять до остывания и пить по чайной ложке 3-4 раза в день до еды.

* * *

Побочные проявления мать-и-мачехи ощутимые: лихорадка, тошнота, потеря аппетита, диарея, боли в животе. Внезапно может возникнуть желтуха.

Препараты мать-и-мачехи не советую принимать долго. Не давать детям до 2 лет. Среди противопоказаний есть и такие: при любых заболеваниях, даже в качестве отхаркивающего средства, не принимать беременным и кормящим матерям, и людям, страдающим алкоголизмом и заболеваниями печени.

185. МЕДУНИЦА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

В народной медицине медуница считается одним из лучших средств при детском туберкулёзе. Медуницей в народе лечат бронхиты, фарингиты, бронхиальную астму, пневмонию, воспаление почек, геморрой, воспалительные женские заболевания, а также пьют настой травы при экземе, псориазе, витилиго, красном плоском лишае, фурункулёзе, вирусных заболеваниях кожи, коллагенозах, васкулите.

Медуница стимулирует функцию желез внутренней секреции, нормализует иммунитет, повышает защитные свойства организма. Трава содержит богатейший комплекс микроэлементов, усиливающих образование крови.

Здесь я не даю, как обычно, рецепты от разных болезней, так как способ приготовления настоя практически сводится к одному: столовая ложка травы на стакан кипятка. А вот свежесобранную траву советую съедать в виде салатов, особенно при гипофункции щитовидной железы. Засушенную траву я уважаю и зимой использую при необходимости, но самым ценным считаю сок медуницы. Приходится его спиртовать один к одному с водкой, оберегая от закисания, зато именно сок выручает людей, обращающихся ко мне за помощью при онкозаболеваниях, лейкозах, болезнях щитовидной железы, анемии, некоторых лёгочных и других воспалительных заболеваниях.

* * *

Противопоказаний почти не имеет, хотя может вызвать тошноту, если принимать крепкий настой натошак. При атонии кишок с упорными запорами не стоит пользоваться медуницей длительно.

186. МЕЛИССА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

Препараты из листьев Melissa ценятся прежде всего как эффективное седативное средство. При сердечных заболеваниях исчезает одышка, прекращаются приступы тахикардии, исчезают боли в области сердца. Melissa особенно полезна больным пожилого возраста. В народе её применяют при депрессии, мигрени, атеросклерозе, головокружении, при шуме в ушах, бессоннице, вегетативных неврозах, тахикардии, при спазмах в желудке и кишечнике, нарушениях пищеварения, плохом аппетите, хронических запорах и метеоризме, при гинекологических заболеваниях, болезненных менструациях, при повышенной половой возбудимости.

АСТМА. 4 столовые ложки листьев и цветков Melissa залить 2 стаканами кипятка, настоять 4 часа. Пить по полстакана 3 раза в день до еды. Принимать, пока не надоест. Затем заменить лечение другими средствами и вернуться к Melissa через полтора-два месяца.

СТЕНОКАРДИЯ. Чайную ложку травы заварить в стакане кипятка, настоять 1,5 часа. Принимать по полстакана 2 раза в день в виде поддержки не в самые острые периоды заболевания.

ЭМФИЗЕМА ЛЁГКИХ. 50 г травы Melissa и 20 г сухих соцветий сивца лугового (можно приобрести у травников) на 1 л сухого белого вина. Настаивать сутки. Пить по полстакана 2 раза в день, а также при приступах.

* * *

Побочных проявлений у мелиссы немного. Излишнее увлечение ею может вызвать жжение при мочеиспускании, головную боль. Не показана мелисса при очень низком кровяном давлении. Не следует принимать настой мелиссы при брадикардии, когда частота пульса меньше шестидесяти ударов в минуту.

187. МОЖЖЕВЕЛЬНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Можжевёловые ягоды находят широкое применение при заболеваниях печени, желудка, хронических воспалениях почек и мочевого пузыря, а также при хронических бронхитах, бронхоэктазах, других заболеваниях лёгких с обильной гнойной мокротой. Можжевельник полезен при высоком содержании белка в моче, при образовании камней в печени, при сердечных отёках, при вздутии живота. Эфирное масло, получаемое из плодов, втирают в онемевшие места при параличе, в суставы при подагре, ревматизме, полиартритах. Отваром хвои можжевельника спринцуются при трихомонадном кольпите, а отвар коры пьют при половом бессилии. Отвар веток иногда используется в борьбе с водянкой.

ВОСПАЛЕНИЕ ПРИДАТКОВ. При воспалении, болях в народе советуют жевать свежие ягоды можжевельника, начиная с 4 ягод в день, увеличивая их приём по яголке до 1/3-ти, затем обратно уменьшая до 4-х. Это самый эффективный метод лечения. При необходимости для спринцевания готовят отвар из ягод можжевельника (из расчёта 1 столовая ложка ягод на 0,5 л воды).

РАК ЖЕЛУДКА, КИШЕЧНИКА. 1 столовая ложка ягод на 1 стакан холодной кипячёной воды, настоять 2 часа, временами помешивая. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день за 15-20 минут до еды.

МОЧЕВОЙ ПУЗЫРЬ (хроническое воспаление, выделение в моче белка). **ВОДЯНКА.** Столовую ложку ягод залить 1 стаканом кипятка, поставить в кипящую водяную баню, парить 30 минут. Остудить. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день за полчаса до еды.

ПСОРИАЗ. 2 чайные ложки измельчённых ягод залить 2 стаканами кипятка, настоять до остывания, процедить, добавить сахар и на водяной кипящей бане варить до состояния сиропа. И принимать по 1 чайной ложке 3 раза в день. (Думаю, это можно рассматривать как составную часть комплексного лечения.)

ГЕРПЕС. Перемолоть в кофемолке 2 столовые ложки сухих ягод, залить на уровне порошка небольшим количеством водки, настоять 2 недели. При первых признаках назревания герпеса смазывать его 2-3 раза в день.

ДЕРМАТИТ. При кожном заболевании измельчить 200 г веток, залить холодной водой на 2 часа, затем прокипятить на малом огне 20 минут, процедить и влить в ванну. Принимать 20 минут через день, в течение 10 дней.

АРТРАЛГИИ, МИАЛГИИ. 15 г ягод настоять в 100 мл водки пару недель и использовать для растираний. (Когда болезни ревматоидного характера.)

АСТЕНИЯ, ЦЕРЕБРАСТЕНИЯ, ДИЭНЦЕФАЛЬНЫЕ ПАРОКСИЗМЫ, ИШЕМИЯ МОЗГА. 1 столовую ложку ягод залить 200 мл кипячёной воды комнатной температуры, настоять 8-10 часов, принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в сутки в течение 1,5-2 месяцев.

СЕРДЕЧНАЯ БОЛЬ. Для снятия боли в области сердца съесть, хорошо разжевав, 10 ягод — и через 15-20 минут боль проходит.

* * *

При сборе шишкоягод можжевельника ни в коем случае нельзя допускать примеси ягод можжевельника казацкого — они сильно ядовиты и внутрь не назначаются.

Выявлено практикой, что плоды можжевельника обыкновенного при длительном

употреблении и в неумеренных дозах раздражают почечную паренхиму, могут вызвать гематурию — кровотечение. Противопоказан можжевельник при остром гломерулонефрите, острых нефритах, нефрозонефритах. Не рекомендуется он при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, острых гастритах и колитах. Противопоказан можжевельник при беременности. Не рекомендуется при водянке. Нельзя назначать на длительный срок — свыше 1,5-2 месяцев.

188. МОЛОЧАЙ БОЛОТНЫЙ

Вот и мост через реку Дёму. Дальше дорога ведёт к едва виднеющейся вдали деревне Кара-Якупово, оттуда и до посёлка Чишмы недалеко, но сразу после моста по еле заметной грунтовой дороге машина съезжает в сторону обширных, богатых разнотравьем заливных чишминских лугов. Летом здесь раздолье, но сейчас, в октябре, пожухшие луга мало чем привлекательны, веет печалью увядания. Вокруг ни души. Однако именно здесь находится предмет моего вожделения. Оглядываясь по сторонам и ещё издали вижу пучки сильно ветвистых стеблей красновато-сизого цвета, уже голые, с облетевшими листьями. Это он и есть, молочай болотный. Растение довольно редкое. Ещё в советские времена молочай болотный был включён в список редких исчезающих видов растений северо-запада европейской части России.

Сегодня я приехал брать его корень. Настойку высушенных корней молочая болотного я использую наружно при воспалительных заболеваниях головного мозга, различных опухолях, в том числе и злокачественных, при энцефалопатии, миопатии и целом ряде других трудноизлечимых заболеваний. Лет пятнадцать назад именно благодаря этому молочаю мне удалось вылечить девочку из Узбекистана от туберкулёза лимфатических узлов. Прошло уже восемь лет, как лечил подростка из Пензы от рака червя мозжечка — в том случае тоже пригодился молочай болотный.

Корень настаивается на водке, обладает сильной жгучестью. Перед смазыванием настойкой кожа во избежание ожога обрабатывается растительным маслом, настоянным на свежих цветках вероники лекарственной или на цветках зверобоя. Использовал я и отвар высушенного корня: всего 2 г на стакан воды или по 1 г порошка 3 раза в день после еды, запивая водой. Других рецептов я не даю, так как молочай болотный жгуч и ядовит. Химический состав не изучен. Многие травники стараются не иметь с ним дело — не хватает знаний. Вообще с любыми молочаями надо быть очень осторожным.

189. МОЛОЧАЙ ПАЛЛАСА

Основное место его обитания — Восточная Сибирь, Монголия, Китай. Вполне возможно, что встретить его можно и в других местах. Не исключаю и наш Башкортостан. Ведь сколько других обитателей Сибири и Дальнего Востока неожиданно встречаешь, хотя бы единично, в наших горах, таёжных лесах, степях и в лесостепи. Иногда, натужно выкапывая мощные, толщиной с руку, корни молочая болотного, невольно закрадывается мысль: а не молочай ли Палласа это? И высотой, и толщиной стеблей, и мощными ветвистыми корнями, и листьями как две капли похож! Я ведь не ботаник, не флорист, могу и перепутать очень схожие растения. Тем более что в данном случае и применение практически одинаковое.

Прозвище у молочая Палласа — «мужик-корень». Действительно, ни у одного другого молочая нет такого могучего корня. Семь потов сойдёт, покуда его выворишь из земли.

Сибирские целители лечат его корнем рак желудка и злокачественные опухоли. В нём действительно обнаружены лактоны с антибактериальной и противоопухолевой активностью. Тибетская медицина считает, что молочай Палласа эффективен при лечении нарывов, опухолей, сибирской язвы. В китайской медицине корни используются для лечения туберкулёза лимфатических узлов, туберкулёза костей и суставов. Концентрированный отвар

в виде масляной жидкости используют для растираний при лечении туберкулёза кожи.

Молочай Палласа ядовит. При раке различной локализации делают отвар: 5 г корня на 0,5 л воды, кипятить 15 минут, настоять 2 часа, пить по столовой ложке 2-3 раза в день перед едой. Или принимать порошок по 0,025 г 2 раза в день (по рецепту сибирского целителя В. В. Телятьева).

190. МОРДОВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Во время цветения он своеобразно красив: представьте себе высокий стебель с розеткой колючих листьев внизу, а сам почти что голый и на макушке сиренево-синий шар, крупный, слегка щетинистый от плотно прижатых друг к другу трубчатых цветков. Зато в сентябре мордовник теряет свою красоту и привлекательность. Особенно среди бурьяна стоит серый, сирый. Возьмёшь в руки ещё больше ошетинившийся блеклый шар, и он тотчас рассыпается в ладони десятками отдельных семян, похожих на зерна овса.

Сведения о мордовнике очень скудные. Из химического состава говорится только об алкалоиде эхинопсине. А растение, на мой взгляд, очень ценное при таких заболеваниях, как периферические параличи, парезы, плекситы, радикулиты при воспалённом нерве, полиомиелите. Применяют его при лечении хронического лучевого воздействия. Я же наблюдал положительное действие семян мордовника при миастении, энцефалопатии, мышечной атрофии, рассеянном склерозе.

Ещё в самом начале работы с мордовником я очищал семечки от шелухи — это когда готовил специальную настойку от гипотонии и миастении. Сейчас использую семена в неочищенном виде, увеличив только их количество: половину банки наполняю семенами и доверху заливаю водкой. Настаиваю не меньше месяца. Назначаю каплями от 10 до 20-25 на ложке воды 2-3 раза в день — в зависимости от заболевания.

Несколько лет назад вылечился довольно молодой мужчина от энцефалопатии. У него непроизвольно закрывались веки, он не мог удержать их открытыми более 15-20 секунд. Потребовалось несколько месяцев лечения (вместе с сопутствующими заболеваниями). При рассеянном склерозе необходимо принимать каплями не только внутрь, но и ежедневно смазывать весь позвоночник — до копчика.

* * *

В малых дозах настойка мордовника повышает, а в больших — снижает артериальное давление. Лично я предпочитаю не назначать мордовник при гипертонии, так как большие дозы могут вызвать судороги.

Противопоказан мордовник при беременности.

191. МОРКОВЬ ДИКАЯ

В годы войны, бывая летом в деревне, я с мальчишками охотился за съедобными травами, особенно за саранкой — лилией кудреватой со сладкими сочными клубнями, не проходили мимо дикой моркови. Издали увидишь её зонтик, бежишь, выдернешь из земли, оботрёшь о траву и жуёшь, глотая терпкий, сладковато-жгучий морковный сок. Все луга в округе оббежишь. Глядишь, чувство голода и притупится.

Это теперь я знаю, что сок дикой моркови используют внутрь и наружно при раке. Теперь уже мне известно, что все растение отваривают и пьют настой при заболеваниях печени, желтухе, обмороках, корнеплоды едят при гастритах, сок травы пьют от запоров, тертой морковью обкладывают опухоли. При желтухе и холецистите успешно действует отвар семян.

РАКОВАЯ ЯЗВА. Свежие измельчённые листья дикой моркови постоянно прикладывать к гниющей раковой язве, которая распадается. Полезно промывать эти язвы

соком и отваром из листьев.

РАК КОЖИ. Делать как можно чаще примочки из сока дикой моркови. Одновременно принимать этот сок внутрь по 1 чайной ложке 3-4 раза в день.

ПОЧЕЧНО-КАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ. 1 столовую ложку семян залить стаканом кипятка. Настаивать всю ночь. Утром подогреть и пить горячим по 1 стакану 3 раза в день. Камни растворяются и выйдут песком.

* * *

При пиелонефрите препараты из семян моркови противопоказаны, так как могут вызвать обострение болезни.

192. МОРКОВЬ КУЛЬТУРНАЯ

Морковь в лечебном питании и вообще в лекарственных целях играет огромную роль.

На Руси морковь всегда использовали «когда бьёт в головушку» (снижение высокого давления) и «улучшении крови при слабости вообще и особенно женской» (анемия, климактерические кровотечения). Бабки-ведуньи в сёлах готовили «лечебный напиток» для женщин, потерявших интерес к интимной жизни, и для мужчин, когда они испытывали «сбой». Сок моркови, свёклы, редьки в равных частях сливали в тёмную четырёхугольную (не круглую) бутыл, закатывали её в тесто и томили в печи несколько часов. Это сегодня мы знаем, что морковь чрезвычайно богата каротином и образующимся из него витамином А. Благодаря каротину морковь способствует хорошему росту детей. С высоким содержанием каротина в моркови связано состояние нашего зрения. Однако морковь — это не только «копилка» каротина. В ней содержится чуть ли не весь витаминный алфавит, немалую роль играют пантотиевая и никотиновая кислоты, различные микроэлементы. Пектины и клетчатка моркови стимулируют работу желудка и кишечника, поглощают многие нежелательные, а то и просто ядовитые вещества, «вылавливают» и желчные кислоты, снижая тем самым уровень холестерина в крови, оздоравливая сосуды и сердце.

Не стану заниматься пропагандой всех полезных свойств моркови, многие знают это и без меня. Напомню лишь некоторые рецепты, которые могут пригодиться.

ИНФАРКТ МИОКАРДА. Сразу после заболевания принимать 2 раза в день по полстакана свежеприготовленного сока с 1 чайной ложкой растительного масла. Немного позже пить вместо чая слабokonцентрированный настой плодов боярышника.

СТЕНОКАРДИЯ. 1 столовую ложку семян моркови на 1 стакан воды, довести до кипения и дать слегка покипеть 1 минуту. Настоять 2 часа. Принимать по 3 столовые ложки 3 раза в день.

ВАРИКОЗНОЕ РАСШИРЕНИЕ ВЕН. 2 столовые ложки сухой ботвы моркови залить 0,5 л кипятка, закрыть крышкой и настоять 8-10 часов. Пить в тёплом виде по трети стакана 4-5 раз в день за 20 минут до еды на протяжении 1-2 месяцев.

МОЛОЧНИЦА. При молочнице у детей почаще смазывать рот смесью морковного сока с мёдом.

БРОНХИТ, ЛАРИНГИТ. В стакане свежего сока размешать 2-3 чайные ложки мёда. Принимать по 1 столовой ложке 4-5 раз в день.

РАК ЖЕЛУДКА, ГОРТАНИ. Пить хотя бы по полстакана 4-5 раз в день смесь морковного сока с молоком и мёдом. Это не просто дополнительное средство, поддерживающее силы организма, но и действенное лекарство.

РАК МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ. Я уже не раз писал об этом: при раке молочной железы, если по какой-либо причине не удалось сделать операцию, начать прежде всего прикладывать к опухоли свежескобленную морковь и делать это ежедневно, меняя почаще, пока морковь не начнёт «выедать» продукты распада опухоли. И в том, что человека можно спасти, я могу теперь говорить уверенно.

Было несколько таких случаев, но самый яркий пример с Юлей О. Когда в октябре 2002 года муж привёл её ко мне с последней стадией рака левой молочной железы в степени распада опухоли и с метастазами, я ужаснулся: как же так, почему вовремя не сделали операцию? Легкомыслие молодости? Но женщине уже 41 год (хотя выглядела она лет на десять моложе, была свежа и очаровательна). И обратилась она в онкодиспансер всего три месяца назад. Там ей удалили яичники, провели один курс химиотерапии, не стали скрывать серьёзности положения. В выписке отмечено: «На фоне гнойно-некротических масс комплексы клеток железисто-солидного рака». Из сопутствующих заболеваний — нейроциркуляторная дистония. Конечно, впервые попав в больницу и насмотревшись там всего, Юля, как умная женщина, поняла, что шансы её равны нулю, лучше уж на все махнуть рукой и попробовать справиться с болезнью своими силами, с помощью народной медицины. Обо мне она была наслышана (оказывается, года два тому назад с моей помощью вылечилась от рака яичников её знакомая). И полностью доверилась мне, хотя ничего определённого я ей не обещал. Велел прямо сегодня же начать обкладывать грудь морковью, составил лечебный комплекс на первый месяц.

Понятно, здесь нет возможности описать подробно весь цикл лечения — сложный и нудный. Интересно другое: скоблёная морковь постепенно вытянула всю опухоль наружу, вскрыла её, образовав глубокую язву, из которой месяца через три выпал большой, дурно пахнущий продукт распада. Юля сразу позвонила мне, и я посоветовал промыть рану крепким отваром корней кровохлёбки, влив в него пару ложек настойки водяного перца, затем в образовавшуюся «дыру» вставить тампон с травяным маслом (смесь масел из зверобоя, тысячелистника, календулы). К весне рана полностью зажила. А в июле вместе с мужем и близкими друзьями Юля, заядлая туристка, отправилась в верховья реки Агидель. А мне на память они привезли цветную фотографию легендарного в тех заповедных местах Муйнак-таша.

Подводя итог рассказанному, скажу: без моркови я не смог бы вылечить Юлю.

* * *

Тем не менее даже этот, казалось бы, безобидный овощ имеет целый ряд противопоказаний.

Свежую морковь и сок из неё нельзя употреблять при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при гастрите с повышенной кислотностью желудочного сока, при колите, поносах, почечно-каменной болезни — фосфатном и карбонатном вариантах.

От моркови придётся отказаться при тяжёлой форме сахарного диабета. У детей при чрезмерном увлечении морковью могут наблюдаться повышение температуры, рвота, потливость, высыпания на коже и даже пожелтение кожи.

Кстати, при заболеваниях щитовидной железы и печени каротин моркови не усваивается. Морковь может навредить при пониженной функции щитовидной железы. От морковного сока, как лечебного средства, необходимо отказаться при заболеваниях печени.

193. МОРОЗНИК

В лечебных целях применяются три вида морозника: морозник кавказский, морозник краснеющий, морозник чёрный. Все три вида относятся к очень ядовитым растениям. Используются корни и корневища.

Морозник применяется при нарушениях кровообращения, сердечно-сосудистой недостаточности 2-й, 3-й степеней. Кора, снятая с корней, иногда используется при онкологических заболеваниях. Отвары корней находят применение — местно! — при некоторых кожных заболеваниях. Однако даже местное действие настолько сильное, раздражающее кожу, что может вызвать рвоту и понос.

Препараты морозника применяют при хронической недостаточности сердца —

действует на него регулирующе, на центральную нервную систему — успокаивающе, при заболеваниях почек — мочегонное. Масло корня морозника применяют для лечения эпилепсии. Сок растения полезен для снятия болей в ногах и пояснице, при болезнях мочевого пузыря.

По мнению знахарей, варёный корень, надетый на шею, унимает припадки и изгоняет порчу.

* * *

Опасность пользования морозником заключается в том, что содержащиеся в нём сердечные гликозиды кумулятивны, то есть способны накапливаться в организме, и это при неумелом пользовании может нанести непоправимый вред.

194. МУХОМОР КРАСНЫЙ

Собирал я в лесу грибы. Уже половину корзины собрал. Иду, радуюсь удаче. Места безлюдные, ближайшее жильё — лесной кордон с десятком крестьянских изб. И вдруг попадаете мне на пути молодая пара, сразу видно — горожане. Приехали, видимо, сюда в гости. И тоже собирают грибы, не скрывая восторга — прекрасными рыжиками полны их корзины, уже начали класть в полиэтиленовый пакет. С любопытством заглянули в мою корзину и ужаснулись. «Дедушка, сейчас же выбросьте! — взволнованно говорит мне девушка с испугом на лице. — Это очень ядовитые грибы! Надо собирать вот такие, как у нас». Отвечаю им шутливо: «А я эти очень люблю. Никаких других мне не надобно». А сам гляжу на них — уж очень юные, ничего не понимают. Пришлось рассказать, какая польза будет от моих грибов, сколько серьёзнейших болезней можно вылечить ими. Это нервные и психические расстройства, функциональные нарушения деятельности спинного мозга, множественный склероз, болезни суставов, радикулит, остеохондроз. Мазь, приготовленная из мухоморов, является высокоэффективным средством при лучевых поражениях кожи и слизистых оболочек. Улучшение наступает уже через 6-10 процедур. Мухомор лечит экзему и другие поражения кожи. А главное — мухомор здорово помогает при онкологических заболеваниях.

Вот уже шестой год живёт Елена Ивановна, которой врачи не давали и двух месяцев — запущенный РАК ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ. О своём заболевании она знает. Когда в онкодиспансере ничего не стали ей делать — ни лучевую, ни химию, а выписали «на симптоматическое лечение по месту жительства» и дали первую группу инвалидности, с мужем она пришла ко мне, не плакала, не охала, лишь спокойно попросила: сделайте так, чтобы я от болей долго не мучалась. Боли мы сняли через пару недель, а травы она пьёт по сей день. За пять лет она не пропустила ни одной лекции — преподаёт в институте, принимает зимние и летние экзамены. Только нынче решила уйти на пенсию — не по инвалидности, а по возрасту. Одно плохо — сказываются метастазы в кость. Мало того, поскользнулась на льду и получила перелом ноги. Кость срослась, но приходится ходить с тростью.

Просматривая все курсы лечения за эти годы, я невольно обратил внимание на то, что среди десятков разных назначений чаще всего встречались настойка мухомора, настой листьев чёрной ольхи (одно из лучших средств при раке поджелудочной железы).

Мухомор, по моим наблюдениям, играл положительную роль при раке мозга, но применяют его при опухолях разной локализации, лейкозе. Я настаиваю одни только шляпки молодых («домиком») грибов. Даю полежать им на балконе пару дней, затем складываю в стеклянную банку по самые плечики и заливаю водкой.

Мухомор используется не только при опухолях.

СУДОРОГИ. Принимать по 5 капель настойки в рюмке воды утром натощак и на ночь. Непродолжительно.

БОЛЕЗНЕННЫЕ МЕНСТРУАЦИИ. Принимать 4-5 капель утром натощак в рюмке воды. При достижении положительного результата сократить приём до 1 раза, в неделю, затем до 1 раза в месяц. (Это относится и к судорогам.)

ДИАБЕТ НЕСАХАРНЫЙ. Готовится настойка из расчёта 1 часть шляпок грибов и 5 частей водки. Настоять 2-3 недели. Принимать вначале по 5 капель на воде, через 2-3 недели — по 10 капель. Или подобрать дозировку индивидуально 7 или 8 капель. Три раза в день.

ИШИАС, РАДИКУЛИТ. Растирать настойкой мухомора больные места.

* * *

Всегда соблюдать дозировку. Отравление можно получить от завышенных доз, поэтому прислушивайтесь к себе и помните: отравление проявляется в сильном нервном возбуждении и галлюцинациях, в более тяжёлых случаях ощущается похолодание всего тела, упадок сердечной деятельности, потливость, тошнота, жажда, сильные боли в животе, ослабление зрения, головокружение, спутанность сознания, временная потеря памяти, удушье, судороги. Гриб ядовит, но случаи смерти от отравления им редки. Абсолютно смертельная доза яда содержится в 3-5 мухоморах.

195. МЫЛЬНЯНКА

«Татарским мылом» называли её в старину — корни использовались вместо мыла для стирки. Но и на лекарственные цели не забывали собирать.

В народной медицине настой корней и листьев считается эффективным при сильном кашле, бронхитах, воспалении лёгких, коклюше, мыльнянка обладает способностью разжижать и усиливать отхаркивание мокроты. Поэтому она находит применение при ларингите, фарингите, ангине. Часто используют её при желтухе, болезнях печени и селезёнки, холециститах, желудочнокишечных заболеваниях, запорах, а также при подагре, ревматизме, различных полиартритах, фурункулёзе, чесотке, псориазе, экземе, лишае.

РЕВМАТОИДНЫЙ АРТРИТ. 1 чайную ложку корней на стакан прохладной кипячёной воды. стакан поставить в кипящую водяную баню и прокипятить 15 минут. После остывания процедить. Довести объём кипячёной водой до исходного. Принимать по 4 стакана в день на протяжении 2 недель, сделать перерыв на 10 дней и повторить курс. Пройти 3 курса лечения.

ОЖИРЕНИЕ. Да, это один из специальных, конкретных рецептов, дающих видимые результаты. Готовится лекарство из расчёта 1 чайная ложка на стакан воды. Довести до кипения и на слабом огне, при самом лёгком кипении, варить 15 минут. Настоять 1 час, процедить. Принимать по 1 стакану 3 раза в день после еды (не пить натощак!). Курс 15 дней. Затем на 10 дней сделать перерыв и повторить снова — ещё 2-3 таких курса.

ГЕРПЕС, ОПОЯСЫВАЮЩИЙ ЛИШАЙ. 2 столовые ложки корней залить 0,5 л кипятка, ещё слегка покипятить 5 минут, настоять 1 час, процедить. Использовать для обмываний герпетических высыпаний и для компрессов.

ФУРУНКУЛЁЗ. 1 чайную ложку измельчённых корней залить 1 стаканом кипятка, настоять 4 часа. Принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день после еды.

ВОСПАЛЕНИЕ ЛЁГКИХ, БРОНХИТ. 1 чайную ложку корней заливают стаканом холодной кипячёной воды. Настоять 8 часов, процедить. Настой не требует удаления пены. Принимать по четверти стакана 3-4 раза в день после еды.

* * *

Отвары корней мыльнянки нельзя назначать при слабом желудке. Завышенные дозы вызывают тошноту, рвоту, понос, боль в животе. Не принимать натощак — только после еды!

196. МЯТА ПЕРЕЧНАЯ

Имеется два сорта перечной мяты: белая с зелёными стеблями, чёрная — с тёмно-красными стеблями. Перечная мята выращивается только в культуре. Возделывают её в специальных хозяйствах. Я, как и многие садоводы, развожу её на своём садовом участке. Можно бы, конечно, купить в аптеке, но её, зачастую полувыдохшуюся, бог весть где и в чём хранили. Ведь очень важно, чтобы из листьев не улетучивались эфирные масла, иначе от неё никакого толку не будет.

Очень высоко ценили целебные свойства мяты Гиппократ, Авиценна, Парацельс и другие врачи древности и лечили ею головные боли, желтуху, желудочно-кишечные заболевания, кожные болезни. Плиний Старший для успешного восприятия наук рекомендовал своим ученикам надевать венок из мяты. Принимая гостей, занимаясь с учениками, Плиний повелевал натирать стол листьями мяты для создания хорошего настроения и успешного учения.

Перенесёмся назад лет на двести-триста, когда знаменитый английский мятный соус подавали к столу у русских царей только на самых торжественных приёмах. Наличие этого соуса на столе красноречиво говорило о ранге послов и оказанной им чести. (Хотите, выдам секрет приготовления этого соуса? Делается очень просто: надо мелко нарезать 3 столовые ложки листьев мяты, добавить 2 столовые ложки сахара, 1 столовую ложку уксуса, 3-4 столовые ложки воды. Дать настояться 2 часа. Соус подают к мясным, рыбным блюдам. Можете удивлять гостей.)

Широко используется мята перечная в народной медицине. Настой травы в горячем виде пьют как успокаивающее, противосудорожное, для возбуждения аппетита, а также при нервных расстройствах, болезнях сердца, лёгких, особенно после кровотечения из лёгкого, при гастритах с повышенной кислотностью, как укрепляющее при истощении и упадке сил, при ревматизме. Препараты мяты принимают при гипертонии, бессоннице, заболеваниях печени, при спазмах в желудке, кишечнике, при метеоризме, при мигрени. Настой листьев помогает при стенокардии, тошноте, при чрезмерных и болезненных менструациях.

Было у меня несколько больных, которым жизненно необходимо было коронарное шунтирование, но мешали этому разные серьёзные противопоказания. И тогда одним из важных элементов их лечения стала мята, казалось бы, в самом простом исполнении.

СЕРДЦЕ. Чайную ложку измельчённых сушёных листьев залить стаканом кипятка, настоять, укутав, 20 минут. Выпить мелкими глотками горячий настой за 30-40 минут до завтрака. Пить ежедневно, не пропуская ни одного дня, в течение 1-2 лет. Это как скрипичный ключ в нотах, настраивающий больного на излечение. И вообще это эффективное средство можно принимать всем, у кого слабое сердце, с перебоями в его работе, замирании, спазмах и других тревожных проявлениях.

СТРЕСС. Всем нам желательно не подвергать нервную и сердечно-сосудистую систему любым стрессовым ситуациям, особенно затяжным. И здесь хорошо помогут мята с подмаренником настоящим: поровну смешать их, заварить 2 столовые ложки в 0,5 л кипятка, настоять 2 часа. Принимать по полстакана 1 раз в день в течение 5-7 дней.

МИГРЕНЬ. 2-3 чайные ложки мяты залить стаканом кипятка, настоять 30-40 минут, процедить. Пить равными порциями в течение дня. (К этому хорошо бы добавить по 20-25 капель настойки марьиного корня 2-3 раза в день. Это даёт стойкие положительные результаты.)

ЛИМФАДЕНИТ. Несколько раз в день делать примочки из размятых листьев. В зимнее время распарить сушёные листья и прикладывать к больному месту.

ПАНКРЕАТИТ. Смешать 3 чайные ложки мяты и 1 чайную ложку измельчённого корня одуванчика, залить стаканом воды и кипятить на слабом огне 5-7 минут, настоять 30 минут, процедить. Пить по четверти стакана 3-4 раза до еды не меньше 5 недель. Отдохнуть 10 дней и ещё полечиться 2 недели.

МАТОЧНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ. Если нет у вас под руками других трав, упомянутых в этой книге, возьмите полную столовую ложку мяты и залейте двумя стаканами кипятка. Настаивать 2 часа, процедить. Пить по полстакана настоя 3-4 раза до еды.

* * *

Оба сорта перечной мяты — белая и чёрная, в том числе и мята водяная — все они нежелательны при пониженной секреции желудочного сока. Не стоит пользоваться ею при выраженной артериальной гипотензии, то есть низком давлении. Иногда отмечается аллергия к мяте — тогда её немедленно надо отменить.

При ингаляциях мятой большие дозы могут вызвать спазм бронхов, расстройство дыхания вплоть до его остановки. Возможно появление болей в сердце от приёма крепкого настоя.

Длительное пользование мятой полевой может послужить причиной бесплодия, а именно она наиболее часто встречается на сырых лугах, в заболоченных лесах, даже на полях и сорных местах — её и собирают, не имея садовой мяты и применяют в тех же целях, но бесплодие к перечной мяте не относится.

У кормящих матерей мята уменьшает выработку молока. Приём мяты в больших количествах (а такие любители попадались мне) — ухудшает сон, вызывая беспокойство и дурные сновидения.

Амирдовлат Амасиаци утверждал, что мята вредна для почек, и её следует уравнивать соком солодки. У него же говорится: «Мята вызывает жжение в горле. Её вредное действие устраняет полынь». Наверняка здесь речь идёт не о перечной, а полевой или малоцветковой мяте.

Необходимо помнить, что снижая тонус сосудов, мята может спровоцировать, к примеру, варикозное расширение вен.

197. НАПЕРСТЯНКА

Вдоль опушки леса, собирая цветы, ходили молодая женщина с девочкой лет пяти-шести. У них уже набрался порядочный букет — пышный, яркий, цветистый. Украшали букет и ромашки, и тысячелистник, и ярко-розовый кипрей, и небесно-синий цикорий, красные головки клевера и даже — по центру — несколько высоких стеблей синюхи лазоревой.

«Мама, я нашла колокольчик, — закричала девочка. — Только он не синий, а почему-то жёлтый. Сорвать?» Мать откликнулась: «Рви! У нас в середине жёлтого мало».

Я собирал поблизости буквицу лекарственную. И увидел, как девочка мочалит стебель наперстянки крупноцветковой. Сломать силёнок не хватало, и она выдернула растение с корнем, побежала к маме, стараясь перегрызть стебель у основания нижних листьев — не с корнем же ставить его в букет. «Вы не боитесь, что ваш ребёнок отравится?» — спросил я у неопытной мамы. «А что? — встрепелась она. — Цветок-то красивый».

Я вкратце объяснил, что цветок действительно и красивый, и даже целебный, но очень ядовитый. Отравиться можно, даже пожевав его цветки или стебель. А если будет стоять в букете, особенно в спальном комнате, к утру вызовет головную боль.

Женщина испуганно, как змею, выбросила цветок подальше в кусты. И уже с подозрением оглядела весь букет, спросила: «А ядовитых здесь больше нет?» Я успокоил её. У нас завязалась небольшая беседа о травах — кто откажется от общения, пускай кратковременного, с обаятельной молодой женщиной? Тем более, что она, приоткрыв рот, восторженно слушает тебя...

Немало приключений выпало на долю наперстянки. Надо отметить, что в трудах древних врачей нет упоминаний о наперстянке. Это лекарственное растение, видимо, не было известно им. Интерес к наперстянке проявился лишь у врачей средневековья, да и то

как к средству рвотному и мочегонному. И использовали её буквально в лошадиных дозах — до 10 г высушенных листьев наперстянки пурпурной. Прописывали при эпилепсии, туберкулёзе и многих других заболеваниях. Кому-то, видимо, помогало, но многочисленные случаи отравления и смерти заставили врачей отступить от опасного растения. Лишь в XVIII — начале XIX в. один из ирландских врачей, проанализировав фамильный рецепт успешно врачевавшей знахарки, пришёл к выводу, что наперстянку надо давать в очень небольших дозах.

Наперстянка пурпурная у нас не растёт, а импорт прекратился во время первой мировой войны. Тогда направили взор на дикорастущий вид, наперстянку крупноцветковую, в изобилии растущую в горах Среднего и Южного Урала. Медицина обратила внимание на то, какой чудодейственный эффект даёт наперстянка в запущенных, подчас безнадежных случаях тяжёлой сердечной декомпенсации, а известный врач-клиницист С. П. Боткин назвал наперстянку одним из самых драгоценных средств, какими обладает терапия...

Когда молодая мама с дочкой ушли — они отдыхали в находившемся неподалёку санатории, я достал из кустов выброшенную наперстянку, оборвал нужные мне листья, заодно отыскал ещё несколько цветущих растений, чтобы сегодня же положить их на сушку — зимой пригодятся. Сушить надо быстро, чтобы долго не лежали, но обязательно в тёмном месте — солнечный свет, даже комнатный, сразу сказывается на качестве травы.

Имеются, конечно, десятки видов лекарств, приготовленных на основе гликозидов дигиталиса — так на латыни называют наперстянку, однако порошок из высушенных листьев, на мой взгляд, предпочтительней — не ударяет по почкам и печени. Во всяком случае моя сестра, врач опытный, сама не раз выписывавшая рецепты сердечникам, при возникшей необходимости предпочла принимать приготовленные мной порошки. На точных весах я отмерял по 0,05 г — разовую дозу и фасовал их в маленькие бумажные пакетики. А при необходимости включал наперстянку малыми дозами в сердечные сборы.

* * *

Оба вида наперстянки — крупноцветковая и пурпурная — обладают высокой биологической активностью, ядовиты. Из организма выводятся медленно, постепенно накапливаются в тканях. Длительное применение или передозировка могут привести к резкому падению пульса, задержке мочи при отёках, нарушению ритма сердечной деятельности. При ухудшении общего состояния, усилении одышки, беспокойстве, нарушении сна и неприятных ощущениях в области сердца лечение наперстянкой надо немедленно отменить.

Наперстянка противопоказана при брадикардии. Необходимо исключить её при инфекционных заболеваниях.

198. НОРИЧНИК УЗЛОВАТЫЙ



У работяги лошади натёрло загривок упряжью. Сначала кожа просто воспалилась и был нестерпимый зуд, затем открылась рана, превратясь в незаживающую язву. Хозяин чем только не лечил — и дёгтем мазал, и мазь, заживляющую язвы у людей, варил. Ветеринаров в ту пору не существовало, ведь это давно было. Отчаявшись, бедолага выдернул возле дома высокое, прежде никогда здесь не росшее растение с жёстким четырёхгранным стеблем, с листьями в полладони и метёлочкой невзрачных цветков и торчащими на тонких стебельках тёмными горошинами — коробочками семян. А корень — клубневидно-утолщённый. Сердце, видимо, подсказало крестьянину — отмыл он корень от земли, разрезал на плоские куски и засунул скотине прямо в глубь язвы, лыком обмотал, чтоб не выпали. Лошадь стояла смирно, даже, как показалось, благодарно мотнула головой. Наутро проверил хозяин норицу — так называют язву на конском загривке — стала ведь заживать! Уже не сочтётся сукровица, у раны края сделались розовыми. «Вот тебе и норица!» — воскликнул хозяин — без лошади он совсем затосковал, ведь единственная кормилица в семье. Кинулся искать ещё такую же траву. Едва нашёл за деревней, на лесной опушке. Вот так стал он лечить лошадку. Из травы даже отвар сделал — заживающую рану обмывать. А через пару недель лошадка совсем здоровая сделалась. Никто в деревне не знал, как та трава называется. Вот и стали говорить о ней: норица, норичник.

А корни ботанического названия растения в самом деле произошли от слова «норица». Не пойму только, почему к норичнику пристегнули прозвище «узловатый».

Бог с ним, не это важно. Норичник стали применять не только для заживления язвы на загривке, но стали лечить и болезни ног у лошадей. А позже открылись и более ценные свойства растения — им стали лечить разные болезни и у людей. Да ещё какие!

Отвар корневищ (внутри и наружно) применяют при зудящих дерматозах, скрофулёзе, зобе, лимфадените, фурункулёзе и геморрое. В разрезанном или измельчённом виде — как ранозаживляющее при нагноениях, опухолях, укусах змей.

Сок, отвар корневищ самостоятельно и в сборах используют при раке, инфильтратах, язвах. Настойку корневищ применяют при липомах (жировиках), малярии, отите и суставном артрите.

Листья тоже находят своё применение. Сок листьев, отвар, настойки, припарки в составе мазей, а также в свежем и сухом виде (измельчённые) применяют при чесотке, грибковых заболеваниях кожи, кондиломах. Отвар, настой (наружно и внутри) применяют

при заболеваниях щитовидной железы, инфекционных болезнях, опухолях и инфильтратах. Отвар и свежую траву используют при рожистых воспалениях, скрофулёзе, аллергических дерматозах, экземах, пиодермии, пузырьчатке, высыпаниях на слизистой влагалища. Свежий сок — при туберкулёзе лёгких.

Настой травы пьют при болезнях почек, при нервных заболеваниях, головной боли и как тонизирующее.

ЗЛОКАЧЕСТВЕННЫЕ ОПУХОЛИ. Настой травы и отвар корневищ — из расчёта 1 столовая ложка на стакан кипятка — применяют наружно для компрессов, припарок, обмываний. Мелкоизмельченные листья и порошок из них уменьшают боль, очищают раны от гноя и способствуют быстрому заживлению.

ЛЕЙКЕМИЯ. Половину чайной ложки сухих корневищ залить 1 стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Тёплый настой надо пить глотками, в течение всего дня, но не более половины стакана в сутки.

РАК РАЗЛИЧНОЙ ЛОКАЛИЗАЦИИ. Приготовление и применение корневищ такое же. Курс не более 2 месяцев. Через месяц перерыва можно повторить.

ВОСПАЛЕНИЕ ЛИМФАТИЧЕСКИХ УЗЛОВ, НОВООБРАЗОВАНИЯ, СУСТАВНОЙ АРТРИТ, КОЖНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ, ФУРУНКУЛЁЗ. 1 чайную ложку корневищ залить стаканом кипятка, настоять 1 час и выпить по глотку в течение дня.

ЗОБ. 1 чайную ложку корневищ залить стаканом кипятка, настоять 1 час, принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день.

* * *

Дозировки, как видите, очень небольшие, потому что корни норичника сильно ядовиты. Трава после высушивания частично теряет ядовитость, но обращаться с ней надо тоже осторожно, взвешенно.

Норичник в первую очередь противопоказан при беременности. Нельзя применять при обострении панкреатита, при колите и диарее. Прежде чем начать лечение, желательно провести индивидуальную пробу. При появлении тошноты и рвоты дозировку снизить наполовину либо совсем отказаться от использования норичника.

199. ОБЛЕПИХА КРУШИНОВИДНАЯ

Ещё в Древней Греции любили эту ягоду и широко использовали для лечения — кого бы вы думали? — лошадей! Её так и называли — «блестящее лечение лошадей».

Впрочем, в древних тибетской, индийской, монгольской медицине облепиха занимала очень почётное место. Её считали универсальной и использовали для заживления наружных и внутренних ран, лечили органы дыхания, сердечно-сосудистую систему, улучшали общее состояние при авитаминозе и физических нагрузках.

Потом пришло длительное забвение и, по историческим меркам, совсем недавно, лишь после Великой Отечественной войны 1941-1945 годов произошло второе рождение облепихи: в неё поверили и очень полюбили. И было за что. Облепиха — настоящий кладёз витаминов. Попробуйте-ка сосчитать их: А, В, В, В, В, С, Е, К, Р. Каротина в облепихе больше, чем в моркови, витамина С столько же, сколько в чёрной смородине, но из облепихи он усваивается лучше. Витамин Е — токоферол, устраняет мышечную слабость, дистрофию, положительно влияет на сердечно-сосудистую систему, повышает выработку половых гормонов. Витамины А и Е в облепихе усиливают действие друг друга.

В современной медицине облепиховое масло применяют для лечения язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, язвенного неспецифического колита, хронического тонзиллита, злокачественных опухолей пищевода. Масло используют также при лучевых поражениях кожи, термических и химических ожогах, трофических язвах.

Облепиховое масло так широко применяется в современной медицине, что я не вижу

необходимости описывать способы его изготовления и применения в дерматологической или глазной практике, лечении печени, пищевода, кишечника, кожных заболеваний. Сейчас все эти назначения может сделать лечащий врач. Правда, некоторые народные рецепты не входят в компетенцию врача. Приведу хотя бы пару примеров.

РАК ЖЕЛУДКА И ДРУГИЕ ОНКОЗАБОЛЕВАНИЯ. В период сокодвижения весной снять кору с веток не толще пальца, высушить, измельчить. 4-5 столовых ложек залить 0,5 л водки. Настоять не меньше месяца. Процедить. Принимать по 30 капель в четверти стакана воды 3-4 раза в день при комплексном лечении рака.

ГРИПП. Тонкие веточки мелко порезать (ветки можно брать в любое время года), 1 столовую ложку залить 1,5 стаканами воды, закрыть посуду и варить на слабом огне 15-20 минут, настоять в тепле 2 часа. Выпить на ночь маленькими глотками. Хорошо помогает в начальной стадии гриппа, снижает температуру и облегчает состояние.

РЕВМАТИЗМ, СУСТАВНЫЕ БОЛИ. 2 столовые ложки измельчённых веточек залить 300 мл крутого кипятка, настоять 2-3 часа, процедить. Принимать по полстакана 3 раза в день до еды. Боли утихают.

* * *

Облепиха, нет слов, полезнейшая ягода, да только вот некоторым людям вместо пользы может изрядный вред нанести.

Облепиховое масло нельзя принимать при остром холецистите, гепатите, панкреатите и всех других заболеваниях поджелудочной железы, а также при склонности к жидкому стулу. Сами плоды тоже противопоказаны при острых заболеваниях поджелудочной железы, желчного пузыря, печени, при расстройствах желудочно-кишечного тракта.

Облепиховое масло часто назначают при лечении язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, но сами плоды и сок из них в таких случаях противопоказаны, так как содержат в себе много органических кислот, повышающих секрецию желудочного сока. Облепиха противопоказана и при гиперацидном гастрите.

Свежие плоды и сок облепихи повышают кислотность мочи, поэтому противопоказаны больным мочекаменной болезнью, особенно когда камни имеют уратную природу.

200. ОВЁС ПОСЕВНОЙ

Представлять его нет необходимости, но и обойти вниманием невозможно, настолько он известен и необходим. Правда, родословной своей он похвастаться не может, происхождение его из самых низов — выходец из сорняков. И возраст у него приличный — из непроглядной глубины каменного века стал людям служить. А сейчас и вовсе является одной из важнейших злаковых культур.

Зерно овса больше, чем другие хлеба, содержит жиров и витаминов, богато белком, крахмалом, щелочными солями, камедями, эфирными маслами, холинами и другими полезнейшими веществами. Поэтому и в медицине его используют с давних времён.

Несмотря на отсутствие каких-либо серьёзных противопоказаний, я всё-таки решил включить его в книгу, видя в нём только надёжного друга, и сделать небольшую подборку рецептов от разных заболеваний. Некоторые из этих рецептов настолько малоизвестны, что грешно их держать только в среде узких специалистов, в стороне от людей, которые могут благодаря им получить действенную помощь.

Возьмём, к примеру, некоторые системные заболевания, считающиеся неизлечимыми, как склеродермия, красная волчанка, или буллезные дерматозы, пиодермию, витилиго — есть конкретные рекомендации их лечения.

СКЛЕРОДЕРМИЯ, ДЕРМАТОМИОЗИТ, КРАСНАЯ ВОЛЧАНКА, БУЛЛЕЗНЫЙ ДЕРМАТОЗ, ОБЛЫСЕНИЕ, ПИОДЕРМИЯ, ВИТИЛИГО. При всех этих заболеваниях 2 стакана овса надо залить 5-6 стаканами кипящего молока, проварить на медленном огне 2

минуты, настоять 30 минут, процедить. Принимать по 1 стакану 3 раза в день в течение месяца. Сделать на 1 месяц перерыв. Провести несколько таких курсов.

А помощь сердцу?

ИНФАРКТ МИОКАРДА. 1 стакан овса залить 1 л кипятка, на тихом огне упарить наполовину, процедить. Выпивать всего полстакана в сутки, но не залпом, а столовыми ложками в течение дня.

БОЛЕЗНЬ ПАРКИНСОНА. Медицина давно бьётся над тем, как остановить произвольные движения человека, связанные с поражением некоторых участков мозга. в некоторой степени решить проблему помогает овёс. 9 ложек овса варить в 3 л воды 1 час, затем ночь настоять. Выпить весь полученный отвар за день (или сколько сможете). Лечение длительное — 2-3 года.

ШИЗОФРЕНИЯ. Скажете: час от часу не легче. Неужели и при таком заболевании что-то может сделать овёс? Да, надо принимать отвар зёрен при шизофрении любого течения, если в клинике преобладают астенические расстройства с бессонницей, резким падением веса, анемией. Такой отвар показан и при других нервно-психических заболеваниях, таких как астенический синдром вследствие травмы головного мозга, постинтоксикационная астенция любого происхождения (токсикомания, наркомания, отравление). Отвар готовится так: 1 стакан овса или крупы залить 1 л воды, посуду закрыть и поставить на маленький огонь, наблюдая, пока не выкипит половина воды. Процедить, отжать, влить в отвар 0,5 л кипячёного молока и 3 столовые ложки мёда. Посуду закрыть, смесь довести до кипения и сразу снять с огня. Принимать по полстакана 4 раза в день после еды. Перед повторным приёмом подогревать.

РАК ГОРЛА. На 2-3 л воды взять 0,5 кг зёрен и овсяной соломы, закрыть посуду крышкой и варить 20 минут. Дать немного остыть. Этим тёплым отваром протирать тело больного 30 секунд и сразу уложить в постель. Если по ходу обтирания на теле появятся синие или красные пятна или начнут отекают ноги, лечение не прерывать — это признак того, что больной на него реагирует и что возможны перемены к лучшему.

РАК РАЗЛИЧНОЙ ЛОКАЛИЗАЦИИ. Входящие в колос стебли овса измельчить, доверху заполнить банку и полностью залить водкой. Настаивать 3 недели. Затем принимать по 20-30 капель на столовой ложке воды 3— 4 раза в день до еды.

НЕФРИТ. Траву овса залить водой (чтоб воды на 1-2 пальца было больше) и кипятить 30 минут. В течение дня выпить 2 чайные чашки отвара (можно по половине чашки 4 раза в день). Курс лечения — 2-3 недели. Хорошо, если приём отвара сочетать с ваннами из овсяной соломы.

ПАНКРЕАТИТ. 1 стакан овса измельчить на мясорубке, залить 5 стаканами воды, варить после закипания 10 минут, настоять 1 час. Пить от четверти до половины стакана за полчаса до еды 3-4 раза в день.

ДИАБЕТ. Это уже из простых рецептов, но кто-то может не знать. Взять 100 г зёрен овса, залить 750 мл кипятка, настоять 2-3 часа. Пить по полстакана 3-4 раза в день до еды. Можно длительно.

* * *

Серьёзных противопоказаний к овсу пока не выявлено. При передозировке может наблюдаться головная боль. Наблюдалось два случая полной непереносимости настоев и отваров овса. Во время лечения овсом необходимо соблюдать умеренность в еде, исключить все спиртные напитки и, по возможности, кофе.

201. ОГУРЕЦ ПОСЕВНОЙ

Из страны вечного лета — из Индии пришли к нам огурцы. Дикий огурец у себя на родине — тропическая лиана, растёт в лесах, вьётся, забираясь высоко на деревья, а плоды

свисают вниз. Семена огурцов находили в развалинах хазарского города Саркепа, а это свидетельствует о том, что люди знают и любят огурцы почти шесть тысяч лет. Известно, что римский император Тиберий требовал, чтобы ему на обед всегда подавали огурцы.

Все мы знаем, что огурцы чуть ли не сплошь состоят из воды (96%). Но, как пишет об огурцах Поль Брэгг, «самое ценное их составляющее — это жидкость, дистиллированная самой природой». А дистиллированная вода, как известно, помогает растворить многие яды, накапливающиеся в организме, и, проходя через почки, не оставляет в них неорганических остатков и песка. Тем более, что в этой дарованной природой воде много минеральных солей и микроэлементов (фосфор, кальций, магний, железо, калий, медь, марганец, сера, кобальт, цинк, кремний, йод).

Огурец — рекордсмен по содержанию щелочных эквивалентов, поэтому устраняет ацидоз (от латинского — кислый, т. е. закисление организма), благодаря чему излечивает хронические воспалительные процессы нагноения, где бы они ни располагались.

Огурцы прекрасно оздоравливают кишечник, сдерживают образование жиров из углеводов. Они усиленно регулируют кислотность желудочного сока.

КОЛИТ. За сезон огурцов можно полностью избавиться от колита. Надо только ежедневно натощак съедать по 100 г мелко натёртого огурца. После этого 30-40 минут не пить и не есть.

Лечебными свойствами обладают семечки огурца: они прекрасно чистят стенки кровеносных сосудов изнутри и выводят лишний холестерин. Это очень важное свойство огурцов. Для профилактики атеросклероза это самый доступный метод лечения.

Ещё со времён Тиберия известно, что семена огурцов и сами молодые огурчики снимают повышенную половую возбудимость. Это хорошо знали монахи, выращивая в монастырских огородах и парниках большое количество огурцов. И одним из важных источников дохода монастырей была продажа «муки из сухих семечек перезрелых огурцов».

С. И. Ильина, известный украинский специалист в области лечебной диетологии, подметила ещё одно качество огурцов: «Есть в огурце что-то таинственно-загадочное, что ни калориями, ни витаминами не измеришь. Как иначе объяснить известное ещё в глубокой древности, используемое и поныне свойство огуречного сока — целительнооздоравливающее и омолаживающее увядающую кожу лица, рук. А если он также действует на эпителиальные клетки, которые защищают от всего вредного? По-видимому, в нём содержатся неведомые ещё для нас вещества и так необходимые для клеток внутренних органов».

Действительно, огурчики идут не только к нам на стол, а находят лечебное применение, и не только в косметике для увядающей кожи, но и при очень серьёзных болезнях, о чём свидетельствуют оригинальные, причём эффективно действующие рецепты.

ТРОФИЧЕСКАЯ ЯЗВА. Из перезрелых огурцов выбрать семена, высушить. 100 г семян (если не на чём взвесить, взять 5-6 столовых ложек) желательно истолочь и залить 1 стаканом водки. Настаивать 10 дней. Делать ежедневные примочки. Не сразу, но через месяц-два язва обычно затягивается.

ПАРАЛИЧ. Огуречные плети порезать на мелкие куски и поместить в банку по самые плечики, доверху залить водкой, чтобы покрыть полностью. Одну неделю настаивать, выставив на солнце, и ещё одну неделю в полной темноте (в шкафу). Процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день. Если нельзя спиртного, то вместо водки можно залить настоем зелёного чая, но принимать тогда по 1-2 стакана 3 раза в день.хлопот в этом случае будет больше, потому что такой настой долго не хранится.

МАТОЧНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ. Осенью огуречные плети отмыть от грязи и пыли, нарезать на мелкие куски. 50— 100 г травы залить 0,5 л воды, кипятить 15-20 минут, настаивать 1 час. Принимать по полстакана 3 раза в день. В первые же сутки-двое кровотечение останавливается, наступает улучшение.

ГЕМОРРОИДАЛЬНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ. Воспользуйтесь этим же рецептом.

ТЕМПЕРАТУРА. Чтобы сбить высокую температуру, надо дать больному выпить

стакан огуречного сока, можно также сделать обтирание соком и сразу уложить в постель.

КАШЕЛЬ. Если замучил непрестанный кашель, пейте по 2 столовые ложки огуречного сока, можно вместе с мёдом, 2-3 раза в день. Кашель утихает быстро, но при серьёзных воспалительных заболеваниях надо принимать несколько дней.

МАЛЯРИЯ. Имейте в запасе засушенные цветы огурца. 1 столовую ложку измельчённых цветков залить стаканом кипятка, варить 2-3 минуты, настоять 1 час, процедить. Пить по 1/3 стакана в течение дня. И малярия отступит.

ОПУХОЛЬ СЕЛЕЗЁНКИ, ПОЧЕЧНЫЕ КОЛИКИ, БОЛЕЗНЕННОЕ МОЧЕИСПУСКАНИЕ. Приготовить порошок из семян перезрелого огурца. Принимать от половины до полной чайной ложки 3 раза в день, запивая водой.

ЖЕЛТУХА (и другие заболевания печени). Порезать 50 г огуречных плетей, залить 0,5 л воды, кипятить 5 минут, настоять 1 час. Пить по полстакана 3 раза в день. Вместо плетей можно использовать зеленцы (мелкие незрелые огурчики).

ТУБЕРКУЛЁЗ. Ежедневно принимать по 2-3 столовые ложки сока, можно с мёдом, в день 2-3 раза. Довольно эффективное средство. Действует жаропонижающе.

Все это только небольшая часть из рекомендуемых и испытанных в народе рецептов. Я остановился лишь на самых серьёзных, оставляя в стороне такие, как пародонтоз, покраснение век, гипотонию, плохой рост волос — вплоть до укуса собаки. Молодец огурец, не только для закуски он пригоден. Но и противопоказаний у него хватает с избытком.

* * *

От огурцов следует отказаться при желудочно-кишечных расстройствах. Это всем известно. Приходится воздержаться при обострении язвенной болезни желудка, при разыгравшемся гастрите, энтеритах и острых колитах.

Во избежание диспепсических явлений после огурцов нельзя пить холодную, а также газированную воду или лимонад, а людям со слабым желудком — молоко.

Кормящим матерям советуют осмотрительно относиться к огурцам, так как многие биологически активные вещества из их состава переходят в грудное молоко и могут вызвать у ребёнка понос, урчание и спастические боли в животе. В этих случаях необходимо дать ребёнку укропную воду.

Огурцы противопоказаны при острых и хронических нефритах, хронической почечной недостаточности, почечно-каменной болезни. Не рекомендуются огурцы при тучности, ожирении. От них следует отказаться при гепатите, холецистите, дискинезии желчных ходов.

Диетологи не рекомендуют в салаты с огурцами добавлять помидоры, так как при этом резко снижается ценность огурцов. А о солёных огурцах трудно сказать, когда они полезны. Почти всегда приносят только вред. К огурцам, солёным и маринованным, следует относиться с осторожностью при заболеваниях печени, атеросклерозе, гипертонии, нарушении водно-солевого обмена. Противопоказаны они при сниженной функции щитовидной железы, заболеваниях почек и в период беременности.

Из почечных заболеваний имеются в виду противопоказания к свежим огурцам при нефрите с щелочной реакцией мочи, а к солёным — при нефрите и пиелонефрите.

202. ОГУРЕЧНАЯ ТРАВА — БУРАЧНИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Сохранились сведения, что древние римляне применяли листья и цветки этого растения для поднятия духа, увеличения храбрости у своих воинов. Учёный-натуралист Плиний Старший называл огуречную траву «растением, отгоняющим печаль и скуку». В Древнем Риме её использовали как лёгкое мочегонное, потогонное средство в виде настоя (цветки, стебли, листья). Настой употреблялся как слабительное, при функциональных расстройствах нервной системы, в том числе при неврозах сердца, ревматических, подагрических и других болях в мышцах и суставах. Европейцы и сейчас называют огуречную траву «радостью

сердца», «весельем», «сердечным цветком», применяя при неврозах сердца. Ею и сейчас пользуется известная швейцарская фирма, выпускающая разные соки лекарственных растений.

Растение сорное, но огуречную траву часто культивируют как салатное растение не только из-за нежного огуречного запаха, но и в лечебных целях. Даже в виде приправы огуречная трава и её сок во время цветения повышают работоспособность, снимают депрессивные состояния, ипохондрии и меланхолии, приносят облегчение при сердечной слабости нервного характера. Кроме того, салат из свежих листьев очищает кровь, предохраняет кишечник и почки от воспалительных процессов, полезен при плеврите, кардионеврозе и даже при некоторых кожных заболеваниях.

Обычный рецепт: 1 столовую ложку травы или 1 чайную ложку цветов залить стаканом кипятка. Настаивать до остывания. Пить по четверти стакана 4 раза в день через полчаса после еды. Можно добавить мёд или сахар.

* * *

Из противопоказаний: длительное применение огуречной травы ухудшает работу печени. Лучше всего использовать огуречную траву в сборах и не более месяца.

203. ОДУВАНЧИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Вот уж чем никого не удивишь — так это одуванчиком. Всюду он: на полях и лугах, в сёлах и городах. Даже на дороге отыскал крохотную трещинку в асфальте и вылез оттуда — чуть кривобокий, стебель покороче, чем у других одуванчиков, но цветок такой же жизнерадостный, солнечно-жёлтый. Всем своим видом показывает, каким нужно быть живучим, уметь преодолевать любые неудобства и невзгоды. А может быть природа специально создала его в назидание нам? И в помощь нам, наделив ценными целебными свойствами — в дальние дали ездить за ним не надо (только в черте города не бери и на обочинах дорог), найди чистую лужайку как можно дальше от жилья и заготавливай себе впрок необходимые лекарства. Только запомнить надо несколько правил. Если хотите засушить листья или отжать из них сок, то лучше всего делать это ранней весной, до начала цветения в это время они самые целебные. Пользоваться одуванчиком можно и позже, весь май и первую половину июня. В июле и до конца лета растение значительно утрачивает прежние целебные качества.

Кстати, одуванчик не уступает майской крапиве в способности выводить из организма вредные шлаки. И вообще он относится к тем растениям, которые лучше использовать в сыром виде. Много полезных сведений об одуванчике я дал в книге «Одолень-трав», поэтому повторяться нет ни желания, ни необходимости. А вот новые рецепты, тем более малоизвестные, думаю, пойдут на пользу больным.

Прежде всего несколько слов о соке из травы одуванчика. Если другие соки растений я консервирую равным количеством водки, то с одуванчиком поступаю иначе: на 700 мл сока добавляю 150 мл водки. Ставлю в прохладное место. Через некоторое время сок чуть подкиснет, но бояться этого не надо. Молочная кислота, образовавшаяся во время слабой ферментации, повышает качество сока. Он хорошо влияет на процесс пищеварения и тормозит гнилостные процессы в пищевом тракте, а также является антираковым средством.

РАК ЖЕЛУДКА. Смешать поровну сок из листьев одуванчика, майской крапивы, тысячелистника и подорожника. Принимать по 1 столовой ложке через час после еды 3-4 раза в день. Курс 1 месяц, но можно продлить и до 2 месяцев, затем на месяц перерыв. (Обычно в комплексе с другими средствами, подобранными против рака желудка.)

РАК ПЕЧЕНИ. Смешать поровну мелко порезанные листья и корни. 1 чайную ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать по 50 мл 4 раза в день за полчаса до еды.

ЗЛОКАЧЕСТВЕННАЯ АНЕМИЯ. Она довольно часто проявляется при онкозаболеваниях, и приходится с ней бороться, когда, бывает, врачи не справляются с ней. Здесь сок одуванчика одно из незаменимых средств. Курс лечения проводится в два этапа в течение 12 недель, весной и осенью. Весной шесть недель следует выпивать по полстакана сока, разведённого чаем из крапивы, 3 раза в день за полчаса до еды (целое растение с корнем тщательно вымыть, дать просохнуть, пропустить через мясорубку и выжать сок). Осенью с середины августа проделать то же самое на протяжении шести недель. Я говорю примерный срок — середину августа. Всё зависит от характера начала осени, когда массово происходит вторая вегетация одуванчика. Бывает, даже в начале октября, когда вся зелень вокруг вянет, одуванчик пышно цветёт. Может быть не так буйно, как весной, цветоносы росточком пониже, листья менее сочные, но всё-таки в них вполне хватает необходимых для кроветворения микроэлементов и фолиевой кислоты.

ВОСПАЛЕНИЕ ЛИМФАТИЧЕСКИХ ЖЕЛЕЗ. Корни одуванчика истереть в порошок и принимать по неполной чайной ложке 3-4 раза в день за 20 минут до еды. Корни одуванчика надо копать осенью, в октябре — именно тогда они наиболее целебны. Лечение ведётся долго, до получения результата.

ДИАТЕЗ ЭКССУДАТИВНЫЙ. Залить стаканом кипятка 1 чайную ложку измельчённых корней, настоять 2 часа. Пить по четверти стакана 3-4 раза в день за полчаса до еды. Улучшает обмен веществ у детей.

ДЕФОРМИРУЮЩИЙ АРТРОЗ, АРТРИТ, ОСТЕОХОНДРОЗ. Горячей водой — 200 мл залить 10 г измельчённых корней (1 столовая ложка), поставить в кипящую водяную баню, парить 15 минут, 1 час настоять, процедить. Долить до прежнего объёма кипячёной воды. Принимать в тёплом виде по трети стакана 3-4 раза в день за полчаса до еды. (Корни способствуют восстановлению хрящевой ткани, растворению солей, восстанавливают подвижность суставов. Эффект лечения усилится, если больные суставы в этот лечебный период натирать настойкой ягод красной бузины.)

ПАНКРЕАТИТ, СПАСТИЧЕСКИЕ БОЛИ В ЖИВОТЕ. 1 столовую ложку смеси корней и листьев залить 2 стаканами (400 мл) холодной кипячёной воды, настоять 10—12 часов (лучше приготовить на ночь). Пить по 50 мл, то есть по четверти стакана, 4-6 раз перед едой. Примечание: это очень полезно для больной печени, почек, при аллергии, но может вызвать послабление стула. Бояться этого не надо, только предпринять дополнительные меры.

УГРОЗА ВЫКИДЫША. Пить настой корня одуванчика из расчёта 2 чайные ложки на стакан кипятка, настоять 2 часа. Пить глотками в течение дня или по четверти стакана 3-4 раза в день до еды.

* * *

В одном из рецептов я уже предупредил, что одуванчик может вызвать послабление стула (в основном, за счёт усиления отделения желчи). Поэтому траву и корни растения не применяют при желудочно-кишечных расстройствах. Нежелательно принимать препараты одуванчика при выраженной гипотонической дискинезии желчного пузыря, так как избыточное поступление желчи в лишённый сократительной способности пузырь будет способствовать его растяжению и усилению болей. Нежелательно использовать одуванчик при аллергических дерматитах. Аллергическую реакцию могут вызвать цветы одуванчика, их пыльца. При симптомах гриппа лечение одуванчиком необходимо прекратить.

204. ОКОПНИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

У каждого травника имеются растения, к которым он относится с особенной симпатией. Я не могу оставаться равнодушным к окопнику. В литературе по траволечению он упоминается редко. Возможно потому, что в медицинской практике, в отличие от других

даже малоизвестных растений, окопник находит чрезвычайно ограниченное применение, практически равное нулю.

В народной медицине его признают и уважают, особенно при костных заболеваниях, переломах, ушибах, вывихах, при болезненных ампутированных конечностях. Лечат и многие другие заболевания, такие как язва желудка и двенадцатиперстной кишки, начальная стадия туберкулёза, тромбофлебит, костный туберкулёз, саркома, рак, а также разные опухоли, затвердевание молочной железы у кормящей матери, труднозаживающие раны, фурункулы, изъязвления в полости рта, пародонтоз, ангину, радикулит и ишиас.

Впрочем, имеются и научные данные о положительном клиническом эффекте от использования мази с корнем окопника при кольцевидной гранулёме, васкулитах, склеродермии очаговой и гемиатрофии Роумберга, трофических язвах. (Кольцевидная гранулёма — хроническое кожное заболевание, причины которого неизвестны, и которое почти не поддаётся лечению. Пока что не найдено какого-либо специального лечения склеродермии. Это касается и других названных болезней.)

Мне окопник помогал в комплексном лечении саркомы, рака, особенно при метастазировании раковых клеток в кость. Применял я его и при остеомиелите, переломах костей.

Нелегко добывать этот с виду чёрный, на изломе сахарно-белый корень, не легче и работать с ним или сушить. Но приходится лезть в болотину, выкапывая уходящие глубоко в землю скользкие змеевидные корни, отмывать их от грязи в соседнем озере, проклиная непрерывный дождь со снегом — обычно именно на эту пору приходится охота за окопником, ведь корни надо брать лишь после увядания зелёных стеблей.

Экспериментально (при опытах на животных) установлено, что содержащийся в окопнике алкалоид аллантоин обладает ранозаживляющим, противовоспалительным, противоопухолевым действием. Но нельзя забывать, что алкалоидициноглоссин и глюкоалкалоид консолидин оказывают парализующее действие на центральную нервную систему. Из-за них и ещё некоторых веществ окопник является довольно-таки ядовитым растением.

Корни окопника не терпят кипячения — от этого разрушаются самые целебные элементы. Поэтому с подозрением я отношусь к таким рецептам, как от бронхита, гастрита, язвенного колита: 1 столовая ложка корня на 0,5 л воды, варить 5 минут, настоять 1 час. Принимать по 100 мл 4 раза в день. А при ангине вообще рекомендуют варить 10 минут. Поэтому я остановлюсь лишь на самых надёжных прописях.

АДЕНОМА ПРОСТАТЫ. 2 чайные ложки корней залить 2 стаканами кипятка (не кипятить), настоять 1 час. Принимать по полстакана 3-4 раза в день.

РАК МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ. Свежие корни провернуть через мясорубку и на тряпочке прикладывать к опухоли. Делать 1 раз в сутки, затем менять.

САРКОМА, ТРОМБОФЛЕБИТ, СИЛЬНЫЕ УШИБЫ. Втирать или прикладывать мазь из свежего или сухого распаренного корня, смешанного со свиным жиром.

ТУБЕРКУЛЁЗ ЛЁГКИХ. 40 г корня залить 1 л горячего молока, настаивать в тепле всю ночь. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

ПЕРЕЛОМ КОСТИ. Прикладывать компрессы из свежего корня окопника. Зимой сушёный корень истереть в порошок (растирается легко) и смешать для основы со свиным салом.

РАК РАЗНОЙ ЛОКАЛИЗАЦИИ. Я пользуюсь часто таким своим рецептом: 1 чайную ложку истолчённого корня на ночь залить стаканом холодной кипячёной воды. Настоять 8 часов. Этот настой слить в другую посуду, а корни залить 1 стаканом кипятка. Настоять 1 час, процедить. Соединить оба настоя. Принимать по полстакана 3-4 раза в день до еды либо через 2 часа после еды. Если надо ограничить жидкость, то 1 чайную ложку корня заливаю 100 мл холодной воды, а утром — 100 мл кипятка. В этом случае принимать по 50 мл 3-4 раза в день. А распаренные корни можно прикладывать на опухоль или поражённую кость. Использую я это средство только в комплексном лечении.

* * *

Я уже говорил, что окопник ядовит. Мне не приходилось сталкиваться со случаями отравления, но если это вдруг произошло, то необходимо промыть желудок слабым раствором марганцовки, принять солевое слабительное и лекарства, поддерживающие дыхание и кровообращение.

Должен сказать, что решением Всемирной организации здравоохранения окопник запрещён для внутреннего применения во всех формах, кроме гомеопатии. Установлено, что содержащиеся в нём пирролизидиновые алкалоиды могут вызвать капиллярные кровоизлияния в печени (даже со смертельным исходом). В других источниках перепуганные медики высказывали мнение, что окопник противопоказан при раке. На мой взгляд, возможно, он действительно нежелателен при плоскоклеточных формах рака, но при слизистых и других десятках видов злокачественных опухолей он давал неплохие результаты. В ряде случаев окопник, вкупе с другими противоопухолевыми растениями, помог мне справиться с метастазами в рёбра и позвоночник при раке молочной железы, лёгких и других внутренних органов, а также с саркомой.

Окопник снижает кровяное давление, что следует учесть при гипотонии. Он усиливает сокращение мускулатуры матки, поэтому противопоказан при беременности.

205. ОЛЕАНДР ОБЫКНОВЕННЫЙ

Из побережья Средиземного моря он добрался до нас, в среднюю полосу России, в качестве комнатного растения. У него душистые, махровые, крупные розовые цветы, запомнившиеся мне своей красотой ещё в раннем детстве. Как начнут цвести — душистым ароматом наполняется комната. Как и все малыши, я хотел не только понюхать, но и пожевать такой заманчивый цветок — вдруг и вкус у него необыкновенный. «Нельзя, — сказала мне мама. — Он очень ядовитый». Мамины слова — закон. Они запомнились мне на всю жизнь.

Медициной признано, что олеандр — эффективное кардиотоническое средство. Его действие сравнимо с наперстянкой, но в отличие от него гликозиды олеандра действуют быстрее и мягче, быстрее выводятся из организма. Олеандр назначают при аритмии с ускоренным сердцебиением, при сердечной недостаточности и стенокардии, при застойных явлениях в малом круге кровообращения, при пороке митрального клапана с мерцательной аритмией. Используют в микродозах порошок из листьев или спиртовую настойку. Средняя доза исчисляется тысячными долями грамма, и в домашних условиях использование олеандра практически невыполнимо. Поэтому всякая самодеятельность чревата опасными последствиями.

Тем не менее в народной медицине при умелом пользовании настоей листьев олеандра пьют при нервном истощении, головных болях, эпилепсии, судорогах, апоплексии, бессоннице. Наружно делают примочки при мокнущей экземе, лишае и других кожных заболеваниях, полощут рот при зубной боли.

* * *

Порошок из листьев не оказывает лечебного эффекта при хронических нефритах, гипертонии, кардиосклерозе, протекавших с декомпенсацией сердца.

206. ОЛЬХА КЛЕЙКАЯ (ЧЁРНАЯ)



В сырых заболоченных местах, по берегам ручьёв и рек они обычно растут попеременно, ольха серая и ольха чёрная. У серой ольхи кора светлая, гладкая, а у чёрной тёмно-бурая, с трещинами. Впрочем иногда только по коре различить их бывает трудно. Смотришь на листья. У серой они с острым кончиком, а у чёрной ольхи листья тупые, с небольшой выемкой. Весной, сразу после распускания почек, нежные листочки чёрной ольхи клейкие, липнут к рукам. Это самое лучшее время для их сбора. Расстелешь на молодой травке скатерть или чистую простыню, раскладываешь на ней собранные листья тонким слоем. В кучу нельзя — моментально начинают греться, чего ни в коем случае допускать нельзя. И когда домой везёшь, то постоянно ворошишь их, иначе через два-три часа пути «сгорят», домой привезёшь горячую бурую кашу — такая мощная энергия скрыта в этих маленьких липких листочках.

Без листьев чёрной ольхи я не мыслю лечение многих видов рака. Не знаю почему, но многие авторы книг про лекарственные растения чёрную ольху обходят стороной, больше говорят о серой, да и то, в основном, про ольховые шишки, иногда про листья и кору. Лишь в трудах доктора медицинских наук Л. В. Пастушенкова я нашёл такие строки: «Отвар листьев ольхи (чёрной) рекомендуют как лёгкое слабительное, потогонное и противокашлевое средство, используют при ревматизме и подагре, раке молочной железы, выходной части желудка, поджелудочной железы, двенадцатиперстной кишки, пищевода, прямой кишки, горла и матки». И все, без какого-либо комментария или рецепта. В одном ряду со слабительным или противокашлевым средством.

Настой листьев и настойку почек чёрной ольхи я часто включал в противоопухолевые комплексы и наблюдал положительные результаты, особенно при раке поджелудочной железы и раке прямой кишки, отчасти при раке пищевода.

РАК РАЗНОЙ ЛОКАЛИЗАЦИИ. 1 столовую ложку измельчённых листьев залить 1 стаканом кипятка и настоять 4 часа, или греть на водяной бане 30 минут, после остывания процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день незадолго до еды. Можно усилить настойкой почек чёрной ольхи. Настойка готовится из 5 столовых ложек почек на 0,5 л водки. Настаивать не меньше месяца. Принимать по 30 капель 3 раза в день до еды, лучше всего вливая в принимаемую порцию настоя листьев, либо в настое другого назначенного растения.

* * *

Каких-либо противопоказаний (или жалоб со стороны больных) не наблюдалось. Возможно, потому, что препараты принимались в содружестве с другими растениями, смягчающими или, наоборот, усиливающими действие химического состава препаратов чёрной ольхи.

207. ОМЕЖНИК ВОДЯНОЙ

Собирая водные растения, иногда прихватишь заодно несколько горстей семян омежника. Растение это довольно высокое, приметное тем, что внешне напоминает воздушными и тонко рассечёнными (как у моркови) листьями, дудчатым стеблем, растущим зачастую из воды, и зонтиками мелких белых цветков ядовитый вех или цикуту. Впрочем и сам омежник ядовит, особенно корни (растение содержит ядовитое смолоподобное вещество энантоксин, по действию близкое к цикутотоксину).

Настойка из плодиков или сами семена, истёртые в порошок, хорошо помогают при заболеваниях дыхательных путей и лёгких с обильным выделением мокроты — при бронхитах, астме, туберкулёзе, пневмониях, респираторных инфекциях. Омежник успокаивает боли в желудке и кишечнике, полезен при метеоризме.

При указанных заболеваниях внутрь принимают по 1-2 г порошка с мёдом — это за весь день небольшими порциями.

Настой готовится из 5 г семян на 0,5 л кипятка, выстоять 1 час, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день. В острый период болезни доза увеличивается: по полстакана настоя до 6 раз в день.

* * *

Противопоказан омежник при воспалении почек, печени. Содержащиеся в плодах эфирные масла могут раздражать поджелудочную железу.

208. ОМЕЛА БЕЛАЯ

Шаровидный кустарничек, поселяющийся на ветвях различных лиственных деревьев, реже на хвойных, высоко наверху, просто так до него не дотянуться. Висит такой вечнозелёный шар на макушке дуба или тополя, разветвлениями корней проникая под кору и древесину дерева-хозяина, образуя многочисленные присоски, и высасывает из хозяина соки. Короче говоря, паразит. А ведь любят его, паразита, на Украине, в Крыму, Беларуси. Растение ядовито, тем не менее пользуется в народе широкой популярностью при лечении всяческих болезней. Применяется внутрь в виде настоек и отваров при эпилепсии, ипохондрии, истерии и как противосудорожное средство.

Водный настой веток с листьями и ягодами улучшает работу кишечника, останавливает кровотечения, успокаивает нервную систему, снимает головные боли. Омелу назначают при повышенной функции щитовидной железы, атеросклерозе, злокачественных образованиях. Свежий сок применяют при выпадении прямой кишки. Чай из омелы пьют, чтобы поднять жизненный тонус.

Обычно используют омелу, взятую с берёз. Отвар омелы с граба, дуба и сосны пьют при болезнях сердца, нервных заболеваниях, туберкулёзе лёгких, астме, ревматизме, иногда при раке.

Меньше всего ценится омела, снятая с яблони или груши. Мне привозили грушевую омелу и, признаться честно, применения ей я не нашёл. Видимо, сработал принцип — иметь дело только с теми растениями, которые сам собрал. К тому же кто может поручиться, что эта омела никогда не слышала о Чернобыле?

* * *

Я не стал приводить известные мне рецепты только потому, что если человек захочет лечиться омелой, то прежде всего поинтересуется, как и от чего ему готовить отвар или настой.

А противопоказания у омелы имеются. Нельзя принимать её препараты при низком давлении, астении. Не окажет она помощь при пониженной функции щитовидной железы.

Омела противопоказана при беременности.

209. ОРТИЛИЯ-РАМИШИЯ ОДНОБОКАЯ

Было время, когда боровую матку — так называют в народе рамишию — привозили с Алтая. Даже в те, советские времена, она дорого ценилась. Когда Советский Союз рухнул, началась политическая игра в суверенитеты. Алтай ввёл запрет на вывоз редких и ценных растений, приравнивая к контрабанде и накладывая солидные штрафы. Период этот, к счастью, был непродолжительным, но как обойтись без боровой матки год или два? И позже, когда стало дозвоительно вывозить, кто бы стал заниматься этим, если стоимость проезда в те благодатные места превратила бы в золото каждый цветок?

И надо же быть тому — оказалось, что рамишия однобокая растёт и у нас, в Башкортостане. Правда, в очень редких местах, и знали об этом единицы.

Боровая матка ценится как эффективное средство для лечения гинекологических заболеваний воспалительного характера. Её применяют при фибромах матки с обильным кровотечением, эрозии шейки матки, инфантилизме, нарушениях менструального цикла, токсикозе беременности. Хорошо помогает при бесплодии. Рамишию я неоднократно включал в лечебные комплексы при раке женских половых органов.

Кроме того, рамишия используется как мочегонное при циститах и заболеваниях почек (нефриты, пиелонефриты). Кстати, это не только женская трава. Боровой маткой лечат простатит. И если не пожалеть столь ценное сырьё, то можно лечить и геморрой.

ФИБРОМА МАТКИ. 1 столовая ложка травы на 1 стакан кипятка, кипятить на слабом огне 5 минут, 1 час настоять. Пить по 2-3 столовые ложки 3 раза в день до еды. Таким же отваром можно спринцеваться при эрозии шейки матки.

ВОСПАЛЕНИЕ ТРУБ. При воспалении труб, сопровождающихся спаечным процессом, принимать по 30-40 капель настойки 3-4 раза в день. Для настойки треть банки заполнить травой, доверху залить водкой, настоять 4-5 недель. Курс лечения от 2-3 недель до нескольких месяцев — это зависит от продолжительности и тяжести заболевания. Так, если воспалительный процесс труб длится более года, то на каждый год болезни надо принять 200-250 мл настойки из расчёта на ежедневные 3— 5 мл. В первые 1-2 месяца я присоединяю настой травы грушанки, хотя бы 1 чайную ложку на стакан кипятка, настоять 2 часа, принимать по 1/3 стакана, капая туда 30-40 капель настойки рамишии.

БЕСПЛОДИЕ. Рецепт тот же самый — по 30-40 капель настойки 3 раза в день до еды. Можно вместе с настоем грушанки.

ПОЛИКИСТОЗ ЯИЧНИКОВ. Принимать настойку боровой матки по 30-40 капель 3 раза в день за полчаса-час до еды.

ТОКСИКОЗ БЕРЕМЕННОСТИ. Принимать по 30 капель настойки на ложке воды за полчаса до еды.

* * *

Рамишия однобокая — растение не токсичное, однако нежелательно применять длительно при атонии кишечника, повышенной вязкости крови, или надо предпринять контрмеры, заставляющие улучшить перистальтику кишечника, улучшить формулу крови.

210. ОСИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

Она живёт в среднем столько же, сколько человек — 60-80 лет, редко достигая столетнего возраста. И болеет так же часто, как и человек. Удивительное совпадение. Отличие разве только в том, что человек равнодушен, безразличен к её судьбе, а осина верой-правдой служит человеку. Я уж не говорю о том, что самая чистая вода бывает в колодце с осиновым срубом. Не стану перечислять те материальные блага, которые даёт

осина для промышленности и личного быта человека. Остановлюсь на целебных свойствах, поддерживающих, а порою и спасающих человеческую жизнь. Я уже упоминал о том, как отварами тонкой коры с молодых веточек осины я успешно излечивал гиперплазию и рак предстательной железы. Не только я, но и народная медицина многих стран издавна пользуется осиной как лечебным средством. Не стану перечислять все, остановлюсь лишь на некоторых моментах.

Настой или отвар осиновых почек изгоняет застарелую простуду, приносит облегчение при лихорадке, пневмонии и туберкулёзе лёгких. Отварами почек лечат цистит и другие заболевания мочевого пузыря, почек, недержание мочи в пожилом возрасте. Спиртовая настойка из внутренней коры молодых ветвей лечит нейроревматизм (хорею). Припарки из молодых листьев осины используют при артралгии, межрёберной невралгии — они уверенно снимают боль. Порошок коры заваривают как чай и пьют при колите. Из почек осины готовят настойку: заполнить ими половину банки (любой — в зависимости от потребности), доверху залить водкой. Настаивать в тёмном месте — я настаиваю не меньше месяца. Ежедневно надо встряхивать.

НЕДЕРЖАНИЕ МОЧИ У СТАРИКОВ, ПОДАГРА, РЕВМАТИЗМ. Принимать по 25-30 капель настойки 3 раза в день на рюмке воды.

МИГРЕНЬ. Хорошо помогает такая же настойка, если принимать по 1 чайной ложке 3 раза в день за час до еды, на воде или запивая водой.

МАСТОПАТИЯ. 600 г коры осины залить 2 л воды, довести до кипения и на слабом огне варить 2 часа. Настоять до охлаждения, процедить. Влить в отвар 0,5 л водки. Полученную смесь разделить на 20 частей-порций. Пить 20 дней подряд за полчаса до еды.

НЕФРИТ. Готовить отвар из расчёта 1 столовая ложка смеси веточек, листьев и коры на 1 стакан воды. Кипятить 10 минут. Принимать по полстакана 3-5 раз в день. Через 3-4 недели сделать перерыв на 10 дней и при необходимости курс повторить.

ВОСПАЛЕНИЕ ПРИДАТКОВ. Сжечь осиновые поленья, просеять полученную золу. Настой готовить из 4 столовых ложек золы на 1 л кипятка, настаивать 10 дней, процедить. Принимать по 8 чайных ложек 3 раза в день через час после еды. Курс 11 дней, затем 22 дня перерыв, и снова повторить курс в 11 дней. В это время не есть пряного, солёного, острого. Лечение даёт хорошие результаты. Кстати, точно так же лечатся колиты, воспаление мочеточников.

ПАНКРЕАТИТ. В 0,5 л холодной воды кладут 3 столовые ложки коры, доводят до кипения и варят 10 минут. Настаивать до охлаждения, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 4 раза в день до еды.

ДИАБЕТ. Такое же приготовление и применение, как при панкреатите.

ГИПЕРТРОФИЯ ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ, ХРОНИЧЕСКОЕ ВОСПАЛЕНИЕ МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ, БОЛЕЗНЕННОЕ МОЧЕИСПУСКАНИЕ. Берут 100 г коры или почек на 1 л водки. Настаивают 2 недели (как минимум). Принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды. Курс лечения 1-2 месяца.

РАК ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ. Используется кора молодых ветвей из расчёта 1 столовая ложка на 1 стакан кипятка. Кипятить на слабом огне 5 минут или парить на водяной бане 30 минут. Принимать по четверти стакана 3-4 раза в день до еды. (Я нахожу, что и здесь требуется комплекс с использованием болиголова, сока дурнишника, настойки грушанки и других вспомогательных средств. Один месяц использую кору осины, другой месяц кору или лист лещины, затем снова возвращаюсь к осине.)

* * *

Препараты осины переносятся легко. Не надо лишь забывать о том, что отвары почек обладают вяжущим действием и не следует назначать их при застарелых кишечных болезнях с упорными запорами. Необходимо проявить осторожность и предпринять необходимые меры при дисбактериозе.

211. ОСЛИННИК ДВУЛЕТНИЙ



Растение сорное, часто встречаемое на пустырях, по обочинам дорог, по оврагам и берегам рек, на выгонах. Его химический состав не изучен. Мало кто обращает внимание на него как на лечебную траву. Пользуются им, в основном, только знатоки-травники. И с успехом: настоек травы на водке, назначаемой каплями, можно остановить даже изнурительные детские поносы, когда другие средства бессильны. Лечат ослинником хроническое истощение. Отвар травы стимулирует работу желудка, печени и селезёнки. Отвар корней назначают при туберкулёзе лёгких, а отвар соцветий — при нефрите.

ИСТОЩЕНИЕ, ХУДОБА. 3 столовые ложки высушенной травы ослинника на 0,5 л сырой воды, довести до кипения и варить 3-4 минуты, настаивать 1 час, процедить. Принимать по трети стакана 3-4 раза в день до еды.

ТУБЕРКУЛЁЗ ЛЁГКИХ. Здесь потребуются сушёные корни ослинника. 1 столовую ложку измельчённых корней кладут в стакан воды, варят на слабом огне 5-6 минут, настаивают 2 часа. После процеживания принимают по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день до еды.

ЭКЗЕМА. 2 столовые ложки смеси сухих измельчённых листьев и соцветий ослинника залить 0,5 л кипятка, закрыть крышкой и настоять 2-3 часа. Принимать по четверти стакана 3-4 раза в день. Значительно облегчает состояние, экзема идёт на убыль.

* * *

Конкретных противопоказаний пока не выявлено, но я бы не советовал применять ослинник при атонии кишечника, геморрое.

212. ОСОКА ПЕСЧАНАЯ

В лечебной практике разных стран используются корневища с корнями. Отвары дают пить при бронхитах с сильным кашлем, пневмонии, туберкулёзе лёгких, бронхиальной астме. Эффективны они при хронических колитах, сопровождающихся хроническими запорами и метеоризмом. Корни осоки песчаной применяют и при разнообразных кожных заболеваниях: васкулитах, нейродермите, экземе, псориазе, красном плоском лишае, фурункулёзе.

БРОНХИТ, АСТМА. 2, 5-3 столовые ложки измельчённых корневищ осоки на 3, 5 л воды. Довести до кипения и на слабом огне упарить, пока не останется около двух стаканов жидкости. Настоять 2 часа, процедить. Принимать по четверти стакана 3 раза в день до еды.

РЕВМАТИЗМ, ПОДАГРА. Можно воспользоваться приведённым выше рецептом. Но чаще всего в народе 1 столовую ложку измельчённых корней заливают 0,5 л кипятка,

настаивают 2 часа и пьют по полстакана 4 раза в день.

* * *

Противопоказаниями могут послужить диарея, язвенная болезнь желудка и гастрит в стадии обострения.

213. ОЧАНКА ЛЕКАРСТВЕННАЯ



В народной медицине пользуется большой популярностью, особенно при заболеваниях глаз. Хорошо помогает и при нарушении памяти. Очанка находит применение при респираторных заболеваниях, бронхопневмонии, ангине, бронхиальной астме, гриппе. Ею пользуются при заболеваниях печени, гепатите, гастроэнтерите, колите, гипертонической болезни.

ГЛАУКОМА. 1-2 чайные ложки травы очанки на четверть стакана холодной воды, довести до кипения и 2 минуты настоять. При остывании закапывать в уголки глаз или делать тёплые компрессы с настоем на глаза по полтора часа. Кроме того, полезно принимать внутрь по 3 столовые ложки 3 раза в день за полчаса до еды. Если в отвар добавить несколько кристалликов соли, по солёности он приближается к слезам, это хорошо для промывания глаз.

КОНЬЮНКТИВИТ, ЯЧМЕНЬ. Взять 3 чайные ложки травы очанки на 2 стакана холодной воды, довести до кипения и варить на слабом огне 10 минут. Использовать в виде тёплых ванночек к глазам (после настаивания в течение 1 часа). В тибетской медицине очанка считается одним из лучших средств при конъюнктивите.

СТЕНОКАРДИЯ. Если у вас больное сердце, стенокардия, да к тому же больные глаза — приготовьте настой из 2 столовых ложек очанки на 2 стакана кипятка, настоять 2 часа, процедить. Пить по полстакана 4 раза в день — это поможет и сердцу, и при глазных заболеваниях. Наружно использовать настой для промывания глаз.

ДИАТЕЗ, ДЕТСКИЕ ЭКЗЕМЫ, ТУБЕРКУЛЁЗ КОЖИ У ДЕТЕЙ. Готовят настой из расчёта 1 столовая ложка травы на 2 стакана кипятка, настоять 2 часа, процедить. Маленьким

детям 3-5-летнего возраста дают по столовой ложке 3-4 раза в день, в 10 лет — по 50 мл так же 3-4 раза в день, старше — от 1/3 до 1/2 стакана.

БРОНХИТ (с трудноотделяемой мокротой), **ВОСПАЛЕНИЕ ГОЛОСОВЫХ СВЯЗОК**, **ВОСПАЛЕНИЕ СЛИЗИСТОЙ ЖЕЛУДКА И ТОЛСТОЙ КИШКИ**. Точно такой же настой принимать по полстакана 4 раза в день до выздоровления.

* * *

При назначении очанки необходимо учесть, что водный экстракт травы сужает кровеносные сосуды и повышает артериальное давление, позволяя применять при гипотонии, а спиртовая настойка, напротив, гипотоникам противопоказана — снижает давление. Очанку нежелательно принимать внутрь при пониженной кислотности желудочного сока.

214. ОЧИТОК БОЛЬШОЙ



Важно не перепутать с другими видами очитков, так как они имеют разное назначение. Препараты очитка большого обычно назначают при хронической ишемической болезни сердца с частыми болевыми приступами, сердечной и лёгочной недостаточности, малокровии, хронических заболеваниях печени и желчного пузыря, желудочно-кишечных заболеваниях, дают как тонизирующее и общеукрепляющее средство ослабленным больным. Но чаще всего очиток большой используют наружно при переломах костей, трофических язвах, ожогах и как эффективное средство для выведения бородавок, мозолей.

ИШЕМИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ СЕРДЦА, СЕРДЕЧНАЯ И ЛЁГОЧНАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ, НЕРВНЫЕ БОЛЕЗНИ. Свежее растение ошпарить кипятком, пропустить через мясорубку, отжать сок и разбавить его равным количеством воды. Дать покипеть 1-2 минуты. Принимать по 1 чайной ложке 3 раза в день во время еды. Для хранения сок разбавляют водкой один к одному, принимают по 30 капель так же 3 раза в день, после еды.

* * *

Очиток большой противопоказан при гипоцидных и анацидных гастритах, при любых раковых заболеваниях.

215. ОЧИТОК ГИБРИДНЫЙ

Чаще всего используется в виде водного настоя при зобе и как тоник для центральной нервной системы. Обладает кровоостанавливающим действием при меноррагиях. У очитка гибридного к ценнейшим свойствам можно отнести то, что он тормозит развитие лейкоцитоза.

ЗОБ. 1 столовую ложку сухой измельчённой травы залить стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1-2 столовые ложки 3 раза в день.

МЕНОРРАГИЯ. Настой готовится так же. Принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день, предпочтительно до еды.

* * *

Противопоказаниями могут послужить мочекислый диатез, подагра, а также склонность к резким подскокам давления.

216. ОЧИТОК ЕДКИЙ



Его обычно применяют внутрь при болезнях желудка, печени, сердца, диатезе и детской экземе. Наружно используют в виде припарок на опухоли при новообразованиях или примочек при заболеваниях кожи, сопровождающихся мучительным зудом. Соком травы смазывают пигментные пятна, гнойные язвы. Сок, отжатый из свежей травы, в отличие от сока очитка большого, ядовит и при соприкосновении с кожей вызывает воспалительные процессы и образование пузырей, так что пользоваться им надо с большой осторожностью.

ПРОКТИТ. 2 столовые ложки травы залить 1 стаканом кипятка, настоять 1 час,

процедить. Принимать 3 раза в день незадолго до еды.

ЭПИЛЕПСИЯ. Высушенную траву очитка едкого растереть в порошок, просеять. Принимать порошок по 0,5 г (на кончике столового ножа, или размером с горошину) два раза в день, утром и вечером, в течение 3 месяцев.

* * *

Очиток едкий оказывает местное раздражающее действие, поэтому необходимо избегать приёма больших доз внутрь. Указанную дозировку можете скорректировать сами, разумеется, в меньшую сторону.

Очиток едкий противопоказан при гипертонии, беременности, повышенной нервной раздражительности.

217. ОЧИТОК ПУРПУРНЫЙ — ЗАЯЧЬЯ КАПУСТА



Уникальные лечебные свойства этого растения заслуживают высочайшей похвалы. И, разумеется, глубокого изучения и исследований, особенно к применению при злокачественных новообразованиях. Это один из биогенных стимуляторов, превышающих по биологической активности препараты алоэ, но без их противопоказаний. Его противоопухолевая активность намного превосходит болиголов и, в отличие от него, он абсолютно не токсичен. Очиток пурпурный входит в число сильнейших иммуностимулирующих средств, но действует на организм не в качестве кнута, а мягко, ласково, щадяще. Можно перечислить великое множество болезней, при которых желательно участие препаратов очитка пурпурного.

РАК ЛЮБОЙ ЛОКАЛИЗАЦИИ. Очиток пурпурный — не путать с другими видами очитков! — я уже давно использую при лечении злокачественных опухолей по своей рецептуре (к сожалению, нигде больше она не указывается, да и сами очитки часто путают, называя заячьей капустой то очиток большой, то очиток обыкновенный и т. д.). 1 столовая ложка без горки, почти вровень с краями, заваривается стаканом кипятка, настаивается 2 часа. Принимать по четверти стакана 3-4 раза в день. Заспиртованный сок назначается по 20

капель так же 3 раза в день. Лечение всегда ведётся в комплексе с другими противоопухолевыми и вспомогательными растениями.

Кроме того, настой травы полезен при туберкулёзе лёгких, пневмонии, сердечной недостаточности, эпилепсии и как тонизирующее средство при общей слабости, болезнях почек, нервных расстройствах.

* * *

Мне не приходилось обнаруживать какие-либо резкие побочные проявления даже при длительном применении этого очитка, разве что следует учесть, что он слегка повышает давление, а превышение дозировки способно вызвать кратковременное перевозбуждение, в редких случаях — головокружение и головную боль.

218. ОЧНЫЙ ЦВЕТ ПОЛЕВОЙ

Не путать с очанкой лекарственной — иногда приходилось сталкиваться с тем, что травники на рынках очный цвет предлагали под видом очанки. В заблуждение вводит схожесть названий, хотя растения эти из разных семейств и лечебное предназначение у них разное. В народной медицине очный цвет, иногда называемый курослепом, используют при нефритах, гепатитах и других заболеваниях печени, желчного пузыря, при лёгочных заболеваниях, эпилепсии, депрессии, неврозах. Считается, что очный цвет обладает противоопухолевым действием. Лечат им и заболевания глаз: сок смешивают с мёдом и применяют при катаракте, начинающемся бельме.

* * *

Растение ядовитое и требует осторожности. Приём препаратов очного цвета внутрь противопоказан при беременности — действует абортивно. Нельзя принимать при бронхитах с сухим кашлем, при затруднённом отхаркивании мокроты.

219. ПАПОРОТНИК МУЖСКОЙ

Популярен в народе как эффективное противогельминтное средство — перед ним не устоят широкий лентец, бычий цепень, карликовый цепень, другие ленточные глисты и даже солитёр. Кроме того, корнями папоротника мужского лечат ревматизм, икроножные судороги, геморрой, воспаление седалищного нерва, каплями принимают спиртовую настойку при сухом плеврите.

АДНЕКСИТ (воспаление яичников). Свежий или сухой лист папоротника измельчить, 1 столовую ложку залить 1 стаканом кипятка, настоять на кипящей водяной бане 15 минут, охладить 45 минут, процедить. Пить по четверти стакана 4 раза в день до еды. Курс лечения 2-3 недели. Желательно повторить его через месяц.

ОНКОЛОГИЯ. Выкопать весенний корень, пока ещё не поднялись листья. Вымыть, измельчить, на треть заполнить стеклянную посуду (не увлекаться, не больше трети!). Доверху залить хорошим коньяком. Настаивать 21 день, сразу процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день перед едой. Для профилактики достаточно 0,5 литра. Если лечение продолжить, то повторять не раньше, чем через месяц.

ВАРИКОЗНОЕ РАСШИРЕНИЕ ВЕН. Срезать верхнюю свежую часть корня, истолочь в кашу. Смешать 1 столовую ложку кашицы со столовой ложкой кислого молока, нанести на расширенную вену и даже на варикозные язвы слоем толщиной 1 сантиметр, обмотать сверху 6-8 слоями марли и оставить на 5-6 часов.

* * *

Препараты папоротника мужского очень токсичны. Они противопоказаны при сердечной недостаточности, болезнях печени и почек, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при острых желудочно-кишечных и лихорадочных заболеваниях, при беременности, резком истощении, малокровии и активном туберкулёзе. При наличии таких серьёзных противопоказаний лучше всего обратиться к другим лечебным средствам.

220. ПАСЛЁН СЛАДКО-ГОРЬКИЙ



Все части растения ядовиты. С лечебной целью используются листья, стебли, цветки, плоды. И находят они довольно широкое применение при разных заболеваниях: ангине, коклюше, гриппе, бронхиальной астме, туберкулёзе лёгких, отите, экссудативном диатезе, скрофулёзе, грибковых поражениях кожи, псориазе, дерматите, желтухе, асците, цистите, болезнях почек, гельминтозе, нервных болезнях, эпилепсии, заболеваниях суставов, вызванных нарушением обмена веществ, ревматизме, гингивите, стоматите, рожистых воспалениях, ранах, язвах, ожогах. Вот ведь какой длинный перечень получился. И это ещё не все. Я стараюсь не расходовать это растение на несложные болезни, где можно обойтись другими, даже более эффективными средствами, зато при злокачественных заболеваниях крови, при лейкозе иногда трудно бывает обойтись без сладко-горького паслёна. Порошок из высушенных стеблей даёт неплохие результаты и при лечении панкреатита.

Растение сильнодействующее, поэтому и дозировки его соответствующие.

ВОСПАЛЕНИЕ МИНДАЛЕВИДНЫХ ЖЕЛЕЗ, ВОСПАЛЕНИЕ СРЕДНЕГО УХА. На 2 стакана кипятка кладут 1 чайную ложку измельчённых стеблей с листьями и цветками. Настаивать 4 часа, процедить. Принимать по 1 столовой ложке отвара 3-4 раза в день до еды. Этот же настой полезен при гриппе, пневмонии, невралгиях. Курс — 2 недели.

ЛЕЙКОЗ, ЗЛОКАЧЕСТВЕННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ КРОВИ. 1 чайная ложка измельчённого растения заваривается стаканом кипятка. На водяной бане парить 30 минут, через 10-15 минут процедить. Принимать настой по 1 чайной ложке 3-4 раза в день. Курс лечения 3-4 недели, после чего сделать на пару недель перерыв и повторить снова.

АСТМА, ВОСПАЛЕНИЕ БРОНХОВ, БОЛИ В УШАХ, А ТАКЖЕ ЖЕЛТУХА, ВОДЯНКА, ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ КОЖИ. На 150 мл воды положить 1 чайную ложку измельчённой в порошок травы. Кипятить 10 минут. Пить по 2 чайные ложки в день на протяжении 10 дней, после чего сделать перерыв в 10 дней. При необходимости лечение продолжить, укладываясь в те же самые сроки.

ПАНКРЕАТИТ. Высушенные стебли истереть в порошок, принимать 3 раза в день за 15 минут до еды на кончике ножа. Если сразу после приёма во рту появляется ощущение сладости, то поджелудочная железа воспалена сильно, а если панкреатит слабый, то сладость во рту больной почувствует через 10-15 минут.

* * *

Противопоказаниями к его применению могут послужить тяжёлые сердечно-сосудистые заболевания, диарея, беременность.

221. ПАСЛЁН ЧЁРНЫЙ



В южной части Уфы крутая тропинка змейкой вилась по дну Черкалихинского оврага, спускаясь с горы к реке Белой. На склонах оврага в бурьяне полным-полно было паслёна чёрного. В годы войны мы, мальчишки, спускаясь к реке искупаться, всякий раз ползали по склонам оврага, чтобы наестся спелых чёрных ягод «бзники», переиначив на свой лад одно из народных названий чёрного паслёна «базника» (в разных местностях у него и названия разные — волчьи ягоды, собачьи ягоды, сорочьи ягоды, вороньи ягоды; по-видимому, собаки и волки, сороки и вороны, тоже были не прочь полакомиться водянисто-сладковатыми ягодами паслёна). Много позже, уже будучи взрослым, я многое узнал об этом даре природы. А ведь в природе ничего не бывает случайного. Она и голодного накормит, и больного исцелит. (Оказывается в зрелых плодах содержится до 1 630 мг% аскорбиновой кислоты. А ведь зелёные или недозревшие ягоды мы не трогали, как будто знали своим детским чутьём, что они содержат в себе ядовитые гликоалкалоиды соланин и соласодин, которые при созревании ягод разрушаются.)

Уже будучи взрослым я узнал, что паслён чёрный используют в народной медицине Англии, Франции, Португалии, Турции, Венесуэлы и целого ряда других государств на разных континентах. А в народной медицине нашей страны растение не используют. Но это лишь официальная версия.

Давно подмечено, что паслён чёрный снижает повышенную половую возбудимость у женщин, полезен как успокаивающее средство при буйном помешательстве, возбуждённом состоянии, эпилепсии, судорогах, спазмах желудка, мочевого пузыря, заболеваниях, сопровождающихся зудом. Он налаживает менструальный цикл, одинаково хорошо действует и при скудных, запаздывающих, нерегулярных, а также слишком обильных менструальных кровотечениях.

Ещё одна любопытная сторона. Французские травники считали, что паслён особенно полезен тем, кто живёт или работает в холодных, сырых помещениях. Было замечено, что лучше он действует на блондинок с рыжеватым отливом волос, с белой веснушчатой кожей, на женщин флегматичных, кроткого нрава, предрасположенных к простудным заболеваниям. Народные целители рекомендуют зрелые плоды паслёна чёрного употреблять в пищу больным гипертонией и атеросклерозом только по 5-6 ягод в сутки — не больше. Я нахожу в этом отзвук предрассудков.

Сок свежих листьев вводят по 1-2 капли в каждую ноздрю 2-3 раза в день, когда насморк приобретает хроническую форму.

Из спелых плодов паслёна чёрного варят вкусное варенье — на килограмм ягод один килограмм сахара. Известно, что ягоды повышают остроту зрения, а варенье предназначено для улучшения зрения в пожилом и старческом возрасте.

Настой из листьев чёрного паслёна применяют как вяжущее при дизентерии, а также при гепатитах и желчно-каменной болезни, при головной боли, при ревматизме. Высушенные молодые побеги с листьями и цветками используют при лечении бронхиальной астмы, простудных заболеваний, цистите, гастритах. Наружно компрессы из настоя листьев или ягод назначают при геморрое, язвах, нарывах, псориазе, экземе, рожистом воспалении, а также настоем полощут рот при катаральной ангине, при стоматитах, гингивитах.

Известно из некоторых источников, что паслён чёрный употребляют при лечении эпилепсии, мигрени.

Растение действует избирательно при различных заболеваниях при одинаковом приготовлении. Вот один из примеров.

ЗАБОЛЕВАНИЯ КОЖИ, ЗУДЯЩИЕ ЭКЗЕМЫ, КАШЕЛЬ, ПРОСТУДА, БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА, БОЛИ В УШАХ, РЕВМАТИЗМ, НЕВРАЛГИИ, НЕРЕГУЛЯРНЫЕ МЕНСТРУАЦИИ, ГИПЕРТОНИЯ, ГАСТРИТЫ, ЦИСТИТ. Высушенную траву с листьями и цветками истереть в порошок. Чайную ложку порошка залить стаканом воды, на слабом огне кипятить 15 минут, настоять 2 часа, процедить. Пить по 1 чайной ложке (при возможности и по 1 столовой ложке) 2-3 раза в день. Отвар можно хранить в холодильнике 5-6 дней. При употреблении смешать с ложкой кипятка, чтобы принимать лекарство в тёплом виде.

НЕВРОЗЫ, ГОЛОВНЫЕ И ЖЕЛУДОЧНЫЕ БОЛИ, ДИАТЕЗ, ПОДАГРА, СПАЗМАТИЧЕСКИЙ КАШЕЛЬ, БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА, РЕВМАТИЗМ, НАРУШЕНИЯ МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА. Пить как чай из расчёта 1 чайная ложка измельчённой травы на стакан кипятка (заварить и пользоваться, процедив, через 5-10 минут).

ИНОПЕРАБЕЛЬНЫЙ РАК. На полтора стакана воды класть 1 столовую ложку травы с зелёными ягодами. Кипятить 10-15 минут на слабом огне. После остывания процедить. Принимать по 15 мл 3-4 раза в день при иноперабельном раке. (По рецепту М. Ф. Игнатенко. Я им ни разу не пользовался, но, видимо, рецепт имеет право на существование, если учесть ещё нераскрытые возможности чёрного паслёна. Входящий в химический состав чёрного паслёна алкалоид салосодин служит основой для синтеза гормона кортизона. Возможно, борьбу против злокачественных клеток ведёт и алкалоид соланин.)

* * *

Паслён чёрный, кроме зрелых ягод, сильно ядовит. С осторожностью надо пользоваться им при заболеваниях печени, поджелудочной железы. Противопоказан он при гипотонии, вегетососудистой дистонии. Его препараты не следует принимать при желудочно-кишечных заболеваниях с диареей, а плоды — при метеоризме. Не следует назначать паслён при беременности.

222. ПАСТУШЬЯ СУМКА

Всем знаком этот сорняк, который селится, подобно одуванчику, на любом открытом пространстве и так же плодovit: за лето может дать четыре поколения. Положено собирать траву во время цветения, а пастушья сумка с весны до глубокой осени несёт на себе одновременно почки, цветы и плоды, похожие на сердцевидные, туго заполненные сумочки со швом посередине.

Кровоостанавливающее действие пастушьей сумки известно было давно. Ещё Гиппократ применял её при заболеваниях матки. И в средние века этот сорняк повсеместно служил для остановки кровотечений — в этом было главное его назначение. Но в те времена больше, чем знахари, интересовались пастушьей сумкой алхимики. Они перерабатывали в своих лабораториях огромное количество этого сорняка, пытаясь с его помощью отыскать философский камень. Не могли алхимики поверить, что «сумка» не скрывает главной тайны мироздания.

В народной медицине пастушью сумку — траву и сок из неё — применяют для остановки лёгочных, желудочных, кишечных кровотечений. При маточных кровотечениях климактерического периода, затяжных болезненных менструациях, а главное — при срыве беременности пастушья сумка оказывается незаменимой. Необходимо попить 2-3 месяца отвар, чтобы не произошло повторного срыва беременности. Кроме того, пастушью сумку применяют для стимулирования (укрепления) детородных органов у женщин. Когда диафрагма таза, связки матки или её мускулатура «разболтались» и ослабли, могут помочь чай или настойка из пастушьей сумки.

Для тех, кто намерен впервые собрать траву пастушьей сумки, или кто заготавливал её, но не знал этого, скажу, что здесь имеются свои тонкости. Дело в том, что растение часто бывает покрыто каким-то белым грибок (или это «мучнистая роса»?) — пока никто не интересовался и не знает, что это такое. Дело в том, что грибок становится видимым на поздней стадии своего развития, хотя может уже присутствовать на растении, когда его ещё не видно (разве только через сильную лупу разглядишь). Понятно, что грибок этот в какой-то степени нейтрализует полезное действие веществ, содержащихся в пастушьей сумке. Конечно, покрытую белой «пудрой» траву никто не возьмёт, а если этот грибок уже появился, хотя и не виден глазу? В этом случае надо внимательно рассматривать собранную траву и в целях профилактики на день-два подвешивать её на солнце. Если растение остаётся чистым и зелёным — можете смело развешивать в тени, и тогда получите сырьё высокого качества.

А лечить пастушьей сумкой можно не только женские болезни. Прекрасно лечит она болезни почек, особенно нефрит. Даёт положительные результаты и при болезнях печени. Применяют её при гипертонии. Немалую пользу приносит пастушья сумка при злокачественных язвах и раке желудка, опухолях, раке и фиброме матки. Траву, настоянную на водке, пьют при язве желудка.

БОЛЕЗНИ ПЕЧЕНИ И ПОЧЕК. Летом отжимают из свежей травы сок и принимают по 40 капель пополам с водой 3 раза в день. На зиму сок можно законсервировать пополам с водкой и принимать по 30-40 капель с водой. Или 40-50 г сушёной травы залить 1 л кипятка, настоять 1 час, процедить и принимать в тёплом виде по полстакана 3-4 раза в день.

КЛИМАКС. При сильных приливах и кровотечениях 1 столовую ложку травы заварить в стакане кипятка, настоять 2 часа. Принимать по 1-2 столовые ложки 4 раза в день за полчаса до еды.

НЕДЕРЖАНИЕ МОЧИ. 3 столовые ложки травы залить двумя стаканами кипятка в термосе, настаивать 3-4 часа. Принимать по полстакана 4 раза в день до еды.

МАТОЧНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ. 2-3 столовые ложки сушёной травы на 1 стакан кипятка, закрыть крышкой и настоять 2 часа. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день. Обычно через день-два кровотечение прекращается, но надо ещё дня два попить настой хотя бы один раз утром или на ночь.

СТРЕСС. Попринимать свежий сок по 40-50 капель с водой 3 раза в день.

ГИПЕРТОНИЯ. Приготовить настойку. Для этого заполняют стеклянную банку на две трети, доверху заливают водкой. Уже через 2 недели можно пользоваться, а процедить и отжать — через месяц. Принимать по 25-30 капель на столовой ложке воды 3 раза в день до еды. Пользоваться можно длительно.

* * *

Растение неядовитое, свежие листья используют в салатах, кладут в щи, из них получается вкусная начинка для пирогов. Но побочные проявления имеются и у пастушьей сумки. С ней надо быть осторожным при повышенной свёртываемости крови, необходимо наблюдать за содержанием протромбина в крови, особенно при длительном применении. Нежелательно принимать её препараты при скудных менструациях. При гипотонии пользоваться не больше нескольких дней. Не применять при беременности, даже если требуется остановить кровотечение.

223. ПАТРИНИЯ

На галечниках и щебнистых склонах гор Кузнецкого Алатау, на Алтае, в Хакасии, южных областях Сибири и в предгорьях Средней Азии (Тянь-Шаньский район) валериану не встретишь. Но свято место пусто не бывает, так говорят в народе. И природа населила те места другим растением — где-то встретишь патринию сибирскую, в другом месте патринию скальную, а ближе к Семиречью — патринию среднюю (валериана каменная). По успокаивающему действию все эти виды патринии в полтора-два раза сильнее валерианы и применяются также при бессоннице, кардионеврозе, как успокаивающее при беспокойстве, удушье, головной боли. Местное население использует и при некоторых других болезнях, как вспомогательное при туберкулёзе, почечных и печёночных коликах, как болеутоляющее, при лихорадочных состояниях.

Используются настой корней или спиртовая настойка — как и у обычной валерианы. Рецепты практически одни и те же.

Патриния противопоказана при гипотонии, так как понижает давление. Нельзя пользоваться ею при сгущённой крови, тромбозах (её препараты повышают свёртываемость крови). Не следует пользоваться при заболеваниях полости рта (патриния довольно сильно раздражает слизистые оболочки). Передозировка может вызвать головную боль и дурные сновидения.

224. ПЕРВОЦВЕТ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ



Одно из первых весенних растений, к которому все относятся с любовью и нежностью. Дети выдёргивают из кисти цветочки и высасывают сладкий сок, взрослые срывают молоденькие листья на салат — по вкусу он мало чем уступает огородному салату, а по пищевой ценности намного превосходит его. Ни одно растение не содержит в листьях столько аскорбиновой кислоты, как первоцвет.

Травники заготавливают первоцвет на лекарственные цели. При хроническом бронхите это одно из самых нежных и верных средств. Используют в первоцвете все: листья, цветки, корни. Настой или отвар корней — эффективное отхаркивающее средство. Если когда-то лучшей в этом отношении считалась импортная сенега, то выяснилось, что первоцвет по этим качествам в пять раз сильнее сенеги. Поэтому он часто находит применение при пневмонии, бронхиальной астме.

Настой цветков хорошо помогает при мигрени, головокружении, воспалении мочевого пузыря и как лёгкое слабительное. Кстати, настой цветков считается полезным при параличе.

В народе из листьев первоцвета готовят «любовный напиток». Листья быстро сушат в духовке, растирают в порошок и укладывают в плотно закрывающуюся посуду, лучше всего в склянку с притёртой крышкой. В долгие зимние вечера пьют чай, заваривая половину чайной ложки порошка в стакане кипятка, настаивают, укутав, 20-30 минут и добавляют 1-2 крупинки соли. Считается, что такой чай помогает сохранить семейное счастье, непоколебимую любовь и спокойствие в доме. Порошок хорошо хранится — даже через год содержащиеся в нём полезные вещества не теряют своей активности.

Я давно обратил внимание на то, что во многих народных рецептах по применению первоцвета упоминается мигрень. Затем ввёл в свою практику и действительно получал хорошие результаты (при использовании одновременно и нескольких других трав). Впрочем и сам первоцвет способен справиться с этой болезнью.

МИГРЕНЬ, ДЛИТЕЛЬНЫЕ ГОЛОВНЫЕ БОЛИ. Рыхло заполнить стеклянную банку свежими цветками первоцвета и залить сухим виноградным вином. Настоять 3 недели. После процеживания принимать по 50 мл 3 раза в день до еды — как прекрасное лекарство.

МИГРЕНЬ, ГОЛОВОКРУЖЕНИЯ. Полную столовую ложку измельчённых сухих цветков залить стаканом кипятка, настоять 30 минут и выпить в тёплом виде, как чай. Или заваривать чуть побольше и принимать по полстакана 3 раза в день.

МИГРЕНЬ, НЕВРОЗЫ, БЕССОННИЦА. Заварить 2-3 столовые ложки измельчённой

сухой травы в 0,5 л кипятка, лучше в термосе — это суточная доза.

БОЛЕЗНИ ПОЧЕК, МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ. Неполную чайную ложку корней (без высокой горки) залить стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день. Это полезно и при общей слабости, плохом аппетите, бессоннице, запорах и как мочегонное.

ПНЕВМОНИЯ, БРОНХИТ. Залить стаканом сырой воды 1 столовую ложку измельчённых корней, довести до кипения и кипятить на слабом огне 3-4 минуты, затем настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день.

БОЛЕЗНИ СЕРДЦА, ПАРАЛИЧ, ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК, ПРОСТУДА. 3 чайные ложки сухих измельчённых цветков залить стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Принимать по полстакана в тёплом виде медленно, глотками, 3 раза в день вне зависимости от еды.

* * *

Безвредно — это ещё не означает бесконтрольно. Попробуйте пить отвар корней не столовыми ложками, а сразу половиной стакана или все целиком — в лучшем случае почувствуете дискомфорт, а скорее всего это вызовет тошноту и рвоту. Это не отравление, но расстройство желудка вам обеспечено со всеми присущими признаками. Первоцвет может вызвать аллергическую реакцию. Не следует употреблять вместе с антикоагулянтами. Противопоказан он при беременности, так как стимулирует сокращение матки.

225. ПЕРЕСТУПЕНЬ БЕЛЫЙ

Очень ценное лекарственное растение, имеющее широкий спектр применения. Мало пишут о нём, мало говорят. Неужели по той причине, что сильно ядовит? Но на слуху и в моде сейчас более ядовитые растения. А переступень почти никто не знает. У нас в городе я видел его в нескольких местах в частном секторе, где он посажен как вьющееся, прикрывающее почти весь забор густой зеленью декоративное растение. Спросишь у хозяина — он и названия не знает, мол, просто вьюнок какой-то, мало ли у нас разных вьюнков.

Да, растение южное, с Кавказа, но прижилось и у нас, в средней полосе России. Я иногда видел его и на дачах в Подмосковье. А ведь его лечебные свойства были известны ещё в глубокой древности. В книге «Ненужное для неучей» Амирдовлат Амасиаци отнёс переступень белый к противораковым средствам, в особенности полезным для лечения злокачественной опухоли селезёнки.

Научная медицина теперь тоже признает противоопухолевую активность переступня, содержащихся в нём разного вида кукурбитацинов, обладающих в эксперименте цитотоксическими свойствами. Кумарины в эксперименте тоже проявляют противоопухолевую активность.

Чужим переступнем я не пользуюсь, выращиваю сам в отдалённом от города месте, использую корень в сушёном виде и в спиртовых настойках, ввожу в лечебные комплексы при метастазах в печень, лёгкие и некоторые другие внутренние органы, при лимфогранулематозе, а также при некоторых других серьёзных заболеваниях, осилить которые может лишь узкий круг растений.

Издавна переступень применяют при эпилепсии, параличе, асците, болезни сердца, заболеваниях суставов.

Настойку я готовлю из расчёта 2 столовые ложки сухих корней на 0,5 л водки. Настаиваю, как обычно, месяц, периодически встряхивая.

РАК, ОТЕКИ РАЗНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ, БОЛИ В СЕРДЦЕ, МИГРЕНЬ, ЭПИЛЕПСИЯ. Принимать по 10-20 капель с водой 3 раза в день. Курс лечения — 4 недели. Через недельный перерыв можно повторить.

ПОЛИПЫ ЖЕЛУДКА. Половину чайной ложки измельчённой сухой травы на полтора стакана кипятка, закрыть крышкой и настоять 3 часа, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день через час после еды в течение 20-25 дней.

ПСОРИАЗ. 5 граммов измельчённой травы залить стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день после еды. Этот же настой использовать для примочек.

РАК РАЗЛИЧНОЙ ЛОКАЛИЗАЦИИ. Половину чайной ложки измельчённых корней или половину чайной ложки измельчённых побегов, листьев залить 2 стаканами кипятка, закрыть посуду и настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день после еды в течение 30 дней, сделать перерыв на 5-7 дней и снова повторить в течение месяца.

* * *

Уже говорилось о том, что переступень белый сильно ядовит, его необходимо строго дозировать. Передозировка может вызвать тяжёлое заболевание почек — нефрит.

При отравлении резко падает кровяное давление, появляются боли в животе, открывается кровавый понос, рвота, наступает потеря сознания.

При лечении ревматических полиартритов натирание свежим корнем вызывает появление пузырей на коже.

Переступень белый противопоказан при беременности, повышенной свёртываемости крови, тромбозах. С осторожностью назначается при гипотонии. Лечение проводится только под наблюдением опытного врача-фитотерапевта.

226. ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ, СТРУЧКОВЫЙ

С этим растением не связано захватывающих событий. Не использовали его в древности для лечения каких-либо болезней, хотя археологи определили, что это очень древнее растение и известно с начала развития земледелия за шесть тысяч лет до новой эры. Но не встретишь изображения этого овоща на стенах древних храмов, не найти описания и применения у Гиппократов или других врачей древности.

Впервые Европа узнала о красном стручковом перце после открытия Колумбом Америки. Это была излюбленная приправа народов южноамериканских стран. Они мясо не солили, а перчили. Христофор Колумб положил мешок с перцем к ногам короля и королевы. Специи в те времена ценились дороже алмазов и золота. Колумбу пожаловали титул Адмирала Всех Морей и отправили править открытыми землями. А как стало известно, что земли индейцев богаты золотом, Колумба, оклеветанного, в цепях доставили обратно в Испанию. В тюрьме, умирая, Колумб завещал положить эти цепи в гроб.

В медицине стручковый перец находит очень ограниченное применение: внутрь — для аппетита, наружно — как отвлекающий раздражитель при невралгиях, миалгиях, артралгиях. Широко известен выпускаемый медицинской промышленностью перцовый пластырь. И я благодарен ему, когда он довольно быстро справился с ишиасом, а других средств под рукой не было. Знакомы с ним и те, кто хоть раз пострадал от пояснично-крестцового радикулита. Слова благодарности заслуживает и знаменитая перцовка, выручавшая при первых признаках простуды.

В народе перцовую настойку обычно готовят сами и применяют наружно при артритах, миозитах, радикулитах, невралгиях, ишиасе. Внутрь употребляют каплями при острых желудочно-кишечных заболеваниях, для возбуждения аппетита.

Интересен народный рецепт против старости.

ПРЕЖДЕВРЕМЕННОЕ СТАРЕНИЕ. 1 чайную ложку красного перца смешать с 500 г сливочного масла и 200 г мёда. Принимать по 1 столовой ложке 4-5 раз в день, пока порция не кончится. Следующий курс — с интервалом 3 месяца.

РАДИКУЛИТ. 2 стручка перца на полтора стакана нашатырного спирта. Настоять 2 недели. Использовать на растирание.

* * *

Стручковый перец не рекомендуется употреблять при заболеваниях желудка, поджелудочной железы, кишечника, печени, почек.

При употреблении внутрь в больших количествах содержащееся в красном стручковом перце вещество капсаицин вызывает острое желудочно-кишечное расстройство, которое в тяжёлых случаях может привести к смерти.

227. ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ

Стараниями человека мелкий, жгучий стручок красного перца превратился в большой и сладкий овощ, ничего общего не имеющий со своим прародителем. Впервые, он обогатился большим запасом каротина, который оберегает все входы в организм, особенно уязвимые места перехода кожи в слизистую, то есть все отверстия, ведущие внутрь организма. Витамином А и его предшественником — каротином — организм запасается прежде всего для этих участков. Если их запасы истощаются, то снижается сопротивляемость организма. Невозможно полноценно жить без витамина А, которого так много в перце.

Всего лишь семьдесят лет назад венгерские учёные выделили из красного сладкого перца вещество, укрепляющее сосуды. Его назвали витамином Р — по первой букве венгерского слова «паприка» (перец). Трудно переоценить ту пользу, которую приносит витамин Р для питания сердечно-сосудистой системы. Благодаря витамину С перец укрепляет центральную нервную систему. Стрессовая ситуация, ярость, злость, обида за одно мгновение может «сжечь» весь запас витамина в организме. А ведь когда сердце в опасности, без этого витамина не обойтись. Кроме того, сладкий перец обладает способностью повышать усвоение организмом железа. А кроме железа в перце содержатся другие важнейшие микроэлементы — калий, кальций, магний, цинк, алюминий, фосфор, сера, хлор и кремний. Так что для повышения общего тонуса организма надо как можно больше и чаще употреблять сладкий перец.

Сок сладкого перца пополам с морковным в лечебных целях необходим при нарушении роста волос и ногтей, слизистых протоков (юношеские угри, гнойнички на коже лица, ячмени), а главное — нормализуется цвет кожи (исчезает пигментация), улучшается состояние толстого кишечника (лечатся запоры). Сок необходимо пить натощак по четверти стакана 1 раз в день. Курс лечения — до стойкого улучшения.

Настаивают сладкий перец на растительном масле (произвольно). Масло круговыми движениями втирают при радикулите, миозите.

Всем хорош сладкий перец, хвала ему, да вот только подходит он не всем. О побочных проявлениях перца стараются не думать или вовсе не знают.

Перец сладкий противопоказан при тяжёлой форме стенокардии, нарушении сердечного ритма. Лечение перцем или увлечение паприкой непременно ощутят на себе подскоками давления гипертоники. Не годится сладкий перец при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, гастрите с повышенной кислотностью. От сладкого перца придётся отказаться при обострении хронических заболеваний почек и печени, а также колите, застарелом геморрое. Ароматические вещества сладкого перца способствуют выделению «гормона счастья» — эндорфина, который благотворно действует на нервную систему. Только вот ведь какая беда — сладкий перец несовместим с повышенной возбудимостью нервной системы, с бессонницей, и особенно эпилепсией. Если у вас нет перечисленных заболеваний — лечитесь соком сладкого перца, без ограничения включайте в диету и ешьте на здоровье. (Меня могут упрекнуть, мол, сам вон как расхвалил достоинства — причём вполне заслуженные — такого ценного и популярного овоща, и тем не менее, чуть

ли не тройной забор возвёл вокруг него. Увы, я ведь не запрещаю, а только предупреждаю о нежелательных для здоровья побочных проявлениях, и, имея у себя кучу противопоказаний, нет-нет да соблазнюсь парой ложек лечо или фаршированным перчиком, махнув рукой: а, будь что будет, не лишать же себя удовольствия. Уж такова психология человека.

228. ПЕРСИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Вот ещё один предмет соблазна, правда, не всегда и не всем доступный (в смысле лечения, требующего ежедневного приёма на протяжении хотя бы двух-трёх недель). В особых рекомендациях он не нуждается. Кто откажется от сочного ароматного плода с нежным пушком на румяной кожице?! Постарайтесь побольше употреблять персики при низком гемоглобине, анемии. По содержанию железа они превосходят вишню, яблоки, абрикосы, груши, сливы. Особенно полезны персики тем, кто перенёс операцию по удалению опухолей, лучевую терапию. И вообще химический состав персиков повышает устойчивость к развитию злокачественных новообразований. Токоферол, содержащийся в персиках, сдерживает процесс старения.

Внимание привлекает один оригинальный рецепт, связанный с персиками, вернее, с зёрнами косточек персика.

ДИАТЕЗ, АЛЛЕРГИЯ. Взять зерна косточек, хорошо их прожарить, растереть, смолоть в кофемолке. Полученную муку слегка смочить водой и смазывать сыпь на теле ребёнка.

* * *

Персики противопоказаны при диабете, при ожирении. Персики нежелательны при гипопункции щитовидной железы, так как препятствуют выработке гормона щитовидной железы. Противопоказаны при аллергии.

229. ПЕТРУШКА ОГОРОДНАЯ

Петрушка — это маленькая аптека: в ней содержатся белки, углеводы, пищевые волокна, калий, натрий, кальций, магний, фосфор, железо, провитамин А, витамины В, В, РР, Е, С, много фитонцидов, которые сдерживают гнилостные и бродильные процессы. При умелом пользовании можно лечить почти все органы и системы.

Родина петрушки — Греция. Древние греки считали её священным растением и в пищу не употребляли, чаще всего применяли для венков: при жертвоприношениях — в дар богам, гостям — на обеде, дарили венок при разлуке с любимым. Даже мёртвые уходили в мир иной с венком петрушки на голове. В знак печали тоже надевали такой венок.

Ценил и восхвалял петрушку Авиценна. Вот что он писал о ней: «Открывает закупорки вен, гонит пот, успокаивает боли, рассасывает опухоли в начале их образования, помогает от кашля, при стеснении в груди и затруднении дыхания, она полезна для печени и селезёнки, своим растворяющим свойством она возбуждает работу желудка и кишечника, и выводит, растворяя, камни, но считается, что она противопоказана при эпилепсии. Петрушка гонит мочу и месячные, она вредна для беременных. Все части петрушки очищают мочевой пузырь и матку. Полезна при отравлении смертельными ядами, входит в состав сложных противоядий».

Мария Медичи, будучи виртуозом в составлении ядов, сама панически боялась быть отравленной, и петрушку считала лучшим противоядием. Её повар готовил сотни блюд, где основным компонентом была петрушка.

Знахари рекомендовали срывать зелень петрушки и выкапывать корень в новолуние, а для того, чтобы «вызвать» менструацию, надо брать петрушку, когда молодой месяц находится над линией горизонта. Засушить и хранить впрок.

Трудно найти что-либо лучшее для лечения простатита.

ПРОСТАТИТ. Можно свежую зелень, но лучше всего взять корень, помыть, мелко порезать. Полную столовую ложку залить половиной стакана крутого кипятка, оставить на ночь (примерно на 10 часов). Утром процедить. Пить по 1 столовой ложке 4 раза в день за полчаса до еды. Если лечение проводится зимой, то 4 чайные ложки сушёного корня залить половиной стакана кипятка, настоять в термосе не менее 8 часов. Пить так же по 1 столовой ложке за полчаса до еды.

МЕНСТРУАЦИИ ОБИЛЬНЫЕ, БОЛЕЗНЕННЫЕ, НЕРЕГУЛЯРНЫЕ. Надо 4 чайные ложки семян заварить стаканом кипятка, выдержать на очень маленьком огне 15 минут. После остывания процедить. Принимать по 1 столовой ложке 5-6 раз в день в промежутках между приёмами пищи.

ПЕРИКАРДИТ (воспаление околосердечной сумки). Измельчить два средней величины корня петрушки и варить на малом огне в закрытой посуде в 1,5 л воды, пока не останется 0,5 л. Процедить, добавить сок двух лимонов и 100 г мёда, тщательно размешать. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день до еды. Хранить в холодильнике.

ВОДЯНКА, ОТЕКИ СЕРДЕЧНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ. 1 столовую ложку измельчённых корней залить 1 стаканом крутого кипятка, укутать, настоять 10-12 часов, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 4-5 раз в день.

АЛКОГОЛИЗМ. Взять 30 г семян петрушки и 50 г свежих измельчённых листьев капусты и залить 1 л кипятка. Настоять в термосе 15 минут. Принимать по 1 стакану 3 раза в день незадолго до еды. Курс — 2 недели. Уменьшает тягу к спиртному. Время от времени лечение повторять.

АРТРИТ. Чайную ложку смеси сухой зелени и корней петрушки залить 2 стаканами горячей воды. Настаивать 9 часов. Принимать по 2-3 столовые ложки перед едой в течение 3 дней. При заболевании суставов уменьшает боли и воспалительные процессы.

ЦИСТИТ. Измельчить в порошок 4 чайные ложки семян петрушки, залить 1 стаканом кипятка и ещё кипятить на слабом огне 10-12 минут. После остывания процедить. Принимать по 1 столовой ложке 4-6 раз в день вне зависимости от еды. Детям отвар дозируют чайными ложками.

ВЕТРЯНАЯ ОСПА. 1 столовую ложку высушенной травы или 1 чайную ложку корней петрушки залить 1 стаканом кипятка, настоять, процедить. Давать ребёнку по 1 чайной ложке 3 раза в день. Годятся любые сорта петрушки. Настой ускоряет выздоровление.

КОРЬ. Измельчить корни петрушки, 1 чайную ложку залить 1 стаканом кипятка, закрыть крышкой и настоять 6-8 часов (можно поставить на ночь). Процедить. Давать ребёнку по 1 чайной ложке 3-4 раза в день до еды.

ОЖИРЕНИЕ, ИЗЛИШНИЙ ВЕС. Ежедневно выпивайте по стакану отвара свежей петрушки. Заваривать 1-2 чайные ложки зелени на стакан кипятка. Можно выпить за день в несколько приёмов.

МЕТЕОРИЗМ. 4 чайные ложки сухих или свежих корней петрушки кладут на 2 стакана кипятка, настаивают ночь (8-10 часов). Принимать по столовой ложке 3 раза в день за 20 минут до еды. Пользоваться периодически при вздутии живота и переполненности газами.

* * *

Не следует думать, что петрушка может обосноваться в вашем меню без ограничений.

Препараты петрушки раздражают паренхиму почек, поэтому она противопоказана при нефрите.

Петрушка опасна для женщин, склонных к частым выкидышам. При беременности необходимо исключить её полностью, так как петрушка стимулирует гладкую мускулатуру матки и может привести к преждевременным родам.

230. ПИЖМА ОБЫКНОВЕННАЯ



В давние времена, невзирая на летнюю жару, на изнуряющий июльский зной, крестьяне из дальних селений за несколько дней пути обозами доставляли в столичный град Москву свежайшее мясо. Как они ухитрялись обойтись без современных наших рефрижераторов? Очень просто. Они ведь были близки к матушке-природе, и она выручала их. В данном случае одарила их дикой рябинкой — так называли пижму. Сушёные цветки пижмы толкли в муку и толстым слоем покрывали тушу разделанной скотины, да так, чтобы никакого доступа воздуху не оставалось. Через несколько дней отмоешь тушу от пижмьяной муки — и покупай народ свежатину, мясо, как парное и по запаху, и по вкусу.

Между прочим, культ цветов пижмы существовал ещё в Древнем Египте, так как пижма была основным ингредиентом при бальзамировании фараонов.

Что касается лечебных свойств пижмы — это тоже известно было во всех странах, где она растёт. В России народные целители и земские врачи успешно лечили пижмой нервные болезни, спазмы, желтуху, женские болезни. И сейчас её часто применяют при заболеваниях печени и желчного пузыря, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, женских болезнях, как глистогонное.

При лечении желтухи цветы пижмы обладают интересным свойством. Если её настой применяют мужчины, болезнь проходит быстро, протекает мягче, без последствий. А вот женщинам в таких ситуациях пижма совсем не помогает.

ЖЕЛТУХА. Полную столовую ложку соцветий залить 1 л крутого кипятка. Настоять 2 часа, процедить. Пить натошак столько, сколько можно выпить с удовольствием. И ещё раз во второй половине дня не более половины стакана. Не спешите употребить за день весь литр настоя-это может быть вашей нормой на несколько дней.

ХОЛЕЦИСТИТ. 50 г сухих цветков залить 0,5 л водки, настоять 2 недели. Принимать по 25 капель (не на глазок, а из пипетки) 3 раза в день за 20 минут до еды. В среднем курс лечения составляет 3 недели.

ЭПИЛЕПСИЯ. 100 г сухих цветков залить 400 мл водки, настоять в тепле 3 дня, процедить. Пить по 30-40 капель 3 раза в день до еды. (Знаю, что в четырёх случаях из пяти это средство помогло больным. Пятым был молодой человек, на которого ни одно из известных мне средств не действовало, принося лишь временные облегчения.)

БЕЛИ, БОЛЕЗНЕННЫЕ НЕРЕГУЛЯРНЫЕ МЕНСТРУАЦИИ, ПРЕКРАЩЕНИЕ МЕНСТРУАЦИЙ. Приготовить смесь сухих листьев и цветков. 1 столовую ложку залить 2 стаканами прохладной кипячёной воды, настоять 4 часа, процедить. Пить по половине стакана 2-3 раза в день до еды. Для лечения белей, трихомонадного кольпита — использовать настой для спринцеваний и тампонов. Средство эффективное, с хорошими результатами.

РАК КОЖИ. 5 столовых ложек высушенных цветков варить в 0,5 литра кипятка на слабом огне 10 минут, настоять 1 час, процедить. Делать примочки, меняя их время от времени.

ВЫВИХ. 3 столовые ложки цветков пижмы залить стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Делать компрессы на место вывиха.

* * *

Пижма относится к ядовитым растениям, поэтому и отношение к ней должно быть соответствующим, необходимо строго соблюдать дозировку. Настой пижмы в период лечения повышает давление, что необходимо учесть гипертоникам. При передозировке могут наблюдаться расстройство желудка, тошнота, рвота, даже судороги.

Не рекомендуется применять пижму длительно, особенно при гастритах с повышенной кислотностью. Нельзя давать препараты пижмы маленьким детям, исключить даже клизмочки при гельминтозе. Противопоказана пижма при беременности.

231. ПИОН УКЛОНЯЮЩИЙСЯ — МАРЬИН КОРЕНЬ



Как любопытный факт можно отметить, что своё название цветок заимствовал от реального человека, известного греческого врача — Пеона. Он очень хорошо лечил воинов во время Троянской войны, из-за чего его учитель, врач Эскулап, якобы позавидовал своему ученику и решил его отравить. Древние греки на все случаи жизни имели прекрасные легенды. По одной из таких легенд, боги уберегли талантливого Пеона, превратив его в красивое растение, которое в таком виде успешно продолжает лечить людей.

Свои легенды, конечно, имеет и Китай, где пион с махровыми цветами культивируется более полутора тысяч лет и до сих пор называется «наипрекраснейший среди цветов». Он символ богатства, знатности, благополучия, используется по сей день во всех композициях, в рисунках на ткани, живописных полотнах.

Авиценна писал о пионе: «Настоенный на медовой воде помогает от кошмаров, сводит чёрные пятна на коже. Полезен при падучей, если только повесить корень на шею». Говорят, что даже злые духи исчезают из тех мест, где растёт пион. А ожерелье из кусочков корня, надетое на шею, защищает от дьявольских наваждений.

В большом почёте был пион у армян — они считали его цветком, отгоняющим бесов и исцеляющим бесноватых (и были недалеки от истины, если учесть, что пион с успехом применяется при лечении ряда тяжёлых неврологических заболеваний). В Западной Европе корни пиона прикладывали к сердцу, чтобы не было удушья и подагры. Знатоки говорят, что корень надо копать ночью, отыскивая растение по запаху. Существует поверье, если выкапывать его когда светло, то что-то нехорошее может случиться с глазами — «ворон выклюет глаза».

Наши отечественные пионы тоже прекрасно могут лечить, но только те, что имеют запах (особенно ценится белый пион). Выкапывать корень рекомендуют во время цветения, иначе не узнать, есть ли запах у красавца-пиона.

Я равнодушен к этому наипрекраснейшему цветку, несколько его сортов украшают дачный участок, но на лекарственные цели я беру только дикорастущий пион уклоняющийся

— марьин корень. Он крайне редко встречается в природе, занесён в Красную книгу исчезающих растений. Поэтому при выкапывании беру только часть корня, а отростки с «глазками» будущих стеблей рассаживаю поблизости — через несколько лет они образуют новый мощный куст.

Марьин корень я применял почти при всех онкологических заболеваниях. Памятен очень давний случай, когда пришла ко мне вся в слезах симпатичная башкирочка, маленькая, хрупкая, совсем ещё девчонка, с захлёбывающейся скороговоркой — половину слов пришлось переспрашивать. Сказала, что врачи уже не берутся за неё, выписали домой, в деревню, а муж бросил, на руках маленький ребёночек, что деньгами ей поможет брат, работающий на севере, что ради ребёнка я должен спасти её от рака матки. Все говорит и говорит, мне слово вставить не даёт, боится, видимо, что откажу. Но сразу имя её узнал — Гульнас, двадцать два года ей, родителей нет. Справка из больницы скупая, даже гистология не указана, предложено лишь «симптоматическое лечение». Помочь я взялся, но честно сказать — сам в успех не верил. Разумеется, в ход пошли все противоопухолевые препараты: болиголов, гинекологический бальзам, марьин корень почти без перерывов; очиток пурпурный, цветки хмеля, из трав чередовались ярутка полевая, хвощ зимующий, ольха чёрная, чернобыльник, меняющиеся травяные составы для спринцеваний, тампоны со зверобойным маслом — я перечислил только часть того, что принимала и чем пользовалась Гульнас. Она категорически отказывалась идти к врачам, но я настоял, чтобы она периодически проходила обследование в онкодиспансере. Там удивлялись, что дело идёт на поправку, даже засуетились — как же так, человек борется за жизнь без их участия? Назначили химиотерапию. В начале девяностых, когда вокруг в стране все рушилось и экономика дышала на ладан, в онкодиспансере был очень скудный выбор цитостатиков. Гульнас лечили циклофосфаном. Я тут же параллельно назначил экстракт корней дягиля. При комбинированной терапии дягилем и циклофосфаном эффект лечения значительно увеличивается. Резко снижается токсическое действие цитостатика. Через десять месяцев Гульнас была признана полностью здоровой. Надо сказать, что муж вернулся к ней, живут хорошо, мальчик заканчивает школу. Ещё нескольким женщинам марьин корень помог излечиться от рака матки и яичников.

Но не только при раке применяется пион уклоняющийся. Благодаря ему, в сочетании с некоторыми другими растениями, избавились несколько человек от эпилепсии. Любопытен недавний случай. У семнадцатилетней Валентины приступы отмечались два-три раза в неделю. При эпилепсии я назначаю каплями настойку лепестков цветка пиона. Через несколько месяцев приступы у Вали стали редкими, но на этом дело застопорилось. И тут дочь предложила мне: давай попробуем симптоматический метод лечения, применяемый в народе. Берут нечётное количество семян и, вдев на суровую нитку, делают бусы на шею. Кстати, бусы получились очень красивыми: круглые, чуть продолговатые горошины чёрных блестящих семян, напоминают внешним видом бусы из драгоценного чёрного граната. Валентина носила их с удовольствием. Они, как говорится, были ей к лицу. И самое удивительное — приступы прекратились окончательно. Дочь сделала такие бусы ещё нескольким девочкам, и пока только у одной пациентки бусы не принесли ожидаемого результата. Правда, времени пока ещё прошло немного (или семена оказались лежалыми, позапрошлых лет). Ведь добывать и лепестки цветков, и семена — дело непростое. За ними только в одну сторону приходится ехать две с половиной сотни километров. Хорошо, если угадаешь срок, а если пион ещё не цвёл или семена не успели созреть — едешь и дважды, и трижды.

Купить корни пиона уклоняющегося других сортов сейчас не проблема — они и в аптеках имеются, и по переписке можно приобрести, узнать адреса в Интернете. Но мы с дочерью остаёмся верны своему принципу: работаем только с теми травами, которые добываем собственными руками только в известных нам местах.

Марьин корень находит широкое применение при многих болезнях. Я остановлюсь лишь на некоторых.

ИНСУЛЬТ. Корень измельчить, 10 г порошка (2 чайные ложки) залить 1 стаканом кипятка, настоять 2 часа. Принимать по 1 столовой ложке 3-5 раз в день вне зависимости от еды (обычно за 20-30 минут до еды, но можно и в промежутках между едой).

СОТРЯСЕНИЕ МОЗГА. 50 г сухого корня залить 0,5 л водки, настоять 2 недели. Принимать по чайной ложке 3 раза в день за 20 минут до еды. Эта же настойка полезна при бессоннице, невралгии, головной боли.

ИМПОТЕНЦИЯ. 1 столовую ложку сухих корней залить 0,5 л водки, настоять 2 недели. Принимать по 25—30 капель, запивая водой, 3 раза в день.

КРОВОТЕЧЕНИЯ МАТОЧНЫЕ. 50 г семян залить 0,5 л водки, настоять 3 недели. Принимать по 15-20 капель 3 раза в день до еды на воде.

* * *

Марьин корень относится к ядовитым растениям, так что дозировку соблюдать необходимо. Отвары и настойки корней повышают кислотность желудочного сока, что необходимо учитывать больным гиперацидными гастритами. Марьин корень слегка понижает давление — гипотоникам надо учитывать это и следить за давлением, в случае чего принимая необходимые меры. Пион уклоняющийся противопоказан при беременности, так как действует abortивно.

232. ПЛАКУН ИВОЛИСТЫЙ

В арсенале даже бывалых травников его встретишь редко, почти не отыщешь сведений в справочной литературе. Плакун, как мне думается, попросту выпал из поля зрения и забыт. В старину о нём вспоминали чаще, используя при нервных и лёгочных заболеваниях, кровавой моче, хронических энтероколитах и дизентерии. Наружно отваром лечили варикозные язвы, купали детей при судорогах — спазмофилии. Применяли даже при венерических заболеваниях.

Растение любопытное. Многие видели и видят его в сырых местах, по берегам водоёмов. Стебли прямые, высотой до метра, одетые в узкие длинные листья, по три в каждой мутовке, а на верхушке стебля густые прерывистые кисти некрупных цветков малинового цвета. Перед приближением дождя с кончиков листьев, действительно очень похожих на листья ивы, тихо, как слезинки, стекают и падают вниз редкие капли, хотя в это время ещё может сиять солнце.

В старину, по-видимому, дербенник играл немалую роль, потому что не так много наберётся трав, овеянных суеверием и преданиями. Существует специальная молитва для выкапывания его корня. Знахари и колдуны брали его корень каждый для своих целей — обязательно на заре Иванова дня. Не полагалось при себе иметь никаких железных вещей — копали специальной костянойлопаточкой.

По поверью, это растение обладает необычайной магической силой, помогает искать клады, охраняемые недобрыми по отношению к людям духами. Когда будешь иметь при себе эту траву, все духи тебе покорятся. Один лишь плакун в состоянии выгнать дедушек домовых, кикимор.

Даже библейская легенда не обошла стороной дербенник, цитирую Печерского: «Когда... Христа распинали, пречистую кровь его проливали. Тогда Пресвятая Богородица по сыне слезы роняла на матушку сыру землю... И от тех слез зародилась Плакун-травка... От Плакун-травы бесы и колдуны плачут, смиряет она силу вражью, рушит злое чародейство, сгоняет с человека уроки и притку».

И ещё: «Есть трава именем Плакун, растёт возле рек и озёр, высока, в коноплю, цвет багров. Та трава вельми добра: держать при себе в чистоте и давать скоту, который вертится, или которое дитя не спит, и класть в головы, то станет спать. А который человек крест носит на себе, честен будет в людях, и никакой пакости не убоится, и злой смертью не умрёт, а без

той травы никакой травы не рвать, потому что от них помощи не будет».

Я не суеверен, но в минуты сомнений или когда очень хочется помочь человеку, в пакет репешка, подмаренника или любой травы кладу маленькую щепотку, чисто символически, таинственной силы плакун-траву.

Кстати, чай из травы эффективен при общей слабости организма и при болезненном лихорадочном состоянии.

РАССТРОЙСТВА ЦЕНТРАЛЬНОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ. Столовую ложку травы залить двумя стаканами кипятка, настоять 4 часа, процедить. Пить по 1/3 стакана 3-4 раза в день до еды.

ГЕМОРРОЙ. 1 чайную ложку измельчённых корней дербенника на 1 стакан воды, кипятить 5 минут, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день до еды.

ГОЛОВНАЯ БОЛЬ, ДИАРЕЯ, ГАСТРАЛГИЯ (боль в желудке). 1 столовую ложку высушенных цветков залить стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1-2 столовые ложки 3 раза в день до еды.

* * *

С большой осторожностью применять при желудочнокишечных заболеваниях с атоническими, особенно старческими запорами. Противопоказанием может послужить высокая свёртываемость крови и склонность к тромбообразованию. При гипертонии внимательно следить за давлением, так как дербенник способствует сужению сосудов. Растение не токсичное.

233. ПЛАУН БУЛАВОВИДНЫЙ



Плаун булавовидный



Плаун баранец

Люди старшего поколения должны помнить те времена, когда в каждой аптеке можно было купить пакетик спор плауна булавовидного — ликоподий, самую нежную и безвредную детскую присыпку. В больницах споры использовали от пролежней.

Травники в лечебных целях используют и споры, и траву плауна — ползучие плети длиной до полутора-двух метров. Они и при высушивании сохраняют яркозеленую естественную окраску — в коробке лежат упругие, словно живые. Ни в коем случае нельзя вырывать плаун с корнем — он нарастает из спор лет тридцать.

Интересная особенность: споры в воде не тонут, плавают на поверхности и не растворяются, сколько ни кипят их. А лекарство из них получается превосходное. Я несколько раз лечил отваром спор почки — пиелит, пиелонефрит.

Настой травы тоже находит применение при лечении печени, гастрита, энтероколита, цистита, мочевого пузыря, почечно-каменной болезни. Настой пьют при болях в желудке, коликах, спазмах, а также при бронхитах, ларинготрахеитах, заболеваниях нервной системы, кровавой моче, дизентерии. Наружно отваром травы заживляли трофические язвы, купали детей при судорогах. Применяли даже при венерических заболеваниях.

Чай из травы пьют и при заболеваниях печени в качестве противовоспалительного средства. Имеются рецепты и с использованием холодного настоя.

ГЕПАТИТ, ХОЛЕЦИСТИТ. 1 чайную ложку спор всыпают в стакан холодной кипячёной воды. Настаивать надо 8 часов. Принимать по четверти стакана 4 раза в день вместе со спорами (можно в промежутках между едой).

ОСТРЫЙ ЭНТЕРИТ. 1 чайную ложку сухой измельчённой травы на 1 стакан холодной кипячёной воды, настоять 4-5 часов, процедить. Принимать по четверти стакана 4 раза в день.

КАМНИ В ПОЧКАХ И МОЧЕВОМ ПУЗЫРЕ, ОСТРЫЙ ЦИСТИТ. 2 столовые ложки спор на 2 стакана воды, кипятить на слабом огне 10 минут, настоять 1 час. Принимать по 1 столовой ложке вместе со спорами каждый час. При необходимости на другой день повторить.

СПАЗМЫ В ЖЕЛУДКЕ. 1 чайную ложку измельчённых веточек залить 2 стаканами кипятка, настоять 1-2 часа. Суточная доза. Принимать можно по полстакана и больше — главное, снять спазмы. Ведь это не длительное лечение.

НЕЗАЖИВАЮЩИЕ ЯЗВЫ. В четверть стакана постного масла всыпать 4-5 чайных ложек спор, поставить на огонь и дать покипеть 5-10 минут на слабом огне. Полученную мазь прикладывать к язве на длительное время, зафиксировав бинтом. Внутрь принимать отвар: 1 столовую ложку спор или веточек довести до закипания в стакане молока, затем настоять полчаса. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день.

* * *

К спорам не знаю никаких противопоказаний. С веточками надо быть поосторожней, указанные дозировки не превышать, иначе вместо лечения можно заполучить раздражение почечной паренхимы. Не пользоваться при болезнях, вызывающих мочеизнурение. При длительном пользовании делать проверочные анализы крови.

234. ПОГРЕМОК БОЛЬШОЙ

В том числе погребок малый, погребок поздний — все они используются с одинаковыми лечебными целями: при головной боли, аритмии, желтухе, но в основном дают пить настой при алкоголизме, тоже с большими предосторожностями и очень малыми дозами, не более пяти дней подряд.

Я специально уделил внимание этому малоизвестному растению, потому что некоторые люди очень интересуются им и понятно в каких целях и, раздобыв его у торговцев травами, могут попасть в беду, не умея и не зная, как пользоваться, а погребок довольно-таки ядовит. Поэтому привожу точный рецепт.

АЛКОГОЛИЗМ. Для лечения используется высушенная трава, всего 1 чайную ложку заваривают в 2 стаканах кипятка. Настаивать полчаса, не больше. Принимают натошак утром 1 стакан, всего один раз в сутки, и проводят лечение на протяжении семи, в крайнем случае до десяти дней подряд, потом необходим двухнедельный перерыв.

* * *

Нельзя пользоваться погребком при сердечной и лёгочно-сердечной недостаточности, хронических заболеваниях почек — нефрите, гломерулонефрите, сильном истощении и очень низком давлении. Дозировку ни в коем случае не превышать. Гарантии кардинального излечения от алкоголизма это растение не даёт, но вспомогательным средством может послужить.

235. ПОДМАРЕННИК НАСТОЯЩИЙ



Не стану скрывать: я восторженный поклонник этого пахнущего летом и сладким мёдом растения с жёлтыми султанчиками мелких жёлтых цветков, которых на довольно упругом стебле тьма и тьма, и каждый источает неповторимый аромат лета. Расцвёл цикорий — лето входит в свои права. Начинает цвести подмаренник — самая макушка лета, и вся благодать пышного расцвета лета сконцентрирована в жизнерадостном, опьяняющем запахе подмаренника жёлтого. Он как бы венчает собой макушку буйного разнотравья, и как только начинает отцветать, лето как бы принимается поглядывать в сторону пока ещё неблизкой, но уже неминуемой осени, когда отошла земляника, когда начинают наливаться соком смородина, ранняя вишня.

Настой травы с цветками в народе употребляют при туберкулёзе, пневмонии, бронхите, ангине, простуде, кашле, болезнях печени, водянке, тошноте, при остановке менструаций и послеродовых осложнениях, эндометритах, геморрое, при глухоте, при отёках, нефрите, мочекаменной болезни, бруцеллёзе, коликах и рези в желудке, головной боли, при детских конвульсиях, эпилепсии, как седативное — при истерии и неврастении.

С подмаренником производила эксперименты и научная медицина. Любопытно будет познакомиться с её результатами. Настой травы в эксперименте проявляет умеренные диуретические свойства; отвар оказывает седативное и противосудорожное действие, вызывает торможение коры подкорковой и стволовой структур головного мозга крысы, рекомендован для клинических испытаний при эпилепсии с судорожными проявлениями; у собак несколько повышает кровяное давление; водный экстракт проявляет противосвертывающее и антифибринолитические свойства, сухой экстракт — спазмолитическую активность; настойка травы тормозит рост лимфосаркомы Плисса на 82%, повышает концентрацию гликогена в печени и мышцах крысы, нормализует содержание глюкозы в сыворотке крови, а также уменьшает выраженность лейкоцитоза, развившегося у животных-опухоленосителей; в опытах на собаках выявлено желчегонное, противовоспалительное действие препаратов. Настой листьев, плодов в эксперименте оказывает седативное действие и вызывает небольшое урежение ритма изолированного сердца лягушки. Водно-спиртовый экстракт повышает выживаемость и плодовитость гусениц тутового шелкопряда; сумма биологически активных веществ способствует выведению камней из почек.

Надеюсь, всех этих сведений достаточно, чтобы иметь представление о целебных

свойствах растения. Я ценю подмаренник при лечении многих онкологических заболеваний. В комплексе с другими подобными травами он иногда бывает незаменим. Но это не означает, что в стороне остаются другие болезни — подмаренник бывает необходим и при заболеваниях сердца, почек, печени, эпилепсии, кожных заболеваниях. Об этом можно судить из предлагаемых рецептов.

РАК РАЗЛИЧНОЙ ЛОКАЛИЗАЦИИ. 1 столовую ложку травы залить стаканом кипятка, настоять 4 часа, процедить. Принимать по четверти стакана 3 — 4 раза в день. (В зависимости от локализации рака и исходя из гистологии в каждую принимаемую порцию подмаренника вливаются травяные настойки. Например, при раке матки, желудка, метастазах в печень — по 30 капель или 1 чайной ложке настойки корней пиона уклоняющегося.)

РАК ЯЗЫКА. Полную чайную ложку свежей травы залить стаканом кипятка, настоять 15-20 минут, процедить и тёплым настоем долго полоскать рот, используя за день 6-8 стаканов. В каждый из них желательно добавить 1 чайную ложку настойки корней кровохлёбки, либо настойку водяного перца, а после полосканий пожевать маленький, с горошину, корень любистка.

РАК МАТКИ, ЭРОЗИЯ ШЕЙКИ МАТКИ, ЭНДОМЕТРИТ. 2 столовые ложки корней подмаренника варить 10 минут в 3 стаканах воды. Через 20-30 минут процедить и использовать для спринцевания. Перед этим влить в отвар 1 столовую ложку настойки почек чёрного тополя или зимолубки.

РАК КОЖИ. Отжать из подмаренника сок и прикладывать к поражённой части примочку на 3-4 часа, меняя свежей примочкой — хорошо утоляет боль и действует противоопухолево.

КОЖНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ (экзема, нейродермит, псориаз, васкулиты, чесотка). На 1 стакан кипятка кладут 2 чайные ложки сушёной травы, настаивают 3-4 часа. Пить по трети стакана 3 раза в день, одновременно применяя наружные средства — мази, обмывания.

ОТЕКИ (сердечного и почечного происхождения). 1 столовую ложку травы заварить в 2 стаканах кипятка, настоять 4 часа в тепле. Принимать по полстакана 3-4 раза в день до еды.

СТЕНОКАРДИЯ. Столовую ложку сухих корней залить 2 стаканами кипятка, настоять 8 часов. Принимать по полстакана 2-3 раза в день. После 2-3 недель лечения сделать перерыв, перейдя на это время к другим травяным настоям.

ЭПИЛЕПСИЯ. 1 столовую ложку сухих цветков залить 2 стаканами крутого кипятка, закрыть крышкой и настоять 4-5 часов. Принимать по полстакана 3-4 раза в день.

* * *

В отношении противопоказаний подмаренник настоящий пока мало изучен. Онкологическим больным при понижении лейкоцитов менее 4 единиц лечение подмаренником надо временно прервать — до улучшения общего анализа крови. Полезный при лечении некоторых заболеваний почек, подмаренник не следует подключать для длительного лечения гломерулонефрита. При длительном применении подмаренника необходимо следить за давлением — могут наблюдаться подскоки кровяного давления у гипертоников. Подмаренник может способствовать сгущению крови.

236. ПОДМАРЕННИК ЦЕПКИЙ

Не зря в народе прозвали его липучником — в захламлённых лесах, на сырых лугах, и, нередко, в плохо прополотом саду, к штанине или рукавам рубахи прилипнет длинный стебель с узкими мутовчатыми листьями — едва отдерёшь, будто клеем намазан — это и есть подмаренник цепкий. У него, как и у подмаренника настоящего, почти одинаковые листья, по 6-8 на луковках-узлах стебля. Цветки белые, мелкие, собраны в редкие пазушные полусонтики. По химическому составу подмаренник цепкий несколько отличается от своего

собрата-красавца. И цветёт значительно дольше — я брал великолепные куртины — иначе не назовёшь густые заросли — в сентябре, в полном цвету и свежести.

Народная медицина использует подмаренник цепкий с глубокой древности как желчегонное, жаропонижающее, кровоостанавливающее, мочегонное, противовоспалительное, противоопухолевое средство. Ещё в Древней Греции и Древнем Риме растение употребляли при Укусах змей.

Ценится свежий сок травы — при эпилепсии. Порошок высушенной травы употребляют при болезнях печени, асците, скарлатине, женских болезнях, кишечных коликах, ревматизме, злокачественных опухолях. Местно — при кожных болезнях, сыпях, дерматомикозах. Настойку травы применяют при послеродовых осложнениях, переломах, вывихах, геморрое, при лепре (проказа), псориазе, экземе, волчанке. Траву применяют при новообразованиях желудка, эндометриозе. Сок травы, горячий настой травы принимают внутрь и наружно при фурункулёзе, кожных сыпях. Порошком травы присыпают раны.

Подмаренник цепкий я назначаю при злокачественных заболеваниях, но трава бывает востребована и при женских болезнях, цистите, анурии (недостаточное образование мочи почками), заболеваниях суставов.

АРТРИТ. Пятую часть стеклянной банки наполнить травой, доверху налить водку, настоять 2-3 недели. Больные суставы растирать 2-3 раза в сутки. Обычно при комплексном лечении. В конце концов, полезно принимать и настой травы из расчёта 2 чайные ложки на стакан кипятка, настоять несколько часов, пить по четверти стакана (и делать настойкой натирания).

АНУРИЯ, ЦИСТИТ. Истереть траву в порошок. Принимать по 1 чайной ложке 3 раза в день, запивая водой. Действие ощущается уже через день-два.

РАК МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ. Заварить в стакане кипятка 4 чайные ложки сушёной травы, настоять 3-4 часа, процедить. Принимать мелкими глотками в полугорячем виде по 1/4 стакана. Если принимаются другие настои и настойки, чтобы не было излишней жидкости, можно принимать и порошок травы по 1 чайной ложке 3 раза в день, запивая водой или назначенным травяным настоем.

* * *

Противопоказания сходны с противопоказаниями подмаренника настоящего. С осторожностью применять при недержании мочи. Следить за содержанием протромбина в крови.

237. ПОДСНЕЖНИК ВОРОНОВА

Растение редкое, занесённое в Красную книгу. Очень ценное. Препараты из луковиц и листьев дают эффективное лечение таких заболеваний, как миастения, миопатия, полиневриты, последствия перенесённого полиомиелита, острого нарушения мозгового кровообращения.

* * *

Препараты подснежника Воронова противопоказаны при эпилепсии, гиперкинезах, бронхиальной астме, стенокардии, брадикардии. С большой осторожностью надо относиться и к некоторым другим родственным видам подснежников.

238. ПОДОРОЖНИК БОЛЬШОЙ



Подорожник, вечный спутник человека, шагнувший вместе с ним в эпоху завоеваний в Америку, где его прозвали «след белого человека», растущий на всех континентах, с незапамятных времён вошедший в лекарственную сокровищницу народов всех стран, сегодня знаком даже малышу, который на полученную во время игры царапину первым делом лепит лист подорожника.

Нет необходимости повторять хрестоматийные истины и говорить о том, как подорожник лечит раны, болезни лёгких, язвенную болезнь желудка, печень и почки. Способы применения можно найти в любой книжке по траволечению, на протяжении многих десятилетий, словно под копирку, переписываются одни и те же рецепты. В своей книге «Одолень-трав» я привёл наиболее интересные рецепты по лечению подорожником рака желудка, рака лёгких и другие полезные сведения. Давно это было, только когда разрешили публикацию подобных книг. Но о подорожнике все не расскажешь, и многое, как говорится, осталось «за бортом».

Я и сейчас остановлюсь только на самых любопытных моментах. Казалось бы, наши биохимики нашли в подорожнике все его составляющие вещества, действующие на человеческий организм оздоравливающе. Это кремниевая кислота и каротиноиды. Но до сих пор ни в одной, даже самой оснащённой химической лаборатории не удалось создать химическим путём соединение сродни простому, самому обыкновенному подорожнику.

Любопытные сведения я почерпнул у кандидата медицинских наук С. И. Ильиной. Она рассказывает, как в Запорожской Сечи, когда послов отправляли на важные переговоры, настоем подорожника «отваживали» от курения трубки, чтобы послы «соответствовали» задачам, которые стояли перед ними, особенность этой рецептуры состояла в том, что «... собирать листья подорожника надо после дождя, когда они обсыхали, обветривались. Оборвать черешки и сушить в тени, затем заваривать в глиняном кувшине большую щепоть. Пить понемногу, но часто, в течение дня, пока не наступит ночь». В зависимости от продолжительности питья пропадает (на тот или иной срок) желание курить.

А вот полезные рецепты.

ВОДЯНКА. Сначала надо съесть несколько сухариков из любого хлеба (серого, белого, чёрного) без всякого питья, затем съесть листья от 5 до 10 штук за один приём. В течение часа воздерживаться от питья. Процедуру повторить ещё 2-3 раза. Излечивает водянку любой (даже опухолевой) этиологии.

БРОНХИТ, БРОНХИТ КУРИЛЬЩИКА, АСТМА, КА— ШЕЛЬ. Взять 6-7 листьев или 2 столовые ложки сухого сырья и залить стаканом кипятка. Остудить. Не цедить! Пить по 1 столовой ложке 6-7 раз в день. На ночь и утром натошак выпить по четверти стакана настоя.

ИМПОТЕНЦИЯ. Если удастся найти сухие стрелки подорожника, растущего в расщелинах камней, соберите их. С осенних дней до апреля заваривайте вместе с семенами 1 столовую ложку на полтора стакана кипятка. Настаивать 10-15 минут. Пить по полстакана в день 3— 4 раза. Мужчинам после 35 лет пить настой не только ради лечения, но и для профилактики неприятности с простатой, сбоям с потенцией.

В старину это был строго хранимый арабскими и персидскими врачами секрет. Остаётся тайной, как прознали о нём монахи с Соловецких островов. Они собирали из расщелин камней стрелки подорожника, продавали в аптеки России и других стран, выручая при этом большие деньги.

КЛИМАКС. Обильные менструации и кровотечения, сопровождающиеся болями, плохим настроением, депрессией, все это отрегулируется отваром семян подорожника. Для этого 1 столовую ложку семян залить 1 стаканом кипятка и на водяной бане парить не более 5 минут на самом маленьком огне. После остывания пить по 2 столовые ложки 4 раза в день. Можно 2-3 дня отвар хранить в холодильнике. Пить отвар тёплым, добавив чуток кипятка. Такой отвар годится и при климаксе у мужчин.

БЕСПЛОДИЕ. Отвар из семян подорожника эффективен при женском бесплодии, если оно вызвано воспалительным процессом в трубах. Готовить отвар как при климаксе: 1 столовая ложка семян на стакан кипятка. В дополнение к нему я подключал каплями настойку боровой матки или грушанки. В результате лечения молодые женщины обретали счастливое материнство, а я шесть или семь раз становился «дедушкой».

* * *

У подорожника, казалось бы, самого безобидного растения, тоже имеются некоторые противопоказания. От него необходимо отказаться, если у больного имеется склонность к тромбообразованию. Замечено, что особенно сгущает кровь сок подорожника. Нежелателен он и при гастритах с высокой кислотностью. Амирдовлат Амасиаци считал, что «подорожник вреден для мозга, в особенности семена». Он предлагал устранять это вредное действие фиалкой.

239. ПОДСОЛНЕЧНИК

В Европе подсолнечник впервые расцвёл в ботаническом саду Мадрида. Испанцы после открытия Америки привезли его как трофейный цветок. И долгое время никто не знал, на что он годится. Сначала немцы из жареных семечек попробовали готовить кофе — никто не стал его пить. Англичане стали отваривать головки для овощных блюд — есть их никто не стал. Из истории известно, что в 1842 году помещик Африкан Терентьев купил у графа Шереметьева слободку Алексеевку в Воронежской области, и один из его крепостных испытал семена на маслوبيке. И получил такое золотистое, душистое и вкусное масло, которого ещё никто не едал. А потом пошла мода и лузгать семечки на посиделках. Для русской деревни это было средство от скуки, и никто не задумывался над тем, что магия в семечках в шесть раз больше, чем в ржаном хлебе, и что содержится большое количество ценнейшего витамина Е, а в оболочке семян — некоторые необходимые организму ферменты.

Потом и в лечебных целях стали использовать: пили спиртовую настойку цветков от малярии и для улучшения аппетита, а корзинки настаивали на самогоне для растираний суставов при ревматизме.

Чем дальше, тем больше находит подсолнечник применение в народной медицине. Некоторые рецепты действительно очень эффективны, да не всем известны. Рассмотрим некоторые из них.

АНКИЛОЗ (неподвижность сустава из-за патологического сращения суставных поверхностей). Взять 6 цветочных корзинок молочной спелости, искрошить их и залить 1 л водки. Настоять на солнце 40 дней. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за 20 минут до еды. Лечение длительное. (Я бы порекомендовал одновременно делать натирание настойкой ягод красной бузины.) Подвижность сустава начнёт восстанавливаться уже через два-три месяца, но понадобится ещё столько же времени, чтобы полностью восстановить его функцию.

ВЕГЕТОСОСУДИСТАЯ ДИСТОНИЯ. Стебель во время цветения, пока ещё мягок, мелко нарезать, высушить. Заваривать щепотку в стакане кипятка, настаивать 20 минут. Процедить. Выпить в 1-2 приёма — очищает сосуды, снимает головные боли и нервные расстройства.

ТРОФИЧЕСКАЯ ЯЗВА. Смешать 1 столовую ложку свежего нерафинированного подсолнечного масла, 1 столовую ложку мёда и 1 столовую ложку настойки прополиса. Полученную смесь накладывать на язву, на следующие сутки сменить. Мазь эффективна, язва заживает.

ЗАЩЕМЛЕНИЕ НЕРВА ПОСЛЕ ПАДЕНИЯ. Приготовить смесь подсолнечного масла с топлёным воском и вошиной, намазать длинную полоску хлопчатобумажной ткани, наложить пластырь вдоль всего позвоночника — от шеи до копчика. Обычно хватает одного раза, если пластырь держать весь день, но при необходимости повторить процедуру три раза.

ПОЧЕЧНО-КАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ. Раздробить 3-4 корня подсолнуха. 1 стакан залить 3 л воды и варить после закипания 3 минуты. Процедить, но корни не выбрасывать. Выпить весь отвар за трое суток (по литру в день). Эти же корни варить так же в 3 л воды, но уже 15 минут. Процедить, а корни выбросить. Выпить отвар за трое суток. Камни выходят с мочой как хлопья.

При необходимости курс лечения повторить. Корни варятся 2 раза. При отложении солей используют эту же методику. Соли начинают выходить только через 2-3 недели. Сначала моча будет ржавого цвета, но лечение не прекращать, пока она не станет прозрачной, как вода. Во время очищения нельзя есть острые, кислые и солёные блюда.

РАК ЖЕЛУДКА (вариант одного из рецептов). Из высушенных краевых лепестков взять 1 столовую ложку на 1 стакан воды, довести до кипения, но не варить, настоять 1 час. Пить по одной трети стакана 3 раза в день за полчаса до еды в горячем виде. (В других вариантах отвар готовится на натуральном молоке, или из листьев и краевых цветков готовят водочную настойку, а также используют мелкие пазушные корзинки.)

* * *

Противопоказаний пока выявлено немного. Известно, что ни в коем случае нельзя повторно жареным подсолнечным маслом пользоваться в кулинарии — образуются вредные для организма вещества.

240. ПОЛЫНЬ ГОРЬКАЯ

Научное название полыни — артемизия. Её называли так в честь богини девственности Артемиды. Предполагают, что она первая открыла лечебные свойства полыни.

Ассирийцы называли полынь — «сердце орла», веря в то, что если пить настой полыни, то человек станет сильным, не знающим страха. У римлян победителям состязаний на квадригах на Капитолийском холме давали выпить чашу с настоем полыни — это была победная награда, она дарила силы и здоровье на следующую победу.

Очень ценил полынь Авиценна, применяя её при нарушениях пищеварения, повышенной кислотности, гастритах, заболеваниях печени и желчного пузыря, желтухе, ломоте суставов. Амировлат в книге «Ненужное для неучей» утверждал: «Если смешать сок горькой полыни с мёдом и дать выпить, то это снадобье поможет при желтухе, инсульте,

уменьшит тяжесть в голове, не даст человеку быстро пьянеть. Улучшает остроту слуха, лечит воспаление мочевого пузыря, геморрой, печень, успокаивает нервную систему и уносит с собой меланхолию, регулирует менструальный цикл».

В старину, причём в разных странах, существовало поверье: если во время путешествия надеть полынь в виде кушака или держать в руке — не утомишься и будешь иметь удовольствия, а чтобы не чувствовать усталость при ходьбе — вымыть ноги отваром полыни.

Широко применяли знахари полынь для лечения многих женских болезней. До сих пор одним из радикальных средств для лечения рака матки в народной медицине остаётся полынь. Считается, что если сварить её в виноградном вине и принимать в малых дозах, то можно предотвратить выкидыш. Украинские знахари настоем полыни и чабреца лечили все стадии алкоголизма. В годы советской власти, когда всякое знахарство каралось уголовным преследованием, рецепт был утерян, и сейчас делаются попытки восстановить его. Вот один из примеров.

АЛКОГОЛИЗМ. Смешать 1 часть полыни и 4 части чабреца. 3 чайные ложки смеси берут на полтора стакана воды, кипятят на слабом огне 20 минут, настаивают полчаса. Принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день перед едой. Лечение ведётся 2-3 месяца. Об эффективности этого лекарства пока ничего не могу сказать, потому что не испытывал на деле.

ТРОМБОФЛЕБИТ. А это действительно испытанное средство, хотя бы с чужих слов: горсть свежей толчёной полыни с цветками смешать с 0,5 л простокваши, нанести смесь на марлю и приложить к ногам, где вены сильно расширены. Ноги приподнять на подушку и прикрыть полимерной плёнкой на 30 минут.

ПАРАЛИЧ. При параличах перемешать поровну полынь, крапиву и подорожник. Заваривать в фарфоровом чайнике из расчёта 1 чайная ложка на стакан кипятка, пить по 1 чашке 2 раза в день. При гипотонии употреблять в небольших дозах — по 1 столовой ложке 3 раза в день (как тонизирующее средство).

ИНСУЛЬТ. Смешать в равных частях по объёму сок из травы полыни и мёд. Принимать по 1 чайной ложке 4-5 раз в день.

БОЛЬ В ОБЛАСТИ МАЛОГО ТАЗА. Кладут 3 столовые ложки сухой измельчённой травы полыни и 3 столовые ложки коры ивы в 1 л белого виноградного вина. Варить 5 минут. После остывания принимать по 150 мл 3 раза в день до еды. Перед сном лежать с грелкой 30 минут (если нет онкологии).

* * *

У полыни горькой есть свои побочные проявления. Пользоваться ею желательно не больше месяца, после чего необходимо сделать перерыв как минимум на две недели, а лучше на месяц, иначе можно заработать расстройство нервной системы, а при завышенных дозах даже конвульсии, судороги, галлюцинации на грани помешательства, особенно когда некоторые непродуманные рецепты рекомендуют сок майской полыни в больших количествах. Даже Авиценна, высказавший немало похвальных слов в адрес горькой полыни, отмечал, что «горькая полынь иссушает голову, а её выжатый сок вызывает головную боль».

Полынь горькую нежелательно применять при малокровии, хотя и существуют такие рекомендации. Следует избегать её при энтероколитах. Противопоказана горькая полынь при язве желудка и гастрите с низкой кислотностью — ещё больше её понизит. Противопоказана она при кровотечениях, иногда сама может спровоцировать их. Довольно часто проявляется аллергия на полынь, причём она может возникнуть неожиданно — никогда прежде не проявлялась и вдруг — слезы, насморк, удушье и прочее при одном только запахе.

Противопоказана горькая полынь при беременности и в период вскармливания грудью младенца.

241. ПОЛЫНЬ ОБЫКНОВЕННАЯ — ЧЕРНОБЫЛЬНИК



Полынь обыкновенная — неприятзательное дитя бурьянов, охотно заселяет пустыри, огороды, лесополосы между пашнями, лесные опушки, берега прудов, речек и рек, где обычно селится человек. Она, подобно крапиве, держится поближе к людям. Природа, видимо, распорядилась так, чтобы она всегда была под рукой. Простыл человек, поднялась температура, бронхит у него или пневмония, а не дай бог, туберкулёз или астма — чернобыльник рядом. Или у вас нервное истощение, депрессия или анемия — полынь обыкновенная поможет. Воспалился мочевого пузыря — чернобыльник тут как тут при циститах, уретритах, а женщинам наладит менструальный цикл, послужит abortивным средством и вместе с тем — при угрожающем abortе, токсикозе беременности; при необходимости отвар корневищ может послужить для возбуждения родовых потуг.

Обнаружились у человека более серьёзные болезни — судороги, конвульсии, эпилепсия, параличи, воспаление и водянка мозга — и в этих случаях не стоит пренебрегать чернобыльником. А при онкологических заболеваниях тем более. Он мне давно помогает в нелёгкой борьбе с раком пищевода, желудка, кишечника, прямой кишки, поджелудочной железы, при раке матки. Использую я его и при разных видах саркомы.

В книге «Одолень-трава» я немало места уделю чернобыльнику и дал свои методы лечения травой и корнями рака разных органов, но некоторые рецепты, надеюсь, и здесь не будут лишними. И не только по онкологии. Ко мне иногда смущённо обращались мужчины среднего возраста, интересуясь, нет ли растительных средств, усиливающих мужскую силу. Ничего зазорного в этом нет. Конечно, сейчас существуют всякие секс-шопы, виагра и другие специальные лекарства, но не каждый мужчина пойдёт в эти спецмагазины, нелегко преодолеть своё самолюбие и велика в народе сила инерции, порождающая недоверие к непонятным «западным штучкам». А у народа испокон века были свои испытанные средства. Да тот же самый чернобыльник давал неплохие результаты при стойкой импотенции.

ИМПОТЕНЦИЯ. Осенью собрать семена полыни обыкновенной, высушить. 1 чайную ложку семян залить стаканом крутого кипятка, закрыть крышкой и настоять 10 минут, процедить. Выпить в несколько приёмов в течение дня. (Мне говорили, что лучше всего

принимать по четверти стакана утром натощак и в обед, а половину стакана — часа за два до сна.)

ЭПИЛЕПСИЯ. Заваривается 1 столовая ложка измельчённой травы в полутора стаканах кипятка. Настаивать в тепле, укутав, 4 часа. Принимать по четверти стакана 3-4 раза в день. (На мой взгляд, средство больше подходит при эписиндроме, незапущенных формах эпилепсии, но при наследственной только принесёт некоторое облегчение.)

ТУБЕРКУЛЁЗ ЛЁГКИХ. Залить 50 г сухого корня черныбыльника 2 л белого сухого вина, варить в закрытой посуде 10 минут, в кипящий отвар добавить стакан мёда. Охладить, процедить. Принимать по стакану утром натощак. Или по столовой ложке 3 раза в день за полчаса до еды — выбрать индивидуальную форму приёма.

Делают и так: 100 г сухих корней заливают 2 л вина, настаивают 15 дней, добавляют после процеживания 100 г мёда. Принимают по 1 чайной ложке каждый час.

АМЕНОРЕЯ. При остановке и скудных менструациях 1 столовую ложку измельчённых корней залить двумя стаканами кипятка, настоять в закрытой посуде 4 часа, процедить. Принимать по полстакана 2 раза в день до еды. Черныбыльник считается одной из лучших трав при лечении женских болезней. Интересно то, что растения с зелёными стеблями останавливают обильные менструации, а красностебельные — наоборот, вызывают их при задержке. При сборе черныбыльника обратите внимание на цвет стеблей, при необходимости можете собирать их отдельно. Если не удалось это сделать, то лучше воспользоваться листьями: 1 столовую ложку залить полутора стаканами кипятка, настоять 4 часа, пить по четверти стакана 3-4 раза в день за полчаса до еды как при аменорее, так и при дисменорее.

УГРОЗА ВЫКИДЫША. 1 столовую ложку корней на 0,5 л красного сухого вина, довести до кипения, варить 15-20 минут, настоять 2 часа. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды.

УСИЛЕНИЕ ПОСЛЕРОДОВЫХ ВЫДЕЛЕНИЙ. Высушенные верхушки травы растереть в порошок. 1 столовую ложку порошка залить стаканом кипятка на ночь, утром процедить. Принимать по полстакана 3 раза в день до еды.

РАК МАТКИ. 3 чайные ложки сухой измельчённой травы настаивать 4 часа в закрытой посуде, процедить. Пить по четверти стакана 3-4 раза в день за полчаса до еды. Или: 1 столовую ложку корней настаивать 4 часа в двух стаканах кипятка. Пить по полстакана 2 раза в день, предпочтительно до еды. Одновременно делать спринцевания. Для этого 2 столовые ложки измельчённого корня залить 1 стаканом прохладной кипячёной воды, настаивать в плотно закрытой посуде 10 часов, затем прокипятить на слабом огне 10 минут, настоять в тёплом месте 2 часа, процедить. Влить в этот отвар тёплой кипячёной воды, доведя объём до 1 л. Использовать на одну процедуру спринцевания.

РАК ПИЩЕВОДА, ЖЕЛУДКА, КИШЕЧНИКА, ПРЯМОЙ КИШКИ, САРКОМА. Указанный отвар (из 2 столовых ложек полыни на стакан воды) принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день за полчаса до еды как общее противоопухолевое средство.

* * *

Все части растения, по моим многолетним наблюдениям, не имели никаких побочных проявлений. Наверное потому, что черныбыльник не любит длительного применения: через месяц необходимо на такой же срок сделать перерыв. При необходимости лечение продлялось и на два месяца. Важно не превышать дозировку и быть осторожным при беременности.

242. ПОМИДОР СЪЕДОБНЫЙ — ТОМАТ

Он пожаловал к нам из Центральной Америки раньше картофеля, кукурузы и табака. Во Франции его рассаживали вокруг беседок как украшение. В Германии, где климат посуше, высаживали в горшках на подоконнике в качестве цветка. В Англии и России это

уже было экзотическим оранжерейным растением. Когда двести лет спустя его повезли из Европы обратно в Америку, там он не был узан, к тому же считался сильнейшим ядом. Когда в 1776 году, в самый разгар войны североамериканских колоний за свободу, главнокомандующему Джорджу Вашингтону подали пикантное, аппетитно пахнущее жаркое, обильно сдобренное помидорами, он не подозревал, что его собираются отравить. Повар-предатель нисколько не сомневался, что удался коварный замысел, и даже послал англичанам донесение о смерти Вашингтона. По чистой случайности донесение адресату не попало, более сорока лет пролежало спрятанным в тайнике, пока тайна не раскрылась. А будущий первый президент Америки с той поры полюбил томаты.

Ещё сравнительно недавно, в 1811 году, в немецком ботаническом словаре было написано: «Хотя помидоры считаются ядовитыми растениями, в Португалии и Богемии делают из них соусы, отличающиеся крайне приятным кисловатым вкусом».

Ядовитыми оказались не плоды, а стебли — их считают лучшим растительным ядом для многих садово-огородных вредителей, а что касается плодов — сейчас существует около двух тысяч сортов помидоров, и редкий стол обходится без салатов с томатами, соусов, различных приправ или томатного сока.

В данном случае нас интересуют не гастрономические, а лечебные качества помидоров. Естественно, их пристально изучали и обнаружили большое количество калия, каротина, большой группы витаминов, аскорбиновой кислоты, пектиновые вещества, пурины, клетчатку, магний, железо, йод, азотистые вещества, алкалоиды, лимонную и яблочную кислоту, никотин, ликопиды и прочие химические ингредиенты, более интересные для учёных, чем для больного человека. Конечно, любознательному человеку интересно узнать, что при малокровии важную роль играют не только хорошо усвояемые соли железа, но и фолиевая кислота, которая к тому же способствует нормализации холестерина обмена.

Благодаря наличию витаминов и солей калия помидоры необходимы больным с нарушением обмена веществ, с заболеваниями сердечно-сосудистой системы. А значительное количество пектиновых веществ способствует снижению уровня холестерина в крови. Томаты и томатный сок обладают гипотензивным действием (снижающим кровяное давление) и, возможно, в связи с этим облегчают состояние при глаукоме.

В народной медицине свежие помидоры и томатный сок используют для лечения авитаминозов, нарушения обмена веществ, при заболеваниях сердечно-сосудистой системы и желудочно-кишечного тракта, для усиления деятельности половых желез, при болезнях печени. Свежий сок — эффективное средство для лечения язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки...

Пока нет специально разработанных рецептов, поэтому при вышеуказанных болезнях рекомендуют:

- Свежие помидоры. Употреблять по 200-300 г в день, разделив на 2-3 приёма.
- Свежий сок из помидоров, смешанный с мёдом. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.
- Мякоть помидоров. Употреблять в виде маски в течение 10-15 минут.

* * *

Противопоказаний к помидорам тоже существует предостаточно. Увлекаться ими не рекомендуют при желчно-каменной болезни (как сильное желчегонное, они могут погнать камни, которые, не дай бог, застрянут в желчном протоке — тогда без операции не обойтись; другая опасность — если камни имеют фосфатную или оксалатную природу, может произойти их дальнейший рост).

Консервированные, солёные и маринованные помидоры не рекомендуются при заболеваниях почек и сердечно-сосудистой системы, в том числе при гипертонической болезни. Не только консервированные, но и варёные помидоры, особенно в сочетании с сахарами и крахмалами (в супах, салатах, с картофелем и пр.) способствуют образованию

камней в почках и в мочевом пузыре. Не за одну ночь вырастают камни — они растут месяцами и годами, а потом мы удивляемся — откуда они взялись? Я ведь пишу о противопоказаниях для тех, кто серьёзно относится к своему здоровью. Еда, в конечном счёте — тоже лекарство. А пренебрежительное отношение к противопоказаниям — э-э, ерунда все это, ем, что хочу и как хочу, и со мной ничего не будет — обязательно приведёт через некоторое время к врачу с гастритом, панкреатитом или чем-нибудь ещё посерьёзнее. Это относится и к самолечению «безвредными» травами, не только к помидорам или другим овощам, фруктам.

Тем, кто следит за своим здоровьем, необходимо запомнить, что помидоры несовместимы с яйцами, мясом и рыбой. И что весьма важно: придётся забыть о хлебе на весь «помидорный» период. Я не призываю отказываться от хлеба — ешьте на здоровье, но только не вместе с помидорами — делайте между ними перерыв хотя бы на несколько часов. Что же касается томатного сока — его желательно пить через полчаса после приёма пищи.

Существовало мнение о неблагоприятном влиянии томатов на организм при щавелевокислом диатезе, но это не получило подтверждения (к примеру, в помидорах щавелевой кислоты в 64 раза меньше, чем в шпинате, и в 8 раз — чем в свёкле). Так что больным подагрой помидоры не грозят. Конечно, если употреблять их умеренно.

243. ПОРТУЛАК ОГОРОДНЫЙ

Об этом огородном растении надо хоть немного рассказать хотя бы потому, что Гиппократ был уверен, что портулак очищает организм и настоятельно советовал его пожилым людям, тем, кто перенёс тяжёлые заболевания, и чтобы очистить организм от всех вредных последствий.

В научной медицине семена и траву применяют как глистогонное средство. Настой травы можно использовать и как заменитель адреналина. Научно доказано, что растение усиливает сердечную деятельность и повышает артериальное давление при значительном сужении сосудов — неплохое средство при гипотонии.

В народной медицине свежий сок применяют при лечении заболеваний глаз. Портулак находит применение при трихомонадных кольпитах, сифилитических артритов, болезнях печени, почек, параличах инфекционного происхождения.

Портулак ценится как пряное и витаминное растение. Оказывает лечебное действие при лёгкой форме сахарного диабета. Это природный естественный инсулин. Диабетикам полезно употреблять его в пищу, а зимой пить настой листьев и стебля.

В прошлых столетиях в русской армии, в закрытых пансионах, в мужских монастырях и обителях портулак выращивали начиная с ранней весны в парниках, огородах и невероятно широко использовали зелень в салатах, делали начинку для пирогов, варили компоты. Секретпрост: портулак препятствует половому возбуждению. А китайская медицина и по сию пору использует портулак для лечения гонореи. Отвар семян применяют при расстройстве желудка, как кровоочистительное средство и при псориазе.

Рецепты традиционные: сок пьют по столовой ложке 3 раза в день при заболевании почек, печени и мочевого пузыря. Траву, свежую летом, а сухую зимой, заваривали в стакане кипятка, настаивали час-два, дневная норма. Семена — чайная ложка на стакан, покипятить 2-3 минуты, по трети стакана 3 раза в день — при расстройстве желудка, как жаропонижающее и при пиодермии — заболеваниях кожи. Растерев семена в порошок, смешивают с жиром, вазелином — для втираний при псориазе, при лечении наружных опухолей (с приёмом отвара семян внутрь).

Я не стал разделять рецепты, так как, повторяю, они традиционные, даже уточнил бы — приблизительные, так как вариаций существует много.

Из самого текста можно сделать вывод, что портулак противопоказан при гипертонии. Нельзя пользоваться им при брадикардии — низком пульсе. Противопоказан портулак при сильном нервном напряжении, склонности к судорогам, диэнцефальных пароксизмах.

244. ПОЧЕЧНЫЙ ЧАЙ — ОРТОСИФОН ТЫЧИНОЧНЫЙ

Почечный чай широко применяют во многих странах мира при острых и хронических заболеваниях почек, сопровождающихся отёками, альбуминурией (присутствие сывороточных протеинов в моче), азотемией (уремией) и образованием почечных камней; при циститах, пиелоститах, уретритах, атеросклерозе мозга с нарушением функции почек и печени. У нас не растёт, приобрести можно только в аптеках или по переписке.

* * *

Не рекомендуется при гиперацидных гастритах и язвенной болезни желудка с высокой кислотностью, а также гипотонии.

245. ПРОЛОМНИК СЕВЕРНЫЙ

Сначала было заочное знакомство. Где-то я вычитал про необычное растение, которым пользуются северяне и сибиряки вплоть до Дальнего Востока и Камчатки. Примешь положенное количество настоя этого растения и чуть ли не год можно не пользоваться никакими контрацептивами. Сильнее действовал такой настой на женщин. Результат — стопроцентный. Как же так? Почему я не знаю такую траву? Столько редких и экзотичных растений встречал на просторах родной Башкирии, а проломник не попадался. Может быть, и попадался, но проходил мимо, не заметив, хотя почти наизусть знал его описание.

И всё-таки свидание состоялось. Когда показали мне его, чуть ли не носом ткнули, запомнил на всю жизнь продолговатые, собранные в розетку, листочки, тесно прижатые к земле, и несколько стебельков с зонтиками мелких-белых цветков. Это было на каменистом склоне горы, круто обрывающемся к реке Уфимке. Проломник мне не был нужен, я не стал собирать его, но был восхищён этим небольшим участком на склоне горы, где под елями и соснами росли довольно редкие для наших мест линнея северная, воронец колосовидный, воронец красноплодный, грушанка, плаун булавовидный, княжик сибирский. Ещё и ещё раз я восхищался богатым и щедрым миром растительности нашей республики.

Что касается проломника северного, его настой или отвар пьют при болях в сердце, нервных расстройствах, почечно-каменной болезни, ломоте в суставах, гастралгии, зобе, лихорадке, как противосудорожное при эпилепсии, полощут горло при ангине, спринцуются при белях у женщин. Контрацептивное действие после отмены настоя в последующем нисколько не мешает наступлению беременности.

ЭПИЛЕПСИЯ. Заваривают 1 столовую ложку высушенной травы проломника северного в стакане кипятка, настаивают 1 час и после процеживания пьют по трети стакана 3 раза в день, предпочтительно до еды.

* * *

Проломник северный противопоказан при беременности, так как действует abortивно.

246. ПРОСВИРНИК КРУГЛОЛИСТНЫЙ

Это сорное растение, должно быть, знакомо многим. Не только потому, что иногда зелёным ковром расстилается где-нибудь на пустоши, что в городе, что на селе, частенько поселяясь в садах и огородах, либо на лужайках. А знакомо оно обычно с детства. Мы,

мальчишки и девчонки, не зная лечебных свойств просвирника и его латинского названия, всегда знали, где он растёт, и на свой лад прозвали «калачиками». Отцветая, просвирник образует круглые плоские семена, похожие на крохотные зелёные калачи, и свеженькие, только что «испечённые», они своеобразно вкусны и питательны. Может быть потому, что с весны до осени мы поедали всякие дикорастущие съедобные травы, болели редко в суровые военные годы. Ведь заодно получали не только дополнительную пищу, но и лекарства вместе с витаминами.

В плодах просвирника есть аскорбиновая кислота, каротин, углеводы, до 18% жирного масла, много полезной для желудка слизи.

В народной медицине отвар всего растения пьют при кашле и туберкулёзе. Отвар семян — смягчительное при бронхитах, кашле, катаре верхних дыхательных путей, изъязвлении мочевого пузыря, иногда при геморрое. Женщины пьют отвар травы при нарушении менструального цикла. В давние времена просвирник использовали при гонорее. Крепким настоем листьев полощут рот и горло при воспалительных заболеваниях. Отвар листьев в молоке довольно эффективное средство при затруднённом мочеиспускании. Настой листьев с цветками в народе считали хорошим противопоносным и вместе с тем слабительным средством.

На всякий случай, если найдутся любители просвирника, даю пару рекомендаций.

КАШЕЛЬ. 1 столовую ложку листьев с цветками залить стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день.

ОСИПЛОСТЬ ГОЛОСА. 1 чайную ложку семян варить в стакане воды 5 минут на слабом огне. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

247. ПРОСО ПОСЕВНОЕ

Любопытство взяло, нет, прямо-таки за живое задело: пролистал два десятка довольно солидных, большими тиражами изданных популярных лечебников — нет в них ни слова о просе. Будто бы и вовсе оно не лечебное. Впору обратиться к какой-нибудь кулинарной книге, да ведь там только про кашу напишут. И ни слова о том, что просом можно лечить гипертонию, панкреатит, сахарный диабет, печень, мочевой пузырь, геморрой и даже куриную слепоту, не говоря уж о некоторых других болезнях.

Да, просо — древняя культура, хотя и находится далеко позади пшеницы, ржи, риса, гречихи, овса и других злаков. Без особого восторга, буднично пишет о нём Авиценна: «Просо несколько вяжет и сушит без ния. Просо — хорошая припарка для успокоения боли, но если его не приготовить должным образом, оно порождает дурную кровь. Оно менее питательно, чем другие злаки, из которых изготавливают хлеб. Питательность проса невелика: оно вязкое и до некоторой степени разрежающее, как утверждают некоторые врачи, но если отварить его в молоке или в воде с пшеничными отрубями, то питательность его превосходна, особенно если его есть с топлёным маслом или миндальным маслом. Просо, будь то его вещество или хлеб из него, медленно переваривается в желудке. Из проса делают припарки при рези в кишках. Оно гонит мочу».

Если уж на то пошло, белка в нём не меньше, чем в манной крупе, по крахмалу просо мало чем уступит рису; калия — в 4 раза, а магния — в 5 раз больше, чем в рисе. Только по аминокислотному составу просо уступает белкам гречневой крупы. Зато в нём много никотиновой кислоты, есть в нём медь и марганец. Поэтому пшено обладает способностью стимулировать кроветворение. А магний способствует расширению коронарных сосудов. Думается, вполне достаточно первоначальных сведений о незаслуженно забытом пшене.

Ценное свойство пшена — выводить из организма остаточные антибиотики и продукты их разложения (при приёме антибиотиков ежедневно надо есть пшённую кашу). Выявлена особенность пшена уменьшать рост опухолей. Его мочегонное действие помогает при лечении водянки. Можно ещё добавить, что пшено сращивает сломанные и укрепляет повреждённые кости, заживляет раны и способствует соединению мягких тканей, укрепляет

мышечную систему.

Как говорится, голь на выдумки хитра. При некоторых заболеваниях, когда вроде бы все средства испробованы, кто-то вспомнил о просе. Попробовал лечиться с его помощью — глядишь, помогло. Рассказал родственнику или соседу, тот своим знакомым, а там и пошёл гулять из уст в уста пока ещё никому не знакомый, не истрёпанный по разным лечебникам новый рецепт.

ГИПЕРТОНИЯ. Сейчас и не установить, кому первому пришло в голову взять 3 столовые ложки крупы, промыть, высушить, истолочь в ступке и съесть это за день, не запивая водой. И через несколько дней довести рабочее давление до нормы, хотя ещё недавно оно доходило (систолическое) до 200. За три-четыре недели лечения удалось «успокоить» кровяное давление на длительное время.

Муку готовить впрок не следует — утрачивает качества. Впрочем, при гипертонии можно заваривать зерно как чай — оказывает аналогичное действие.

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ. Полезно один раз в неделю принимать 1 столовую ложку пшённой муки. Пользоваться этим средством длительно.

ПАНКРЕАТИТ. 1 стакан пшена залить в кастрюле (эмалированной, без сколов) 2 л воды и варить до полного разваривания крупы. Отдельно на тёрке натереть около стакана тыквы, добавить в кастрюлю с пшеном и варить ещё 20 минут. Слегка посолить, влить 1 чайную ложку подсолнечного масла и съесть на ужин. Длительность лечебного курса 3 недели. Через 10 дней повторить целебный ужин — воспалительный процесс в тканях поджелудочной железы уменьшается.

КУРИНАЯ СЛЕПОТА. Подмечено, что блюда из пшена придают глазам зоркость в сумерки и в ночную темень. Готовить так же, как при панкреатите.

ЗАКУПОРКИ В ПЕЧЕНИ И ЖЁЛЧНОМ ПУЗЫРЕ. Для устранения таких закупорок и очищения от них перебранную от примесей крупу заливают водой, варят, не доводя до готовности. Посуду укутывают и несколько часов томят. Все это варево должно быть съедено в течение суток (в общей сложности должно получиться 3-4 небольшие порции, солить не рекомендуется). Подогревание не допускается — повторная тепловая обработка снижает лечебный эффект. При необходимости через неделю можно повторить.

БЕЛОК В МОЧЕ. Промыть пшено, затем залить его кипятком и помешивать до помутнения. Дать немного отстояться и перелить в стакан. Принимать настой равными частями несколько раз в день — количество выпиваемого особого значения не имеет. Продолжать лечение до получения результатов, а они не замедлят ждать себя, в ближайшее время анализы покажут, что белок в норме.

КОНЬЮНКТИВИТ. 1 столовую ложку крупы промыть, залить 1 стаканом воды, варить 10-15 минут, 2 часа настоять. Отваром промывать глаза до и после сна. Хорошо подходит лечение и детям.

ГЕМОРРОЙ. Приготовить 6-8 кг нелущенного зерна на курс. В трёхлитровую стеклянную банку насыпать на треть промытое зерно, доверху залить кипячёной водой, убрать в тёмное, прохладное место на 4 дня — в воду перейдут все целебные соединения. Пить по 200 мл 3 раза в день за полчаса до еды. Пока идёт лечение (на это уходит около четырёх дней), в другой банке готовить свежий настой, чтоб не прерываться. Курс 20-30 дней без перерыва. Узлы постепенно рассасываются, прекращается кровотечение. При необходимости, для полного закрепления полученных результатов, через неделю курс повторить.

ЦИСТИТ. Полстакана пшена промыть медленными движениями, чтобы только очистить от пыли и сора. Воду слить, а пшено переложить в литровую банку и налить стакан воды, сырой или кипячёной — неважно, чтобы только была комнатной температуры. И энергично взбивать рукой, мять пальцами. Вода делается белесой — её и надо выпить всю. За день выпить сколько можется — ограничений нет. Боли в мочевом канале и пузыре прекращаются почти мгновенно. Частые позывы тоже перестают беспокоить. Для полного избавления от цистита пить надо хотя бы недели две, а из использованного пшена можно

варить кашу — пойдёт только на пользу.

ЛИШАЙ. Его смазывают пеной, которая образуется при варке пшена. Помогает, особенно если это делать ежедневно.

* * *

На пшено часто пеняют, что горчит. Дело в том, что жиры, содержащиеся в пшене, довольно быстро окисляются, и крупа становится горьковатой на вкус. Так что при покупке требуйте не лежалое, а свежее зерно. При колитах, особенно у пожилых людей, пшено может вызвать запоры — это надо учесть и предпринять необходимые меры. При гастрите с повышенной кислотностью часто наблюдается изжога.

248. ПРОСТРЕЛ РАСКРЫТЫЙ — СОН-ТРАВА



В лесу ещё местами лежит снег, а на проталинках и пригретых солнцем местах среди оживающей травы появляются мохнатые лиловые колокольцы — маленькие ростом, ещё без листьев — они вырастут позже. С ними связаны разные поверья, собирают цветы с разными наговорами и обрядами. Считается, что вся бесовская сила во главе с самим Сатаной боится той травы и бежит от неё на 12 вёрст. Избавляет сон-трава от дурного глаза, от порчи и всякого бесовского наваждения. В какой-то степени служит предсказательницей. Для этого брать цветок надо по утренней росе, подоткнув повыше юбки или закатав высоко штанины. Сорванный цветок надо сразу положить в холодную воду, где лежит он до полнолуния. Согнутый в стебле, он начинает шевелиться, и тогда на ночь вынуть его из воды, спрятать под подушку. Сны снятся только вещие. Если тебя ожидают счастье, удача, то приснится молодая девушка (или молодой мужчина), но если быть горю — увидишь во сне смерть.

Гаданиями я не занимался, но сон-траву люблю собирать до сих пор, соблюдая мудрые народные советы: в лес за сон-травой нужно идти только с лёгкими мыслями, не желая никому зла; срывая цветок, загадывать то, что больше всего заботит и тревожит.

Сон-трава в народной медицине считается успокаивающим и снотворным средством — отсюда и название травы.

В народной медицине отвар всей травы пьют малыми дозами при туберкулёзе лёгких, бронхите, бронхиальной астме, коклюше, при заболеваниях, вызванных поднятием тяжести — надсаде, а также при невралгии, мигрени, подагре, ревматизме. Отвар травы дают женщинам во время родов, чтобы уменьшить боль и ускорить роды, а также при заболеваниях женских половых органов. Успешно применяют зелье из травы для лечения спазмофилии («младенческое»). У народных целителей это одно из древнейших средств лечения импотенции.

ИМПОТЕНЦИЯ. Цветы надо срывать в бутоне. Не таскать их с собой, а сразу поместить в банку с водой. На поллитра воды — 10 цветков. Дома довести до кипения, как остынет — процедить. Пить по 30 мл ежедневно. Можно заготовить лекарство впрок: дома

достать бутоны из банки, сколько можно отжать сок в 0,5 л водки, цветки поместить там же. Настоять 7 дней, процедить. Пить так же по 30 мл 1 раз в день.

МИГРЕНЬ. Измельчить 2 чайные ложки травы на 1 стакан холодной кипячёной воды, настоять 24 часа, процедить. Принять настой в течение дня глотками, дробными порциями (а в это время должна настаиваться следующая порция).

БЕССОННИЦА. 5 цветков залить 1 стаканом горячей воды, настоять 20 минут, процедить. Принимать по столовой ложке в вечерние часы (определить индивидуально количество приёмов, но не больше трёх раз).

ЭПИЛЕПСИЯ, ПАРАЛИЧ. 1 чайную ложку травы прострела раскрытого залить 2 стаканами кипятка, настоять 2 часа, процедить. Принимать по столовой ложке 3 раза в день вне зависимости от еды.

УСКОРЕНИЕ РОДОВ И УСПОКОЕНИЕ БОЛЕЙ. 2-3 цветка залить стаканом кипятка. Настоять до охлаждения. Пить по столовой ложке каждые 2 часа.

ГЛАУКОМА. Свежевыжатый сок смешивают с мёдом и пьют по 5 мл на приём, запивая водой.

* * *

Растение ядовитое. При высушивании ядовитость исчезает. «Сон-трава» противопоказана при невритах, гастритах — раздражает слизистую желудка, при беременности — abortивна. Нежелательно пользоваться травой при болезнях печени.

249. ПУСТЫРНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Признаюсь, сначала я не хотел включать это растение в книгу — настолько одно только его название, как говорят, в зубах навязло. Даже некоторые люди, никогда не касавшиеся проблем траволечения, при случае с видом знатока авторитетно рекомендуют: «У вас высокое давление? Обязательно попейте настойку пустырника, все как рукой снимет». Не зная при этом, что он может помочь только при начальной стадии гипертонии. «Ах, у вас сердце шалит? Так вам обязательно нужен пустырник. И никаких врачей не понадобится!».

Как часто даже очень хорошо знакомые люди вдруг открываются с неожиданной стороны. Что уж тут говорить о растениях...

Да, настой, настойку, экстракт пустырника часто используют при неврозах, гипертонической болезни, стенокардии, миокардите, пороках сердца, контузиях головного мозга, лёгких формах базедовой болезни, вегетососудистой дистонии и пр. Но то, что пустырник применяется при холодовой аллергии — в какой-то момент это для меня явилось новостью. Открылся пустырник для меня при различных нарушениях полового цикла у женщин, при фибромиомах матки. К сведению я принял и то, что экстракт травы увеличивает при эпилепсии интервалы между припадками, это подтверждено клиническими испытаниями. Помогает пустырник при опухолях и гангренозных ранах. Использовал я пустырник при успешном излечении эндометрита (правда, в сочетании с другими травами). Пустырник непременно входит в составы для спринцеваний — начиная с дисфункции яичников и вплоть до рака матки.

И всё же на рецептах я решил не останавливаться, так как большей частью они однотипны и в любой аптеке можно получить исчерпывающую консультацию. При целом ворохе разных болезней практически одно и то же. К примеру; сок травы смешивают пополам с водкой и принимают по 1 чайной ложке 3 раза в день до еды при сердцебиениях, сердечно-сосудистых неврозах, повышенной нервной возбудимости, начальных стадиях гипертонии, кардиосклерозе, миокардите, пороках сердца, сердечной слабости после гриппа и других инфекционных болезней, при головной боли, малокровии, одышке, желудочно-кишечных коликах, бронхиальной астме, при болезненных менструациях и их задержке, при бессоннице, при ангиодистонических синдромах конечностей, нейроциркуляторной

дистонии, ишемической болезни мозга.

* * *

Пустырник серьёзных противопоказаний не имеет, разве что не стоит пользоваться им при гипотонии. Случается редко, но при длительном применении может вызвать аллергическую реакцию вплоть до полной непереносимости — это мне приходилось наблюдать у нескольких больных, лечившихся от гипертонии и заболеваний сердца.

250. ПШЕНИЦА

Грешно было бы обойти её стороной. Ведь это хлеб наш насущный, который и кормит, и лечит.

Самые простые способы лечения — отвар мякиша хлеба при поносах; мякиш, намоченный в горячем молоке, рассасывает нарывы и опухоли. И, конечно же, отруби. Отвар пшеничных отрубей с мёдом пьют при заболевании дыхательных путей. Отруби в натуральном виде назначают при гипертонии и атеросклерозе, атонии кишечника. Их, — где по чайной, где по столовой ложке — запивают водой. И ещё популярно лечение проросшим зерном пшеницы. Но мало кому известны другие рецепты. Кому-то они, может быть, пригодятся.

ЛЕЙКЕМИЯ. Заварить 3 столовые ложки пшеничных отрубей в стакане кипятка, настоять 2 часа. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день за полчаса до еды. Этот же рецепт хорошо помогает и при **АНЕМИИ**.

ЯЗВА МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ. Взять 200 г отрубей на 1 л кипящей воды. Варить 1 час. Дважды процедить. Пить по полстакана (вплоть до 1 стакана) 3-4 раза в день. Курс лечения — 1 месяц.

ПСОРИАЗ. Полтора килограмма отрубей залить горячей водой и настоять 4 часа. Процедить в ванну. Принимать её не более 15 минут. Не вытираться, обсохнуть, надеть мягкое домашнее бельё. Ванны принимать ежедневно на протяжении 10 дней. Для ножной ванны используют 250 г отрубей, готовить так же при лечении не только псориаза, но и кожной сыпи, экземы.

АТЕРОСКЛЕРОЗ. Столовую ложку отрубей заливают стаканом кипятка и настаивают полчаса. Затем добавить к настою ещё стакан кипятка и ещё настоять 10 минут. Процедить. Разделить на три порции. Принимать 3 раза в день после еды.

СНИЖЕННЫЙ ИММУНИТЕТ. Промыть 100 г зёрен, вымочить в небольшом количестве воды 2-3 часа, затем подсушить салфеткой, смолоть на мясорубке. Добавить по 1 столовой ложке мёда и сметаны (можно сливки или молоко). Принимать полученную смесь утром натощак. Лечение провести в течение месяца. Заодно это нормализует работу кишечника.

РОЖА. Бывает, болезнь настолько упорна, что никакому лечению не поддаётся, причиняя муки. Попробуйте взять 3 пшеничных колоска во время цветения и обвести ими больное место 3 раза. На другой день ещё 3 колоска и повторить процедуру. Поражённые места побледнеют. На третий день сделать то же самое. Три дня — и пройдёт. Это старинное знахарское средство.

* * *

При лечении пшеницей одним из противопоказаний считается диабет. Тяжело ложится на больной желудок и кишечник выпекаемый нашими пекарнями продукт, называемый пшеничным хлебом. В первый день, пока он свежий, вызывает изжогу и тяжесть в животе, быстро черствеет и уже через сутки может покрыться едва приметной плёнкой плесени. Не торопитесь срезать поражённый участок — лучше сразу выбросить этот опасный продукт,

потому что плесень уже успела выработать одну из разновидностей афлатоксина, грозного биологического фактора, ведущего постепенно разрушительную работу в организме, вызывая впоследствии тяжёлые болезни, вплоть до рака. Разве таким бывает настоящий пшеничный хлеб? Настоящий пока можно встретить в деревнях, поставленный на добротной опаре, испечённый в русской печи на поду. Я брал такой хлеб в дальние походы, и он даже через неделю оставался свежим и не крошился, не терял первоначального вкуса. Увы, сейчас о таком хлебе остаётся только мечтать.

251. ПЫРЕЙ ПОЛЗУЧИЙ

Являясь одним из злейших и трудноискоренимых сорняков, он как бы утверждает свою необходимость всему живому на земле. Пыреем лечатся дикие животные. Его свежие молодые листочки жадно поедают заболевшие кошки, собаки. И для человека он ценен прежде всего тем, что восстанавливает нарушенный обмен веществ, особенно при различных кожных заболеваниях. Настой и отвар корневищ употребляют при водянке, отёках различного происхождения, при нефрите, цистите, недержании мочи, камнях в почках и в жёлчном пузыре, желтухе, туберкулёзе лёгких, хроническом бронхите с обильной мокротой, кашле, а также при гастрите, энтерите, колитах, как болеутоляющее средство при подагре, ревматизме, люмбаго, различных артритах. Сок или отвар свежего растения, принимаемый в течение всего лета, хорошо помогает при частичной потере зрения.

Некоторые специалисты рекомендуют пырей при рассеянном склерозе, при гипоталамическом синдроме, ишемии мозга, прединсультном, сахарном диабете, слабости сфинктеров мочевого пузыря в пожилом возрасте, остеохондрозе и деформирующем спондиллезе с корешковыми болями.

Копать корни пырея рекомендуют ранней весной или осенью, но, в отличие от других растений, брать его можно в течение всего лета, если для получения сока — то вместе с травой, хорошенько отмыть в холодной воде и сразу прокрутить в мясорубке, отжать через несколько слоёв марли, но лучше всего воспользоваться прессом.

ЗРЕНИЕ. Ещё более тысячи лет назад Авиценна советовал выжатый сок пырея смешать с мёдом или вином (все берётся в равном по весу количестве) и сварить на слабом огне, помешивая ложкой, до получения однородной смеси — 3-5 минут. Процедить и принимать по столовой ложке 3 раза в день с весны до осени. На практике подтверждено: зрение улучшалось на полторы-две диоптрии (иногда до трёх диоптрий). Да, но этим надо заниматься непрерывно шесть месяцев, отпущенных на весь период вегетации пырея. Разумеется, брать его нужно только в чистых местах, не только вдали от города, но и подальше от транспортных артерий.

ОСТЕОХОНДРОЗ. 3-4 столовые ложки корней (свежих или сухих) залить 1 л воды, довести до кипения ипотихоньку упарить наполовину. Принимать по 100 мл — полстакана — 3 раза в день. Это поможет и при болезнях с нарушением солевого обмена.

ДИСФУНКЦИЯ ЯИЧНИКОВ. 1 столовую ложку корней пырея варить в стакане молока на слабом огне 10 минут. Принимать по 1 столовой ложке 2-3 раза в день до выздоровления.

ТУБЕРКУЛЁЗ ЛЁГКИХ. Столовую ложку свежих или 2 столовые ложки сухих корней варить в стакане молока 5 минут. Принимать по 1 стакану 3 раза в день. Это помогает и при других трудноизлечимых заболеваниях.

ДИАТЕЗ ЭКССУДАТИВНЫЙ. Столовую ложку корней пырея залить 0,5 л кипятка, на малом огне кипятить 15 минут, настоять в тепле 2 часа, процедить. Принимать по полстакана 3-4 раза в день до еды.

НЕДЕРЖАНИЕ МОЧИ (особенно у пожилых людей). Полную столовую ложку измельчённых корней пырея залить стаканом кипятка, полчаса парить в горячей водяной бане, после остывания процедить. Пить по одной трети стакана 3 раза в день. Если не полениться и продолжать лечение 2-3 месяца, то можно избавиться от хронического цистита

и укрепить сфинктер мочевого пузыря.

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ, ГИПЕРТОНИЯ, НЕФРИТ, ПНЕВМОНИЯ, ЦИСТИТ, РЕВМАТИЗМ, КОЛИТЫ, ЖЕЛ—ЧНО-КАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ, ФУРУНКУЛЁЗ. Возможно и некоторые другие болезни, связанные с обменными процессами, воспалениями внутренних органов (пырей обладает противовоспалительным и кровоочистительным действием). Взять 25 г корней на 250 мл воды и на малом огне кипятить 10 минут, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день перед едой.

* * *

У пырея почти нет противопоказаний. Во всяком случае, нет никаких упоминаний о них. Лишь по своим соображениям я не стал бы назначать пырей для длительного приёма при гипотонии, остром панкреатите с диареей, при обострении язвенной болезни желудка.

252. РЕВЕНЬ ТАНГУТСКИЙ

Из двух десятков видов ревеней в медицине используется, в основном, ремень тангутский. В малых дозах он обладает закрепляющим действием, а большие дозы вызывают послабление стула. Препараты из корней ревеня назначают при некоторых желудочно-кишечных заболеваниях, трещинах прямой кишки, при малокровии, туберкулёзе лёгких, при желтухе как желчегонное, при склерозе. По мнению некоторых фитотерапевтов, ремень незаменим в период климакса как для мужчин, так и для женщин, особенно если климакс протекает с невротами, тревожным настроением, если появляется слезливость, лёгкая ранимость, ипохондрия, исчезает желание работать, любить, жить. Из ревеня готовят супы, салаты, компоты, варенья, повидло. И всё-таки с ним тоже надо быть осторожным.

* * *

Нельзя употреблять лекарства из ревеня больным гиперацидным гастритом, язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки. У этих больных обычно через 10-15 минут после приёма возникают желудочные боли, особенно это опасно при желудочном кровотечении. При длительном приёме ревеня наступает привыкание к нему и слабительное действие уменьшается. Ревень способен увеличить дефицит кальция в организме, что недопустимо при остеопорозе, нарушить процесс свёртывания крови. Длительно употреблять ремень не рекомендуется при гиперфункции паращитовидных желез. Ревень противопоказан при аппендиците, остром холецистите, непроходимости кишечника, геморрое. Отрицательное действие оказывает ремень на больных подагрой, ревматизмом. Амирдовлат Амасиаци отмечал, что ремень вреден при острых заболеваниях печени, и это вредное действие устраняется цикорием.

253. РЕДИС ОГОРОДНЫЙ

В молодости, особенно весной, когда ещё нет многих свежих овощей, я мог намыть и съесть полную тарелку редиса без всяких приправ. Люблю его и по сей день, но, увы, с предосторожностью и опаской. Да, редис содержит множество витаминов и минеральных солей, особенно соли калия, так необходимые больному сердцу. Редис не уступает многим овощам и фруктам богатством пектиновых веществ, а ведь они поглощают из кишечника холестерин, яды, канцерогены, болезнетворные микроорганизмы и выводят их.

* * *

Однако приходится помнить и о том, что редис противопоказан при язвенной болезни

желудка, гастритах, энтероколите, запорах, заболеваниях печени, панкреатите, а также при вегетодистонии. Редис снижает выработку гормонов щитовидной железы и нежелателен при гипотериозе. Редис способствует образованию тромбов, закупорке сосудов, поэтому должен быть исключён из лечебного питания при инсульте, после инфаркта. Даже здоровому человеку нельзя употреблять редис на ночь — иначе забурлит кишечник, сон окажется беспокойным, с тревожными и мрачными сновидениями.

254. РЕДЬКА ОГОРОДНАЯ

Великое множество народных рецептов связано с этим популярным овощем. Простуда с ознобом — в ход идёт редька. При бронхите и туберкулёзе лёгких — редька. Завелись камешки в почках или в жёлчном пузыре — опятьтаки больные хватаются за редьку. Свежий сок втирают при ревматизме, подагре, миозитах, невритах, радикулитах, невралгиях. Тёртую редьку прикладывают к гнойным ранам, язвам. Соком редьки лечат трихомоноз влагалища. Применяют редьку при желтухе и циррозе печени, как мочегонное средство при обширных отёках, воспалении мочевого пузыря, сахарном диабете.

Если нет серьёзных противопоказаний к редьке, она способна помочь при многих заболеваниях. Вот только некоторые из них.

ШИЗОФРЕНИЯ (с любым клиническим синдромом). Особенно при астенических состояниях с болезнями печени, почек, желчных путей и наличии камней. Пить сок по 1-2 столовые ложки за 15-20 минут до еды. К столовой ложке сока желательно добавить столовую ложку мёда. Курс лечения — до 1 месяца.

РАК РАЗЛИЧНОЙ ЛОКАЛИЗАЦИИ. 1 килограмм чёрной редьки не чистить, только помыть, мелко нарезать и залить 1 л водки. Настоять 2 недели, процедить. Принимать по четверти стакана 4 раза в день за полчаса до еды. Курс 15-20 дней. Через 10 дней повторить.

ПАРАЛИЧ ЯЗЫКА. Жевать кусочки редьки, затем выплёвывать их.

СИНУСИТ. При болях в носу, ушах и голове закапывать в ноздри сок или вводить тампон с соком.

СКУДНЫЕ МЕНСТРУАЦИИ. 1 чайную ложку сока редьки смешать с половиной столовой ложки сока моркови. Пить небольшими глотками 3 раза в день за 10 минут до еды. Дозу постепенно увеличивать, доведя до 10 чайных ложек, размешанных с половиной стакана сока моркови.

УЛУЧШЕНИЕ ЗРЕНИЯ. Сок редьки смешать пополам с мёдом, принимать по 1 чайной, довести до 1 столовой ложки 3 раза в день после еды.

ОЖИРЕНИЕ. Взять 10 кг редьки, вымыть, кожуру не снимать, только вырезать поражённые места. Мелко порезать и отжать через соковыжималку. Принимать по полстакана 3 раза в день через час после еды. При этом не употреблять мясо, жирные блюда, крахмалистые продукты, яйца, сдобу.

ТРОФИЧЕСКИЕ ЯЗВЫ. Делать аппликации из сока и кашицы редьки на язву, перевязать. Это мощное бактерицидное средство, содержащее лизоцим (антимикробное средство).

ДИЭНЦЕФАЛЬНЫЕ КРИЗЫ (с предастмой). Сок редьки смешать пополам с сахаром и принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день после еды в течение 2-5 недель. Эту смесь можно использовать как желчегонное, разбавив 1:3 с водой и принимать за полчаса до еды. Сок всегда должен быть свежим. Если появится запах сероводорода или привкус серы, то для лечения он непригоден.

* * *

Впрочем и противопоказаний хватает с избытком. Мякоть и сок редьки необходимо исключить при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, энтеритах и колитах, гастрите с повышенной кислотностью, при обострении хронического панкреатита. Противопоказана

редька при гломерулонефрите. Не рекомендуют пользоваться редькой при тяжёлых заболеваниях сердца, токсическом зобе, беременности, вздутиях кишечника, подагре, гепатите и нефрите из-за высокого содержания пуринов и эфирных масел. Считается, что редька вредна для головы, зубов. Есть её рекомендуют не до еды, а после.

255. РЕПА ОГОРОДНАЯ

Репка обладает солидным стажем служения человеку. Правда, у разных народов и отношение к ней было разное. В античные времена греки, принося жертвы богу Аполлону, несли в храм свёклу на серебряном блюде, а репу — на оловянном. Древние персы считали репу пищей рабов и бедняков. Египтяне кормили репой строителей пирамид. Но ни в одной стране мира репа не имела такого распространения, как на Руси. Она была главным овощем, пока на смену не пришёл картофель. Причём давала хорошие урожаи на любой почве. Могла расти даже за Полярным кругом. На любом крестьянском столе главной едой была «парёнка» — парили репу в горшках в русской печи. Вкусно и питательно. Не брезговали репой и дворяне.

Заодно и лечились репой. В толстых мясистых корнеплодах одного только сахара было 9%, кроме того, много минеральных солей, клетчатки, значительное количество витаминов и каротина. В одном из старинных лечебников говорилось: «Сок из свежей репы, на тёрке истёртой, выдавленный и подваренный с сахаром, составляет верное средство от цинги. Мазанные оным опухшие и кровь источающих дёсен исцеляют их за два дня». По сей день живёт поговорка: «Дешевле пареной репы». Сейчас вряд ли найдётся применение этой поговорке.

Целебность репы начинается уже с её пищевых свойств: возбуждает аппетит, усиливает выделение желудочного сока, улучшает пищеварение, предохраняя от желудочных заболеваний (обладает противовоспалительным, обезболивающим, ранозаживляющим, антисептическим мочегонным действием). Вареной репой и отваренным соком лечили острые ларингиты с острым кашлем и охриплостью голоса, применяли при бронхиальной астме, использовали как средство, улучшающее сон и успокаивающее сильное сердцебиение. Тёплым отваром полоскали рот при зубной боли. Растёртую варёную репу прикладывали при подагре для уменьшения болей. стакан свежеприготовленного сока, разбавленного на четверть или треть водой, — прекрасное желчегонное средство. У человека серьёзные нелады с сердцем. И тут поможет репа по таким рецептам.

АРИТМИЯ. Хороший эффект для уменьшения сердцебиения даёт отвар репы: 2 столовые ложки измельчённого корнеплода залить полным стаканом воды, на слабом огне варить 15 минут, через 20-30 минут процедить. Пить по половине стакана 4 раза в день. Для этого во второй половине дня сварить ещё один стакан.

ИНФАРКТ МИОКАРДА. Пить сок репы с мёдом по трети или полстакана 3-4 раза в день. Есть репу в любом виде. Выздоровление происходит вдвое быстрее.

ГРИПП. Натереть на мелкой тёрке 2 столовые ложки кашицы, залить стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать по четверти стакана 4 раза в день за полчаса до еды. Заметно облегчает состояние, особенно начиная со второго дня. Защищает от осложнений на бронхи и лёгкие.

ЛАРИНГИТ, ОХРИПЛОСТЬ ГОЛОСА. Измельчить 2 столовые ложки репы, залить стаканом кипятка и на самом слабом огне варить 15 минут. Принимать в тёплом виде по четверти стакана 4 раза в день. Последние дозы на огне не разогревать, а только плеснуть в отвар чуть-чуть кипятка.

* * *

Во всех отношениях хороша репа и вреда от неё почти нет, только в сыром виде её нельзя употреблять при язве желудка и двенадцатиперстной кишки. Нельзя пользоваться ею

и при острых гастритах, энтероколитах. Репа противопоказана при зобе — при большой Щитовидке о ней забудьте.

256. РЕПЕШОК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Без этого растения я, как травник, был бы похож на охотника без ружья.

Прежде всего репешок идёт у меня при опухолевых заболеваниях (наряду с полынью-чернобыльником, марьиным корнем, чёрной ольхой, цветами хмеля и некоторыми первоочередными растениями). Обязательно входит в комплексы при раке полости рта и горла — и внутрь, и для полоскания.

Без репешка не обойтись при злокачественных опухолях желудочно-кишечного тракта, раке печени и метастазах в печень, при раке прямой кишки — и внутрь, и микроклизмы.

Прекрасно проявил себя репешок при полипах в желудке и кишечнике. Репешок я отношу к венотоническим средствам, и не столько при варикозах, сколько при лечении запущенного геморроя.

В нескольких случаях репешок помог мне в борьбе с циррозом печени (в одной связке с володушкой золотистой и настойкой листьев хрена).

Мне и самому неоднократно приходилось получать пользу от репешка при воспалении голосовых связок, охриплости и даже потере голоса — спасало так называемое «агримоново полоскание» — отвар столовой ложки травы в стакане кипятка. Покипятишь 3-5 минут, процедишь, добавишь чайную ложку мёда и тёплым отваром полощешь горло до 5-6 раз в день.

Нет ничего удивительного в том, что репешок исстари был любим народом. И второе название ему дали — приворот. Видимо, имелись какие-то секретные, теперь уже забытые и утраченные прописи, связанные с привораживающей или другой магической силой.

Не стану анализировать химический состав репешка (до конца ещё не изученный), но можно отметить в нём большое количество микроэлементов: медь, цинк, железо, ванадий, никель, хром, титан, марганец, стронций, цирконий, серебро. Это ведь не просто перечисление. Медь необходима нам прежде всего, чтобы лучше усваивалось железо. А дефицит железа вызывает самые разнообразные последствия — от выпадения волос до инфаркта сердца. Кстати, без меди невозможна деятельность некоторых энзимов, снижающих окисление организма, медь предупреждает появление злокачественных опухолей. Хром из органических соединений (растений) необходим для полноценного усвоения глюкозы — тогда не будет диабета. Марганец (вместе с железом и медью) необходим для поддержания процесса кроветворения. Я только хочу сказать этим, как важна совокупность «живых» микроэлементов, и чем растение богаче ими, тем больше возрастает его ценность.

Поэтому и народная медицина, ничего не зная об этом, только на своём многовековом опыте даёт свою оценку тем или иным растениям, и не ошибается. Как не ошибся в репешке, применяя его и при заболеваниях сердца, нервной системы, заболеваниях желудка, желчного и мочевого пузыря, при различных кожных заболеваниях и при заболеваниях суставов.

Я не стану перечислять все болезни, лишь посоветую обратить внимание на некоторые народные рекомендации.

РАК ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ. Постарайтесь осенью накопать корни репешка. И готовить себе отвар: 1 столовую ложку измельчённых корней залить стаканом кипятка, поставить на 30 минут в кипящую водяную баню, через 10 минут процедить. И принимать по трети стакана 3 раза в день за полчаса до еды. Если не успели приготовить отвар, то можно воспользоваться порошком корней — по 1 грамму (треть чайной ложки) принимать так же 3 раза в день за полчаса до еды, запивая водой.

ЦИРРОЗ ПЕЧЕНИ. 1 чайную ложку травы кипятить 2-3 минуты в стакане воды, настоять 2-3 часа, процедить и принимать по трети стакана 3 раза в день за 15 минут до еды. По другому рецепту: 1 столовую ложку травы на стакан воды, кипятить 5 минут, процедить.

Пить по 0,3 стакана 3 раза в день после еды.

ПОЛИПЫ В КИШЕЧНИКЕ. 2 столовые ложки травы залить 2 стаканами кипятка, на слабом огне дать покипеть 5-8 минут, через полчаса процедить. Принимать по трети стакана 3 раза в день до еды. При полипах в прямой кишке — использовать часть этого отвара на микроклизму в ночь.

НЕЙРОЦИРКУЛЯТОРНАЯ ДИСТОНΙΑ (с головными болями и симпатико-адреналовыми кризами). В термос насыпать 2-3 столовые ложки травы, залить 0,5 л кипятка, настоять 2 часа — это суточная доза, то есть выпить за 3-4 приёма.

ПАНКРЕАТИТ. Заварить 1 столовую ложку травы в стакане кипятка, через час процедить. Принимать по 1/4-1/3 стакана 3-4 раза в день до еды.

ЭНУРЕЗ. Две горсти семян залить 0,5 л красного виноградного вина, настоять 1/4 дней, процедить. Принимать по 30-40 мл 3 раза в день. Последняя порция — на ночь.

ОСТЕОХОНДРОЗ. Даже при запущенных формах остеохондроза одним из лучших средств считается репешок — он способствует полному растворению солевых отложений: 1-2 столовые ложки травы залить стаканом кипятка, настоять 4 часа, процедить. Добавить мёд по вкусу и пить по четверти стакана или по половине стакана настоя 3—4 раза в день. Лечение длительное.

АСЦИТ. 1 столовую ложку сухих цветков залить стаканом кипятка, настоять 2 часа, принимать по 1/4-1/3 стакана 3-4 раза в день.

* * *

За время пользования репешком каких-либо противопоказаний не было выявлено. Случалось, некоторые больные, буквально единицы, жаловались на боли, возникающие в желудке, на запоры, или, напротив, на послабление стула. Скорее всего, это было вызвано либо пищей, либо принимаемыми параллельно медикаментозными средствами. С небольшой натяжкой можно сделать предупреждение тем, у кого сгущённая кровь и есть угроза к образованию тромбов.

257. РИС ПОСЕВНОЙ

В Киото, древней столице Японии, стоит на холме Фунаоко священный камень. Рядом две каменные, пёстро раскрашенные лисицы, охраняют этот своеобразный жертвенный алтарь. На его ступеньках стоят мисочки с рисом и чашки с водой и солью. Японцы приходят сюда попросить у Божества риса помощи. Для этого надо сто раз обойти вокруг священного камня, повторяя своё самое заветное желание. И тогда оно обязательно сбудется. В Японии новобрачным подносят лепёшки из риса, как символ благополучия, изобилия, долголетия.

А долголетием японцы отличаются от многих народов мира. И одну из тайн этого феномена можно объяснить...да, да, ежедневным потреблением риса. Для них это не только питание, но и дарованное их Божеством лекарство. Дело в том, что лучшей чистки для организма природа пока не смогла придумать.

Мы знаем, что рис бывает разным. Стараемся покупать высшие сорта, чтобы зерна были гладкими и блестящими, полированными, не думая о том, что после полной очистки в нём почти нет белка. В крайнем случае возьмём шлифованный, приготовленные из него блюда тоже эстетичны (но у него тоже удалена плодовая оболочка, а зародыш остаётся лишь частично). Бурый или коричневый рис малопривлекателен, не вызывает симпатии (зато он очищен только от внешней оболочки, зародыш в нём сохранён полностью). Ещё бывает рис с оболочкой — шала. В сравнении с известными злаками в рисе содержится не так много белка, зато белок этот высшего качества.

Восточные народы, которые питаются рисом круглый год, предпочитают рис неочищенный, округлой формы, и такая пища приносит только пользу.

Для лечения надо брать округлый нешлифованный рис.

ОСТЕОХОНДРОЗ, АРТРИТ, РЕВМАТИЗМ, ПОДАГРА, ХРОНИЧЕСКИЙ ЗАПОР. На весь курс лечения надо взять столько столовых ложек риса, сколько вам полных лет на день начала лечения. Не забудьте, длинный рис для лечения не годится. Высыпать рис в банку, залить холодной кипячёной водой и поставить в холодильник. Каждое утро необходимо сливать всю воду из банки, затем взять полную ложку риса с «верхом» для первого завтрака. Варить в кипячёной воде до готовности, ничего кроме воды не добавлять в кашу. Идеально сварить и съесть кашу до 7 утра, но если это сложно, обязательное условие — рисовая каша в тёплом виде натошак, а после съеденной каши 2 часа ничего не есть и не пить (так как рис может вбирать из воды соли). Остальной рис опять залить холодной кипячёной водой и убрать в холодильник. И делать так, пока не съедите весь рис (ежедневно меняя в банке воду, иначе рис забродит и прервётся лечение).

Если хотите стать здоровым, моложе не только телом, но и душой, с ноября по апрель употребляйте на первый завтрак рисовую кашу по предложенному методу. Не бойтесь запоров — рис поможет избавиться и от этой неприятности.

Предложенный метод лечения остеохондроза один из самых действенных.

* * *

Рис вреден при коликах (вредное действие нейтрализуется сахаром). Не употреблять рис при ожирении. Рисовая диета может вызвать осложнения в почках, поэтому лечение обязательно сочетать днём и вечером с приёмом настоя или отвара брусничного листа.

258. РОГОЗ УЗКОЛИСТНЫЙ — КАМЫШ



В тихих заводях стариц, по болотинам и даже в небольшом непересыхающем бочажке, как своеобразное украшение, можно видеть высокие стебли рогоза с продолговатым, гладким початком на макушке — он словно из мягкого коричневого бархата сделан. Его часто берут на украшение, хотя волей-неволей надо лезть в воду. Зато сборщики лекарственных трав привычны к этому, загодя припасают резиновые сапоги, а при необходимости и клеёчатый фартук наденут, если есть необходимость взять не только

листья и стебли с початками, но и корень. Кстати, корневища съедобны и довольно вкусны, при необходимости их мелют в муку и пекут лепёшки.

Но нас интересуют не кулинарные, а лечебные достоинства растения. У рогоза на лекарство идёт все: и корневища, и листья, и початки с пыльцой. К примеру, пух початков с топлёным маслом — прекрасное средство от обморожений и ожогов. Пыльца цветков в восточной медицине используется для остановки сильных кровотечений, а также при костном туберкулёзе, омертвлении тканей, при груднице. Отвар листьев полезен при сахарном диабете. Отвар корневищ принимают внутрь при гастритах, энтеритах, простом и кровавом поносе, дизентерии, гонорее, лихорадке. Измельчённые листья рогоза прикладывают к ранам, ожогам, порезам, ссадинам, чем мы нередко пользовались в походах в молодости, да и во время обычных вылазок на природу.

ДИАБЕТ. Высушенные листья рогоза измельчить, 1 чайную ложку залить стаканом кипятка, дать покипеть 1-2 минуты, остудить. После процеживания принимать по 1/3 стакана 3 раза в день. Когда сахар в крови нормализуется, продолжать поддерживающее лечение, принимая отвар хотя бы неделю-полторы в месяц, уменьшив дозу до четверти стакана на приём.

КОЛИТ. Столовую ложку измельчённых корней на 1 стакан воды, кипятить на слабом огне 10 минут, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 4-5 раз в день.

* * *

Рогоз практически безвреден. Отвар корневищ нежелательно принимать при варикозном расширении вен, при гепатозе, подагре. Может вызвать запоры.

259. РОДИОЛА РОЗОВАЯ-ЗОЛОТОЙ КОРЕНЬ

Я бы очень хотел написать ещё об одном подвиде этого ценного растения — родиоле ирмельской, которая являлась одним из главных растительных богатств башкирской горы Ирмель, но лет десять назад не как-нибудь, а на вертолёте там высадился десант браконьеров, которые варварски уничтожили основные заросли, а следом за ними хорошо поработали одиночки-собиратели, не травники, а именно собиратели на продажу, и я был потрясён, когда один из таких сборщиков предложил мне целый рюкзак свежевыкопанных корней — демобилизованный, нигде не работающий молодой человек таким образом решил зарабатывать себе на жизнь. Я отчитал его, да что толку! Разве он один такой? Теперь на Ирмели лишь случайно увидишь характерные листья или цветки почти исчезнувшего растения. Остаётся одна надежда, что через 10-15 лет какая-то часть родиолы ирмельской возродится, если не слишком будут беспокоить её. Прошу прощения за это лирическое отступление, но, поймите, до сих пор душа болит за хищническое варварство, ведущее к оскудению природы.

Специалистами давно подмечено, что препараты родиолы розовой оказывают стимулирующее влияние на Центральную нервную систему, улучшают энергетическое обеспечение мозга, способствуют нормализации обменных процессов, улучшают умственную и физическую работоспособность. Благодаря золотому корню человек становится более устойчивым к различным экстремальным ситуациям, у него не происходит истощения надпочечников при стрессе. Родиола предупреждает инволюцию вилочковой железы.

В народной медицине золотой корень особенно ценится при старческом упадке сил, при импотенции, а также анемии, туберкулёзе лёгких, болезнях печени, сахарном диабете, женских заболеваниях (аменорея, метроррагия, меноррагия).

Как правило, в народе используется настойка корня на водке. Обычно принято настаивать 50 г измельчённого корня в 0,5 л водки 2-3 недели. Принимают её при всех указанных заболеваниях от 10-12 до 20-25 капель и пьют недолго, дней десять-пятнадцать. Я

готовлю настойку, не взвешивая корень, на глазок: треть бутылки корня, доверху заливаю водкой и настаиваю не меньше месяца. Когда самому приходилось пользоваться лекарством, то принимал по неполной чайной ложке утром и днём — два раза в день не больше десяти дней. Повторяю: дозировка подбирается индивидуально, длительно принимать нельзя — в среднем 2-3 недели. Передозировка может привести к противоположному воздействию.

* * *

Родиола розовая противопоказана при резко выраженных симптомах нервных заболеваний и истощаемости корковых клеток мозга. Препараты обладают высокой биологической активностью. При грубых органических заболеваниях назначать настойку нецелесообразно. Даже при самых малых дозах настойка родиолы розовой вызывала неприятие при постгриппозном энцефалите. Разумеется, противопоказана она при гипертонии.

260. РОДОДЕНДРОН ЗЛОТИСТЫЙ



Обитатель субальпийских и альпийских лугов, вечнозелёный кустарничек со стелющимися ветвями и сочными кожистыми листьями, красавец с крупными колокольчатыми цветками на концах ветвей — весь солнечножелтый, жизнерадостный — один из тех, кто в горах ближе всех поднимается к небу. Приходится сожалеть, что местом для жительства он выбрал Восточную Арктику, Сибирь и Дальний Восток.

Иркутские учёные установили, что препараты рододендрона золотистого благотворно действуют на сердце. При сердечно-сосудистой недостаточности снижают венозное давление, повышают диурез, увеличивают скорость кровотока, способствуют уменьшению отёков, уменьшению одышки, нормализуют работу сердца.

В народной медицине издавна применяются при ревматизме, водянке, подагре, головных болях, эпилепсии, бессоннице, раздражительности, туберкулёзе, лихорадке, женских болезнях, желудочно-кишечных заболеваниях, хронических колитах, дизентерии, как противовоспалительное, кровоостанавливающее и тонизирующее средство. Он обладает

сильным бактерицидным действием по отношению к стрептококкам, стафилококкам, патогенной кишечной флоре. Водный экстракт листьев губителен для гриппа.

Для местных жителей рододендрон золотистый — целая аптека. Используют листья и цветки. Листья можно собирать все лето, но лучше всего во время цветения. В наши дни ездить на Алтай и Дальний Восток чересчур дорогое удовольствие, но по переписке, узнав адреса по Интернету или в популярных журналах по целительству, можно получить по почте необходимое количество сырья. Торговля травами сейчас очень распространена — ведь для многих, живущих в глуши, это единственные живые деньги или добавка к скудной пенсии. Заодно и научат, как и от чего пользоваться. Моя книга не тянет на всесторонний справочник, но тем не менее пару рецептов в пример приведу.

ТУБЕРКУЛЁЗ. 1 чайную ложку измельчённых листьев залить стаканом кипятка, настоять 1 час, тепло укутав, затем процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день в тёплом виде. Здесь срабатывает сильное бактерицидное действие рододендрона золотистого.

РАДИКУЛИТ. В этом случае готовят настойку: 3 столовые ложки листьев заливают 0,5 л водки, настаивают 2 недели. Принимать по 20-30 капель 2-3 раза в день после еды в рюмке воды.

* * *

Дозы отваров и настоек даются очень маленькие, так как рододендрон золотистый ядовит. Токсичен даже мёд, полученный с его цветков. Обладая сильной биологической активностью, препараты растения кумулятивные и не подлежат длительному применению. Рододендрон противопоказан при пиелите, пиелонефрите, других заболеваниях почек, так как раздражает мочевыводящие пути. При передозировке наблюдаются все признаки отравления с болью в желудке, угнетением сердечной деятельности, падением давления, удушьем.

261. РОЗА КРЫМСКАЯ



С незапамятных времён роза считается царицей цветов, и никому в голову не приходило оспорить это мнение. В Древней Индии самая очаровательная женщина в мире — богиня Лакшми появилась из бутона розы. Лакшми стала богиней красоты, а её колыбель — роза — символом божественной тайны. По древнеиндийскому закону человек, принёсший царю розу, мог попросить у него всё, что пожелает.

По мусульманской легенде, все растения Земли обратились к Аллаху, чтобы он дал им нового повелителя вместо сонного, важного Лотоса. Аллах прислушался к просьбе и сотворил чудесный цветок — Розу.

В Персии настолько почитали розу, что сама страна получила название Гюлистан —

Страна Роз.

У греков роза — символ кратковременности жизни, которая так же быстротечна, как красота душистого цветка. У них даже есть пословица: «Если ты прошёл мимо розы, то не ищи её более».

В Древнем Риме культ розы превзошёл все границы возможного. Патриции засыпали розами любимых матрон. Девушки окуривали себя фимиамом из роз, привораживая любимых. Гладиаторы умащивали тело розовым маслом, чтобы быть непобедимыми в жестоких играх.

Роза одно время служила и символом молчания, поэтому и была посвящена Гарпокриту — богу молчания, которого изображали в виде красивого юноши с приложенным к губам пальцем. Во времена упадка Рима было очень опасно публично высказывать свои мысли. Поэтому во время пиршеств или деловых встреч на потолке зала вешали большую искусственную розу, как бы предупреждая присутствующих о необходимости сдерживать свои эмоции. Тогда и появилось латинское выражение: «Сказанное под розой» (под секретом).

В Россию роза попала в шестнадцатом веке и долго была лишь придворным цветком. Впрочем, наши знахари быстро нашли ей лечебное применение, поначалу связанное с магией. Впрочем настой или сироп из лепестков розовой или белой розы, имеющих тонкий аромат, нашли реальное подтверждение в лечении бесплодия. Дело в том, что эти розы — богатейший источник витамина Е, а это витамин молодости, высокой половой активности и способности, прекрасный стимулятор для работы яичников у женщин, улучшения сперматогенеза у мужчин. Сироп из розовой или белой розы облегчает зачатие, если «виновница» бесплодия женщина, а мужчине надо брать для лечения только красную или тёмно-розовую розу. Говорят, если беременная женщина перед родами поставит в воду полураспустившуюся розу, и цветок там полностью распустится, то роды пройдут благополучно. Можете проверить.

Сейчас с лечебной целью используют лепестки крымской розы. Собирают их рано утром, так как в середине дня снижается в них содержание эфирных масел. В народе применяют при заболеваниях лёгких, катарах верхних дыхательных путей, воспалении слизистых оболочек желудочно-кишечного тракта, желтухе и даже при холере. Лепестки, настоянные на вине, — при расстройствах желудка и гинекологических заболеваниях; свежие лепестки — наружно при рожистом воспалении; лепестки, смешанные с мёдом, — при заболеваниях дёсен, а в сочетании с водой — как жаропонижающее средство.

Наряду с розой крымской используются роза дамасская, роза белая. Например, лепестки красной розы используют при заболеваниях печени, а белой — при заболеваниях сердца, гипертонии, атеросклерозе.

* * *

Я перечислил не все заболевания, при которых используются лепестки роз, розовая вода и розовое масло. И рецепты не стал давать, потому что не использовал и не могу поручиться за них. Важнее предупредить о нежелательных последствиях лечения розами. Дело в том, что розовая вода и розанол подавляют желудочную секрецию, а это означает, что больным с анацидными и гипоанацидными гастритами лучше всего воздержаться от применения препаратов из роз.

262. РОЗМАРИН ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Южный вечнозелёный кустарник со своеобразным запахом, молодые побеги напоминают еловую веточку с мелкими нежно-лиловыми цветочками. Синоним розмарина — морская вода. Его родина — Средиземноморье.

Посвятили это нежное растение богине Венере. Греки и римляне украшали им свои

жилища, особенно там, где боги посылали сны. Считалось: подарите любимому человеку веточку розмарина, и он станет весёлым, счастливым, не коснутся его недобрые слова.

Особенно уважали розмарин при французском и итальянском королевских дворах. В Германии в день свадьбы или другого торжества букет розмарина украшал грудь каждого гостя. Розмарин пользовался огромной популярностью и в России во времена царствования Елизаветы.

Восхищался розмарином знаменитый врач Кнейпп. Он считал, что растение лечит все болезни желудка, благотворно действует на пищеварение, лечит почти все болезни сердца, «гонит сердечную воду» и особенно хорошо лечит перикардиты. Обладает неплохим мочегонным действием.

Полюбили розмарин гинекологи для лечения климакса, при нерегулярных и обильных кровотечениях, которые сопровождаются головными болями, депрессией, бессонницей, слабостью. Розмарин прекрасно помогает при импотенции. Снимает спазмы желчных и мочевых путей.

Его энергетические свойства: даёт ясность ума, оживляет собственную энергию, улучшает память.

ДЕПРЕССИЯ. Поровну смешать листья розмарина, зверобоя, мелиссы и черники. 1 столовую ложку залить стаканом кипятка, настоять и пить как чай.

ГИПОТОНИЯ. Поровну смешать листья розмарина, черники и мелиссы. 1 столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять до охлаждения. Принимать по 1 столовой ложке 2-3 раза в день.

КЛИМАКС. 3 столовые ложки листьев залить стаканом спирта, настоять 3 дня, процедить. Принимать по 25 капель 3 раза в день за полчаса до еды. Нормализует расстроенную нервную систему в период климакса.

Кому противопоказано спиртное, можно сделать отвар: 1 столовую ложку листьев залить стаканом кипятка, на слабом огне варить 15 минут, остудить. Принимать по половине чайной ложки за полчаса до еды.

* * *

Розмарин противопоказан при беременности, гипертонии, склонности к судорогам.

263. РОМАШКА АПТЕЧНАЯ

Давно смущает и не даёт мне покоя загадка. Все мы знаем, что впервые привёз в Европу подсолнух Колумб из Новой Мексики. Тогда откуда же взялась трогательная древнегреческая легенда о нимфе Клитии, безнадежно влюблённой в лучезарного бога Аполлона? Он безжалостно отверг её любовь, стремительно делая служебную карьеру: сначала был простым богом-исцелителем, заодно выполняя функции бога-прорицателя, затем вырос в бога мудрости, прихватив функции покровителя Искусств, а верхом его карьеры стало отождествление с богом солнца, и получил он прозвище Феб. Какое ему было дело до несчастной нимфы, которая от безответной любви выросла в землю, превратясь в подсолнух, всегда поворачивая голову в сторону своего возлюбленного?

Другая загадка: родина ромашки — Северная Америка. Там аптечная ромашка — обычный сорняк. Её завезли к нам оттуда значительно позже Колумба. Но каким образом Плиний Старший рекомендовал отвар из цветов аптечной ромашки от желтухи, а экзему лечил измельчённой ромашкой, отваренной в оливковом масле? Гален утверждал, что «ромашка по нежности действия близка к розе. Только она горячее и теплота её приятна, как теплота оливкового масла». Несколькими веками позже писали о ромашке Авиценна, Амирдовлат Амасиаци. Арабы называли ромашку ласково «яблоком земли». Так откуда же появилась ромашка у древних греков?

И в то же время до 1913 года ромашку завозили в аптеки из Америки. А российские ведуны много веков назад знали, что ромашка лечит сердце. Это записано в древнем травнике: «У кого в груди болит, возьми стакан снятого молока, стакан воды, по одной

щепоти ромашки, липового цвета, бузины, смешать. Вскипятить. Процедить через тряпицу. Остудить как парное молоко. Пить вместо чая, поможет от грудной „жабы“. Так ведь это лечение стенокардии!

Ладно, оставим загадки в стороне. Остановимся на том, что ромашка — старейшее и одно из лучших лекарственных растений. Применяется в виде настоя внутрь при заболеваниях органов пищеварения, при спастических хронических колитах, сопровождающихся брожением в кишечнике, при гастритах, для стимуляции отделения желчи, при судорогах, приливах крови. Рецептов множество, особенно в сборах с другими растениями. Я остановлюсь на тех, которые известны мало. Как правило, ромашка лечит несколько болезней сразу, и удивляться тут нечему: срабатывает в ромашке целебнейшее противовоспалительное вещество хамазулен, которого нет ни в других нелекарственных видах ромашки, ни в других растениях (помнить только надо, что хамазулен разрушается при кипячении и не доверяйте рецептам, где ромашку надо кипятить).

ПИЕЛОНЕФРИТ И ЦИСТИТ ХРОНИЧЕСКИЕ. 1 столовую ложку цветков залить стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

ПОЛИПЫ В НОСУ. Сок ромашки смешать пополам с соком чистотела и несколькими каплями закапывать в каждую ноздрю или вводить смесь на турундочках.

МИГРЕНЬ. Можно воспользоваться тремя способами. 1. Принимать 3 раза в день по 2 грамма порошка цветков спустя 2-3 часа после еды. 2. Заваривают 1-2 чайные ложки в стакане кипятка, настаивают полчаса. Пьют в горячем виде по 1/3 стакана 3-4 раза в день. 3. 2 столовые ложки цветков настоять в стакане водки 2 недели. Принимать по 30 капель 3-4 раза в день.

БОЛИ В КОСТЯХ, БОЛИ В ЖЕЛУДКЕ, СПАЗМЫ, СУ— ДОРОГИ, ЗАДЕРЖКА МЕНСТРУАЦИЙ. Свежими цветками заполнить банку, залить растительным маслом, настоять 40 дней на солнце в плотно закрытой посуде, затем настоять на кипящей водяной бане 1 час, процедить, отжать. Принимать по 1 чайной ложке 2-3 раза в день.

ОСТРЫЙ ВАГИНИТ. 3 столовые ложки цветков ромашки залить 1 л кипятка, настоять 4 часа, процедить. Применять 1-2 раза в день при простом остром вагините в виде спринцеваний.

* * *

При всей кажущейся безобидности, ромашка может доставить немало неприятных минут. Передозировка грозит головной болью, может вызвать хрипоту, кашель. При больших дозах может наступить угнетение центральной нервной системы и понижение мышечного тонуса.

Нельзя пользоваться ромашкой при шизофрении, при психических расстройствах. Противопоказана она при обильных болезненных менструациях, при беременности. Если прислушаться к мнению Амирдовлата Амасиаци, то «ромашка вредна для почек и мочевого пузыря».

264. РУТА ПАХУЧАЯ

Небольшой серовато-зелёный кустарничек, но листья розовато-зелёного цвета. У растения сильный, своеобразный запах, поэтому рута — пахучая. Однако запах этот приятным не назовёшь. Зато при высушивании листья обретают другой запах, напоминающий аромат розы. Такое вот любопытное растение, растущее в Крыму, Украине, южных областях России.

Научная медицина руту душистую вниманием не балует, зато в народе она пользуется большой популярностью. Отвар травы пьют при заболеваниях сердца, расстройствах нервной системы, головокружении и головных болях, связанных со спазмом сосудов, при истощении организма, спазмах в животе, плохом пищеварении (в желудке), при судорогах,

эпилепсии, при эпилептиформных судорогах у детей, при маточных кровотечениях, ревматизме.

Разбавленный сок травы или отвар применяют как примочку к гноящимся глазам. Такой же отвар с мёдом или сок прикладывают к ранам и ушибам с кровоподтёками.

Известный немецкий врачеватель Кнейпп сказал о руте: «Если бы мы смогли понять её язык, то помогли бы при всех неизлечимых болезнях».

В народе существует универсальное лекарство из руты если не при всех, но всё-таки при обширном перечне разных болезней, помогающее при всех конкретных случаях.

ПАРАЛИЧ, ЭПИЛЕПСИЯ, ГОЛОВНАЯ БОЛЬ ПРОСТУДНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ, ГОЛОВОКРУЖЕНИЕ, СЕРДЦЕБИЕНИЕ, ПРИЛИВ КРОВИ К ГОЛОВЕ, ШУМ В УШАХ, ВОДЯНКА ЖИВОТА, ТРОМБОФЛЕБИТ, ОХЛАЖДЕНИЕ ПОЯСНИЦЫ И ПОЧЕК, ПОТЕРЯ АППЕТИТА, МЕТЕОРИЗМ, ГЕМОРРОЙ, ГЛИСТОГОННОЕ, ЗАДЕРЖКА И БОЛЕЗНЕННЫЕ МЕНСТРУАЦИИ, НОСОВЫЕ КРОВОТЕЧЕНИЯ, КАШЕЛЬ, УСПОКАИВАЮЩЕЕ ПРИ НЕРВНОЙ РАЗДРАЖИТЕЛЬНОСТИ. 100 г сухой травы залить 2 л сухого белого вина, настоять 3 недели, процедить. Принимать по 25—30 мл 4 раза в день до еды. Сроки лечения зависят от тяжести заболевания. Тем не менее, закончив принимать эти 2 л настойки, следует сделать перерыв на 1-2 недели и курс лечения повторить, при необходимости несколько раз.

КЛИМАКС. 1 чайную ложку сухих листьев настоять 8 часов в 2 стаканах остуженной кипячёной воды, процедить. Принимать по полстакана 4 раза в день до еды при климактерических расстройствах.

* * *

Рута, при всех её прекрасных качествах, далеко не безопасна. Растение ядовитое, дозировки минимальные. При передозировке могут возникнуть тяжёлые отравления.

Не следует пользоваться рутой при гастрите с высокой кислотностью желудочного сока, при низком кровяном давлении. Рута противопоказана при беременности.

265. РЯБИНА ОБЫКНОВЕННАЯ



Не найти человека, который не любовался бы ею и не знал о её полезных свойствах.

В Центральной России рябину использовали в свадебных обрядах: листья стелили в обувь новобрачным, а плоды прятали в карманах их одежды — для защиты от колдунов и ведьм, а позже, уже в наши времена — от сглаза и порчи. В средние века на Руси больных клали под рябину, веря, что «дух рябиновый отгоняет болезни». Фитонциды растения, видимо, играли какую-то роль. В народной медицине используют плоды, цветки, листья, иногда кору.

Рябина гонит желчь, препятствует образованию камней в почках и мочевых путях благодаря мочегонному действию, укрепляет капилляры, снабжает организм витаминами и богатым набором микроэлементов, понижает кровяное давление, повышает свёртываемость крови, понижает содержание жира в печени и холестерина в крови. Содержащиеся в ягодах рябины вещества повышают устойчивость организма к кислородному голоданию. При угаре пострадавшему дают жевать ягоды рябины. Применяется рябина также при хроническом запоре, вызванном заболеванием желчных путей. Слабительное действие проявляется в первые три часа после приёма. Настой и отвар плодов рябины полезен при злокачественных новообразованиях различной локализации.

Во второй половине июня, в ту пору, когда заря с зарёю сходится, самое время собирать цветы рябины. Знахари в эти «рябиновые» рассветы собирают белый душистый цвет и знают: он самый-самый лечебный и поможет от всех недугов. А если отсчитать от середины лета (на это укажет первая покрасневшая рябина) девяносто дней и нарвать ягод — они будут обладать самым сильным лечебным эффектом. Сделайте все эти заготовки на зиму — не пожалеете.

Кору рябины, собранную во время сокодвижения, я включал в комплекс лечения рассеянного склероза. Кстати, это отличное средство и при обычном склерозе.

СКЛЕРОЗ. Лучше всего измельчить кору до состояния порошка. Взять 5 столовых ложек, залить 0,5 л сырой воды и варить с начала закипания 2 часа на самом слабом огне — чтоб едва кипело. После остывания процедить. Принимать по 25-30 мл (маленькая коньячная рюмка) 3 раза в день за полчаса до еды. Курс — полтора-два месяца.

КАРДИОСКЛЕРОЗ. Прodelать все то же самое, только кипятить 30 минут. И принимать по 1-2 столовые ложки 3 раза в день.

ГЕМОРРОЙ. Это осеннее лечение, когда созреют ягоды. Отжимать сок и принимать по

полстакана 3 раза в день, запивая холодной водой (горечь сока можно подсластить мёдом или сахаром). Раскрывается даже закрытый геморрой и наступает облегчение.

ПОНИЖЕННАЯ КИСЛОТНОСТЬ. Тоже осеннее лечение: в сентябре-октябре принимать по 1 чайной ложке сока из ягод 3 раза в день за 20-30 минут до еды.

ЗРЕНИЕ. Воспользоваться периодом, пока можно отжимать сок и принимать от 1 до 3 столовых ложек 3 раза в день до еды, а поздней осенью или зимой пить отвар плодов: 1 столовую ложку ягод заварить стаканом кипятка, настоять 4 часа. Пить по полстакана 2-3 раза в день. Кстати, целебные свойства сушёных ягод рябины прекрасно сохраняются два года.

ЗОБ, БОЛЕЗНИ ПЕЧЕНИ, ГЕМОРРОЙ. 2 чайные ложки цветков заварить стаканом кипятка, настоять 4-6 часов, тепло укутав, или в термосе. Процедить. Принимать по четверти стакана (50 мл) 3-4 раза в день. Помогает и при женских заболеваниях.

ОБИЛЬНЫЕ МЕНСТРУАЦИИ. Женщины с обильными, обессиливающими менструациями, что приводит к снижению гемоглобина и анемии, могут использовать как свежие, так и сушёные ягоды: 2 столовые ложки ягод на поллитра кипятка. Настаивать до остывания. Пить в течение дня дробными порциями.

* * *

Однако не ко всем рябина относится так милостиво. Препараты из рябины противопоказаны при склонности к тромбообразованию, повышенной свёртываемости крови. Свежие ягоды и сок не рекомендуется применять при гастрите с повышенной кислотностью. Забродивший сок теряет свои лечебные свойства. Нежелательно пользоваться рябиной при гипотонической дискинезии, так как избыточное поступление желчи в лишённый сократительной способности пузырь будет способствовать его растяжению и усилению болей.

Необходимо помнить, что рябина способствует предупреждению беременности.

Сок свежей рябины противопоказан при язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

266. РЯСКА МАЛЕНЬКАЯ

На природе, в глухомани, на берегу горной речки отмечали юбилей одного моего приятеля, мастера спорта по туризму. Среди шашлыков, рыбы, грибов и других походных блюд многочисленным гостям был предложен салат, который вызвал восторженные отклики. Ели его так, что уши шевелились. Чуть позже открыли его секрет: салатиз озёрной ряски. Скажи об этом заранее — может быть, и побрезговали бы, хотя туристы — народ ко всему привычный. Сам я однажды отведал летний суп-зелёные щи со сметаной -заправленный ряской. пикантнейший вкус.

А до всего этого ряска служила мне эффективным лекарством при некоторых заболеваниях.

Чаще всего ряску рекомендуют для лечения витилиго — нарушения кожной пигментации в виде беловатомолочных пятен на теле. Лечение требуется длительное, зачастую без ожидаемого успеха. Зато ряска и в самом деле эффективна при аллергических заболеваниях — крапивнице, нейродермите, почесухе, хроническом упорном насморке. Настойкой ряски мне удалось снять в течение суток сильнейший отёк Квинке, когда ребёнку в условиях стационара никакие другие средства не помогали.

В последние годы я убедился в необходимости настойки ряски при лечении рака горла и лёгких. Ряску, даже если она растёт в чистейшем горном озере, необходимо тщательно вымыть (в озёрах и прудах, особенно где плещутся утки и гуси, нельзя брать). Расстеленная в тени, на воздухе, без доступа солнечных лучей, быстро сохнет. Это на тот случай, когда потребуется порошок из травы. Но большую часть я использую для настойки: чуть более половины банки свежесмытой ряски доверху заливаю водкой и настаиваю не меньше

месяца (иногда банки стоят непрощенными по два-три месяца). Обычный приём — по 20 капель 3 раза в день.

Ряска проявляет себя иногда совершенно с неожиданной стороны.

ИМПОТЕНЦИЯ. Прекрасное средство при лечении импотенции смесь порошка ряски с мёдом — по 1 чайной ложке того и другого — съесть утром натощак или в первой половине дня. Результаты не замедлят сказать о себе.

НЕФРИТ (острый). Надо смешать в равных частях по весу порошок ряски и семена лопуха. Взять 1 чайную ложку в рот и запить водой за 20 минут до завтрака. То же самое сделать перед обедом и ужином. Курс лечения — 3-4 недели.

УРЕТРИТ. При затруднённом болезненном мочеиспускании принимать порошок ряски по 1 столовой ложке 3 раза в день за полчаса до еды, запивая водой. Уже в первые дни наступит облегчение, но лечение надо продолжить до полного выздоровления.

ГЛАУКОМА. Принимать настойку ряски по 15-20 капель с 2-3 столовыми ложками воды 2-3 раза в день до еды до исчезновения симптомов внутриглазного давления.

ПСОРИАЗ. Заварить в стакане кипятка 1 чайную ложку высушенной ряски, настоять 30-40 минут и выпить в тёплом виде. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

* * *

О ряске маленькой очень редко упоминают в лечебниках. И по поводу противопоказаний нет никаких намёков. Какие уж тут противопоказания, если за один присест турист способен съесть целую тарелку салата! Правда, как закуску. Тем не менее ряска, хотя и обладает десенсибилизирующим действием, при некоторых нервных расстройствах наоборот усиливает беспричинную раздражительность, иногда до нервного срыва и истерии. Воздержаться от её длительного применения я бы посоветовал при вегетодистонии.

267. САБЕЛЬНИК БОЛОТНЫЙ

Лет тридцать назад сидел он себе в болоте или в тёплом заливчике какого-нибудь озера или старицы в совершенной безвестности, одни лишь рыбаки или охотники на привале заваривали чай из его стеблей-корешков или редкие травники во время цветения срезали на известные им одним зелья венички стеблей с листьями, а по осени, когда похолодает и осядет вода, делаясь прозрачной и тёмной, выдёргивали длинные плети корней, смывая с них грязь тут же в ледяной воде.

Потом один из целителей выдал свой секрет лечения суставов, другой в каком-нибудь журнале опубликовал хвалебную заметку, и пошла гулять молва о чудесах, которые творит огнецвет болотный, декоп, словно саблей отсекающий болезни. Молва разрасталась с невероятной быстротой по мере того, как больные люди действительно стали разгибаться, вставать без посторонней помощи, а некоторые и костыли забросили, почувствовав лёгкость и свободу в скованных ревматизмом или остеохондрозом суставах.

Ради любопытства я поискал хоть какие-нибудь сведения у таких наших признанных классиков траволечения, как М. А. Носаль, А. П. Попов, Н. Г. Ковалёва и др., но они ни словом не обмолвились о таком замечательном растении, зато теперь разве что ленивый не напишет о нём.

Вот и я пишу — о том, как с участием сабельника лечил лейкозы, лимфогранулематоз, рак желудка, лёгких, молочной железы, прямой кишки, саркому, остеомиелит, остеохондроз с межпозвонковой грыжей, красную волчанку с поражением суставов и некоторые другие болезни.

Конечно, в народе давно знали о существовании сабельника и пользовались им от ревматизма, подагры. А теперь, в пору широкой известности, перечень болезней расширился. Большим диапазоном обладает спиртовая настойка сабельника.

ТУБЕРКУЛЁЗ ЛЁГКИХ, ТРОМБОФЛЕБИТ, ЖЕЛТУХА, НЕВРАЛГИЧЕСКИЕ БОЛИ, ТОНИЗИРУЮЩЕЕ РАБОТУ СЕРДЦА, УДУШЬЕ, ХОЛЕЦИСТИТ, ГИПОТОНΙΑ, НАРУШЕНИЕ ОБМЕНА ВЕЩЕСТВ. Здесь применяется настойка из 100 г сухой травы на 0,5 л водки, настоять 2 недели. Принимать от 25-30 капель до 1 чайной ложки 3 раза в день до еды.

ОПУЩЕНИЕ ЖЕЛУДКА, ЖЕЛУДОЧНЫЕ БОЛИ. 1 столовую ложку травы с корнями залить 1 стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Пить по четверти стакана 3-4 раза в день.

ОПУХОЛИ ЖЕЛЕЗ. 2-3 столовые ложки травы ошпарить кипятком, завернуть в марлю и прикладывать к опухшим железам.

ЛИМФОГРАНУЛЕМАТОЗ, РАК ПРЯМОЙ КИШКИ. Принимать по 25-30 капель настойки 3 раза в день на воде. В прямую кишку вводить микроклизмы, капая 50 капель в 50-60 мл тёплой кипячёной воды.

ПРОФИЛАКТИКА ИНСУЛЬТА. При угрозе инсульта принимать по 1 столовой ложке настойки 3 раза в день до еды.

ОТЛОЖЕНИЕ СОЛЕЙ В СУСТАВАХ РУК, НОГ, В ШЕЕ. 5 столовых ложек корней залить 0,5 л водки, настоять 1 неделю, ежедневно встряхивая. Принимать по 50 мл 3 раза в день перед едой — до выздоровления.

* * *

Химический состав сабельника пока полностью не изучен. Имеются противоречивые сведения. По мнению одних специалистов, сабельник снижает артериальное давление. Другие, наоборот, рекомендуют его при артериальной гипотонии. Я на конкретных примерах убедился, что сабельник нельзя применять при низком давлении. Даже в незначительных дозах гипотоники плохо переносят настойку корней. И ещё я пришёл к такому выводу: сабельник противопоказан при брадикардии.

268. СВЁКЛА ОБЫКНОВЕННАЯ

В Талмуде говорится: «В Вавилоне нет прокажённых и страдающих гнойными выделениями потому, что там едят свёклу, пьют мёд и омываются водами Евфрата». Древние народы ценили свёклу не столько как пищу, сколько как лекарство.

Первыми научились разводить свёклу в качестве корнеплода персы, следом за ними — турки и древние римляне. Любопытно, что в древности персы, турки и римляне считали свёклу символом ссор. В те времена в Европе ели «вершки», а в Азии «корешки». Следует отметить, что листья свёклы, употребляемые в салатах, были не менее ценны, чем корнеплоды, так как в них содержится очень много каротина — провитамина А, а также фолиевой кислоты.

Вообще, необычайно богат химический состав свёклы. Имеет смысл подробнее остановиться на нём, и тогда многое станет понятным. В корнеплодах содержатся сахара — глюкоза, фруктоза и сахароза (до 25%). Органические кислоты — лимонная, щавелевая, яблочная. Различные белки. Витамины ВВ, В, С, Р, РР, каротиноиды, пантотеновая, фолиевая кислоты, пектин, пигменты, в значительном количестве соли железа, марганца, калия, кобальта, магния, йода. А также клетчатка, аминокислоты (лизин, валин, аргинин, гистидин и др.)

О таком составе, конечно, не могли знать Гиппократ, Гален, Диоскорид, Парацельс и другие великие врачи древности, но они считали свёклу великолепным средством от малокровия, лихорадки, болезней пищеварительных органов и лимфатических сосудов.

Установлено, что клетчатка, яблочная, лимонная и другие биогенные кислоты, содержащиеся в свёкле, усиливают перистальтику кишечника и необходимы при хронических запорах, нарушениях пищеварения и болезнях печени — надо ежедневно

употреблять натощак по 100-150 г вареной свёклы.

Кроме витаминов, в свёкле обнаружены такие микроэлементы: кобальт, рубидий, цезий, медь, цинк, железо, хлор, калий, фосфор, сера, магний. Многие из них регулируют процессы кроветворения, и люди, регулярно употребляющие свёклу, почти не страдают малокровием.

А что касается детей, пожилых людей или тех, кто испытал тяжёлый стресс, то от систематического употребления свёклы нервная система становится более спокойной, здесь сказывается содержание магния в свёкле. И лучше всего пить по полстакана свекольного сока с 1 чайной ложкой мёда 3-4 раза в день в течение 10 дней.

Натёртая свёкла, приложенная к язвам и опухолям, способствует их исцелению. Изумительный эффект даёт воздействие красной свёклы на клетки раковых опухолей. Через 2-4 недели лечения наступали признаки улучшения общего состояния, снижение температуры, прибавка в весе, улучшение состава крови. Научные исследования показали, что на раковые клетки воздействуют актоцианы — красящие соединения из группы растительных фенолов. Актоцианы черники, чёрной смородины, чёрной бузины, красного вина, зверобоя способны также останавливать развитие раковых клеток. Но красная свёкла, как выяснилось из экспериментов, действует в восемь раз эффективнее. Кстати, выделенные в чистом виде актоцианы, целебным свойством не обладают. Не обладают ими (или малоэффективны) варёная свёкла, прокипячённый свекольный сок.

О целебных свойствах красной свёклы, пожалуй, лучше всего расскажут рецепты. Только надо помнить, что в свёкле не должно быть розовых прожилок. И предпочтительней бывает свёкла густо насыщенного цвета, почти тёмно-бурая.

ФИБРОМИОМЫ, ФИБРОАДЕНОМЫ, МАСТОПАТИЯ. Сырую свёклу необходимо выдержать 2-4 часа в проточной воде. Затем натереть на мелкой тёрке вместе с кожурой. Отжать. Жмых наложить на грудь или на низ живота и оставить на ночь в виде компресса. Утром массуснять и положить в холодное место (можно использовать ещё дважды). Грудь и кожу живота помыть. На следующую ночь процедуру повторить. Третья ночь — перерыв, четвёртая и пятая — лечение. Шестая ночь — перерыв. Курс лечения — 20 лечебных ночей. Месяц-полтора — перерыв. И повторить лечение.

ГИПЕРТОНИЯ. Сок красной свёклы смешать пополам с мёдом и пить по столовой ложке 7 раз в день. Перед тем, как пить, советуют дохнуть на снадобье, а потом сделать движение рукой, как бы в шар заключая ложку с питьём.

ТУБЕРКУЛЁЗ ЛИМФАТИЧЕСКИХ УЗЛОВ. Сок с мёдом принимать утром натощак — полстакана сока с чайной ложкой мёда.

ГЕПАТИТ. Пить сок сырой свёклы, разведя треть стакана сока пополам с водой. Пить 2 раза в день после еды.

КЛИМАКС. Сок смешать пополам с мёдом. Принимать по 1/3 стакана 2-3 раза в день. Снимает приливы и раздражительность.

НЕВРАЛГИЯ ТРОЙНИЧНОГО НЕРВА. Капнуть в ухо 2-3 капли свекольного сока. А натёртую свёклу, завернуть в марлю, засунуть в ухо, но чтоб не текло.

* * *

Больше всего горячо рекомендуется фитотерапевтами свекольный сок, но только сейчас иногда стали предупреждать, что сразу после приготовления пить его нельзя — надо выстоять не менее двух часов, лучше 4 часа.

Мне часто доводилось слышать от больных, что свекольный сок почему-то не идёт им, вызывает тошноту, рвоту, ухудшение общего состояния, а через две-три недели и вовсе наступает полная непереносимость. Действительно, после приёма свежеежатого сока свёклы происходит сильный спазм сосудов. Дело в том, что сразу после приготовления рока в нём содержатся вредные летучие фракции, отравляющие организм. Если выпить полный стакан (онкологическим больным советуют пить не менее трёх стаканов в сутки), то можно

ожидать не только отвращение и тошноту, но и внезапную слабость, падение пульса и артериального давления — вплоть до коматозного состояния.

Лишь после выстаивания сок превращается в ценное лекарство и хорошо переносится организмом. Нельзя сочетать его с дрожжевыми продуктами, квасом, газированными напитками, с любыми кислыми соками. Идеально совместим с ним свежеприготовленный морковный сок (его долго держать нельзя). Сок свёклы, слегка подогретый, лучше всего пить на голодный желудок за 10-15 минут до еды, а при слабом желудке смешать с овсяными хлопьями.

Свёкла затрудняет усвоение организмом кальция и может представить опасность при остеопорозах. Следует учесть и то, что нельзя употреблять полусырую и варёную свёклу при гастрите с повышенной кислотностью, а также при сахарном диабете, поносах, при щелочной моче с образованием камней в почках. Нельзя заниматься лечением свёклы при мочекаменной болезни (прежде всего при оксалурии) и других нарушениях обмена веществ.

269. СЕКУРИНЕГА ПОЛУКУСТАРНИКОВАЯ

Этот раскидистый кустарник, житель Восточной Сибири и Дальнего Востока, относится к редким и исчезающим видам растений, но его культивируют на Северном Кавказе, Украине и даже в средней полосе России. Если бы секуринега не представляла ценности, то вряд ли стали бы обращать на неё внимание. А применение она находит при сложных, некоторых трудноизлечимых болезнях, как, например, при парезах и вялых параличах, полиомиелите. Применяют её препараты при импотенции на почве функциональных расстройств, при хроническом алкоголизме, пищевых интоксикациях, как регенеративное средство при переломах, как тонизирующее средство при астенических состояниях, неврастении с быстрой утомляемостью, при сердечной слабости.

На основе этого растения выпускаются аптечные препараты (типа «Секурина нитрат»).

Растение ядовитое. Поэтому дозировки минимальные. Используются молодые верхушки стеблей с бутонами или плодами. При перечисленных заболеваниях — астенические состояния, импотенция на почве функциональных нервных расстройств и быстрой утомляемости, сердечной слабости, как регенеративное (восстанавливающее) средство при ранениях, при гипотонии, вялых параличах — заваривают 1-2 г высушенного сырья в стакане кипятка, настаивают 1-2 часа, принимают по 1-2 столовые ложки 2-3 раза в день после еды.

* * *

Секуринега по силе действия намного превосходит стрихнин. При разумном лечении она даёт хороший результат, если соблюдать строгую дозировку и не иметь противопоказаний. А её препараты противопоказаны при гипертонии, остром и хроническом нефрите. Помогают при сердечной слабости, но совершенно противопоказаны при стенокардии и сердечно-сосудистой недостаточности. От секуринеги придётся отказаться при бронхиальной астме. Нельзя пользоваться ею при тиреотоксикозе, гепатитах, эпилепсии. Противопоказана она и при беременности.

Препараты секуринеги приходится полностью исключить при остром полиомиелите, тетании (спазме и судорожном подёргивании мышц), при наличии болевого и менингеального синдрома (воспалении оболочки мозга), при ограничении подвижности суставов, при расстройствах дыхания.

270. СЕЛЬДЕРЕЙ

Они пришли к нам на огород разными дорогами: петрушка спустилась с гор, а

сельдерей притопа́л с болота.

Египтяне считали его символом печали и смерти. Древние греки про безнадёжного больного говорили: «Ему не хватает только сельдерей». Сельдерей сажали на могилах, сплетали из его зелени похоронные венки. И только в средние века его уже считали овощным растением.

Прежде всего — это прекрасное мочегонное, но его лечебные возможности намного шире: помогает при неврастении, очищает кровь, выводит шлаки, лечит астму, плеврит, «чистит» почки, печень, мочевой пузырь (растворяет камни), снимает боли при артрите и полиартритах, помогает снизить вес и уменьшить сахар при диабете. Его считают средством, способным поднять общий тонус организма и повысить физическую и умственную работоспособность.

В древней медицине Индии, Египта, Тибета, Китая сельдерей рекомендовали употреблять в пищу больным раком.

Из сельдерей готовили любовные напитки. Жрецы берегли их рецепты как одно из самых ценных своих сокровищ. И всё же некоторые из них дошли до нас. Как, например, любовный напиток мужественного Тристана и прекрасной Изольды под названием «Лунный». Его состав: 100 мл сока сельдерей, 50 мл сока груши или 25 мл яблочного сока, либо 1 ложка яблочного уксуса. Пить его следует только в ту пору, когда на землю опускаются сумерки. Как считают боги, это время определяет, что нам может подарить ночь. А богам следует верить, ведь сок сельдерей хорошо действует на весь организм, укрепляя его. Недаром греки называли это растение королём овощей.

Богат химический состав сельдерей. Поэтому и диапазон действия широкий. Применяется корень сельдерей при заболеваниях почек (нефриты, нефромиитаз), при воспалении предстательной железы, подагре, крапивнице, дерматитах, при плохом пищеварении и импотенции, для лечения и профилактики ожирения, при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, хронических колитах, запорах, а также при нарушении сна, неврозах, астенических состояниях, для профилактики атеросклероза, при болезнях верхних дыхательных путей. Обратим внимание на рецепты.

АЛЛЕРГИЯ. 2 столовые ложки измельчённых корней залить стаканом холодной кипячёной воды на ночь. Пить по трети стакана 1 раз в день до еды.

ОСТЕОХОНДРОЗ. Принимать сок по 1 чайной ложке 2-3 раза в день.

ЦИСТИТ. Смешать поровну семена сельдерей и мёд. Принимать по 1 чайной ложке 3 раза в день.

МОЧЕКАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ (растворяет камни). 2 чайные ложки семян на 1 стакан кипятка, на самом слабом огне варить 30 минут (можно на водяной бане). Пить по 2-3 столовые ложки 2 раза в день.

ДИАБЕТ. 20 г сельдерей на 1 стакан кипятка, на слабом огне кипятить 15 минут. Пить по 2-3 столовые ложки 3 раза в день.

АДЕНОМА ПРОСТАТЫ. Смешать в равных частях по весу свежий сок сельдерей и мёд. Принимать по 2 столовые ложки 2-3 раза в день за 20 минут до еды. Хранить в холодильнике.

ДЕФОРМИРУЮЩИЙ ПОЛИАРТРИТ. Такую же смесь сока с мёдом принимать по столовой ложке 3 раза в день за полчаса до еды в течение месяца. После месячного перерыва при необходимости повторять. Кроме того, ежедневно съедать 2-3 яблока и 7-8 грецких орехов.

КЛИМАКС. Женщине, которая хочет избежать трудностей, связанных с её гормональными особенностями, не зная боли и слабости, полезен сельдерей. Климакс может пройти незаметно, если после 35 лет 4 раза в год проводить курс лечения семенами сельдерей. Половину чайной ложки семян залить стаканом кипятка, настоять, укутав, 8-10 часов, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 4 раза в день за полчаса до еды. Курс лечения 27 дней. Настой также полезен при затруднённых менструациях.

БОЛЕЗНЕННЫЕ МЕНСТРУАЦИИ. Сок всего растения принимать по трети стакана 2

раза в день за полчаса до еды или через час после еды — хорошее болеутоляющее.

БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА. Измельчённый корень сельдерея (3-4 г) залить 1 л кипящей воды, настаивать в течение 8 часов, процедить. Принимать по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день. Этот же настой помогает при крапивнице.

* * *

В специальной литературе нет никаких сведений о противопоказаниях к сельдерею. Пока я могу опираться только на свои предположения. Я бы не стал назначать препараты сельдерея при гломерулонефрите, при гастритах с повышенной кислотностью. На мой взгляд, сельдерей может представить опасность при женских заболеваниях, сопровождаемых сильным маточным кровотечением.

271. СИНЕГОЛОВНИК ПЛОСКОЛИСТНЫЙ

В быту его иногда называют чертополохом — видимо, из-за колючести стебля, листьев, шаровидного цветка в колючей обёртке, часто путая с синеголовником полевым. В принципе, несмотря на некоторые чисто ботанические различия, их применяют в лечебных настоях и отварах практически от одних и тех же болезней (не путать с татарником колючим или одним из бодяков).

Синеголовник применяется только в народной медицине. Настой травы издавна используется при болезнях печени, эпилепсии, при водянке, желудочной и сердечной боли, при бессоннице, чаще как эффективное средство от кашля; особенно рекомендуется детям.

Травники не очень любят возиться с колючими растениями. И я обращаюсь к синеголовнику только по нужде. Без него мне трудно было бы лечить эпилепсию, хорею, гиперкинезы, некоторые нервные заболевания. Пока измельчишь траву, весь исколешься.

Применение синеголовник находит разное. Мне, например, он для определённых целей требуется. Другой травник, глядишь, собирает его специально для лёгочных болезней. Чай из травы, к примеру, очень эффективен при сильном кашле, особенно коклюше, хорошо проявляет себя при бронхите. Кто-то другой находит в нём свои, годами отработанные способы лечения совершенно неожиданных для этого растения болезней.

ПСОРИАЗ. Взять 25 г корней на 0,5 л воды, довести до кипения и слабенько кипятить 10 минут, настаивать 1 час, процедить. Принимать по 100 мл 4 раза в день. Лечение лучше начинать в период ремиссии.

ЯЗВЕННАЯ БОЛЕЗНЬ ЖЕЛУДКА. 2 столовые ложки измельчённой травы на 400 мл воды, кипятить на слабом огне 3-4 минуты, настоять 2 часа. Принимать по полстакана 3-4 раза в день до еды. Последний приём отвара за 2-3 часа до сна, особенно тем больным, у которых отмечается бессонница.

ТУБЕРКУЛЁЗ ЛЁГКИХ. Сок всего растения (корней и травы) принимать по 1 столовой ложке в половине стакана воды с добавлением небольшого количества мёда 3 раза в день.

КАШЕЛЬ, КОКЛЮШ. 2 чайные ложки травы залить 2 стаканами кипятка, настоять в тепле 2 часа, процедить. Принимать по полстакана 4 раза в день.

ПОЧЕЧНО-КАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ. 1 столовую ложку измельчённой травы на стакан воды, довести до кипения и тихонько кипятить ещё 4-5 минут в закрытой посуде, настаивать 1 час, процедить. Долить кипячёной воды до прежнего объёма. Принимать по полстакана 3-4 раза в день.

* * *

Синеголовник способен повысить давление, поэтому при гипертонии им лучше не пользоваться. Женщины должны прекратить лечение синеголовником за 2-3 дня до начала менструации, так как он резко усиливает этот процесс, и продолжить лечение тоже 2-3 дня

спустя. Следует помнить, что синеголовник противопоказан при беременности.

272. СИНЮХА ГОЛУБАЯ



Синюху голубую, или ещё называют её лазурной, я никогда не встречал обширными зарослями. Где-нибудь на опушке леса мелькнёт среди кустов и другой травы её высокий стебель с некрупными, но удивительно нежными голубыми цветками. Рядышком одно-два, иногда три растения — и все. Следующую синюху можешь встретить через двадцать, тридцать шагов. А можешь и не встретить. Где-нибудь в другом месте попадётся. Ещё труднее приходится иметь дело с корнями. Значительная их часть чуть толще человеческого волоса. Попробуй осенью отделить их от корней растущих рядом растений. Зато, как говорят, овчинка стоит выделки. Корни синюхи по успокаивающему действию в 8-10 раз превосходят валериану. Да и не только эта успокаивающая особенность привлекает травников к синюхе, а её противовоспалительные, заживляющие способности. Классическим стал пример лечения язвенной болезни желудка, когда до еды дают настой травы сушеницы, а после еды — настой корней синюхи.

Корни синюхи обычно употребляют после еды, во избежание раздражения слизистой желудка сапонинами, которыми синюха богата.

Синюха популярна в разных странах. В корейской медицине она применяется как седативное, гипотензивное, отхаркивающее, гемостатическое, при кардионеврозе, хроническом бронхите, бронхоэктазии, туберкулёзе лёгких.

В русской народной медицине настой и отвар травы или корней используют при спазмофилии, бешенстве, психических и нервных заболеваниях, головных болях, язвенной болезни желудка, при острых и хронических бронхитах, при дизентерии, острых респираторных заболеваниях, бронхопневмонии, туберкулёзе лёгких. Порошок травы рекомендуют принимать внутрь при укусе бешеных животных.

На Алтае настой травы пьют при укусах змей, а также используют как рвотное и при зудящих дерматозах, настой листьев — при эпилепсии, настой цветков — при белях.

Действие корней значительно сильнее самой травы и цветков.

Корни измельчают до размеров не больше 3 мм, заливают 200 мл кипячёной воды,

парят в кипящей водяной бане 30 минут, охлаждают 10 минут, процеживают и добавляют недостающее количество воды. Пьют по 3-5 столовых ложек как отхаркивающее, при заболеваниях желудка, как успокаивающее при нервных расстройствах.

Я обычно пользуюсь настойкой корней. Заполняю стеклянную банку корнями до половины и доверху заливаю водкой. Выстаиваю не меньше месяца. Назначаю по 20 капель 2-3 раза в день при самых различных заболеваниях исходя из того, что не может оставаться спокойным больной человек, особенно когда разбалансирован весь организм, когда его преследуют боли, нервозность, мрачные мысли, бессонница. А в это время работает основной комплекс отваров и настоек, направленных против конкретной болезни. Даже когда человека точил изнутри рак, он становился спокойнее и основное лечение шло успешнее.

* * *

Синюха редко вызывает побочные явления. Лишь в завышенных дозах может спровоцировать рвоту, понос, головную боль, одышку. Не следует принимать синюху долго при повышенной свёртываемости крови, гипертонических кризах.

273. СИНЯК ОБЫКНОВЕННЫЙ



Сведения о синяке очень скудные. Возможно, растение изучено мало. Или отпугивает своей ядовитостью. Но среди лечебных трав столько ядовитых, и даже смертельно ядовитых, что ими хоть пруд пруди. А синяк почему-то в стороне остался, на самой обочине. Кстати, и любит он обочины дорог, особенно с гравийно-песчавым покрытием. Или разрушенную землю. На лугу, среди «благородных» растений, его не найдёшь. Он, как босяк, как отверженный обществом, всегда в одиночестве. Даже вдоль дороги, где видишь его бросающиеся в глаза курятины, других трав, даже сорных, почти не найдёшь, разве где-то поодаль торчит запылённый лопух или поближе прижался к земле подорожник. Близ курорта Янгантау, где прокладывали какой-то трубопровод, я любовался необычайным ковром из синяка. Шириной в десять метров и длиной — на сколько видит глаз, на глыбистой, кое-как

укатанной бульдозером глинисто-щебёночной ленте сплошняком рос синяк. Надо было видеть это великолепие! Ведь синяк, хотя и жестковолосистое, но высокое и очень привлекательное растение с красивыми яркосиними цветами и розовыми бутонами.

Синяк — отличное отхаркивающее и успокаивающее кашель средство (особенно при коклюше). Обладает и противосудорожным действием — используют при эпилепсии. Я применял его и при бронхиальной астме (с неплохим результатом, особенно когда другие травы были менее успешными). Назначал я его и при эпилепсии в перерывах между основным лечением. И здесь трудно провести границу, что было основным, а что вспомогательным.

Рецепт один: 1 чайную ложку травы заварить в стакане кипятка и настоять 2-3 часа. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день, не больше!

* * *

В синяке обнаружены такие опасные алкалоиды, как циноглоссин, холин, консолидин, консолицин, способные вызвать сильное отравление.

Главное противопоказание: самолечение синяком обыкновенным.

274. СИРЕНЬ ОБЫКНОВЕННАЯ



Среди русских деревень трудно отыскать такую, где бы в палисадниках не росла сирень. В сирени утопали многие русские города. Наверное, поэтому отдавали дань этим роскошно цветущим кустам с неповторимым ароматом весны знаменитые художники Врубель, Максимов, Кончаловский, Полenov и другие мастера живописи, а композитор Сергей Рахманинов создал волнующее душу сложнейшей гаммой чувств одно из лучших своих произведений «Сирень».

Правда, не во всех странах к сирени было такое трогательное и нежное отношение. В Англии, например, сирень считается цветком горя и несчастья. Старая английская пословица предупреждает: «Тот, кто носит сирень (брошь, кольцо), никогда не будет носить венчального кольца». Если девушка посылает сватающемуся жениху ветку сирени, это

означает отказ.

Сиренью издавна пользовались врачеватели. И до сих пор для приготовления лекарств используют только простую сирень — бледно-сиреневую или чуть потемнее, но только не махровую, не белую — для лечебных целей она не годится, так же, как и сирень без запаха.

В народной медицине, как ни странно, сирень не нашла себе широкого применения, хотя лечение малярии и эпилепсии безусловно успешное, без осложнений и рецидивов, как отмечают специалисты.

Препараты сирени оказывают пользу при лечении сахарного диабета, малярии, воспалительных заболеваний почек, при камнях и песке в почечных лоханках, при бронхиальной астме, бронхитах, пневмонии, катарах верхних дыхательных путей, туберкулёзе лёгких, ревматизме, радикулите, гриппе, нарушении менструального цикла, наружно — для компрессов при лечении язв, гноящихся ран, ушибов, ревматизма. Листья, заваренные как чай, помогают при малярии, поносе, язве желудка, кашле и коклюше.

Кстати, в годы войны, когда не хватало лекарств, к язвам и долго не заживающим ранам привязывали свежие измельчённые листья сирени — результат был замечён уже через несколько часов.

Люди с больными суставами, с которыми мне приходилось иметь дело, знали, наверное, больше рецептов, чем я: настаивали цветки на водке, самогоне, денатурате, керосине. Кто-то ухитрился даже настоять на растительном масле (от ревматизма мало поможет, а вот от радикулита, миалгии, артралгии послужит болеутоляющим).

И тем не менее разнообразных рецептов имеется множество. Остановимся на некоторых из них. Народные целители используют настой сирени для лечения импотенции, вызванной не воспалительными заболеваниями, а бытовыми ситуациями: измена близкого человека, обида, грубое слово, невнимание.

ИМПОТЕНЦИЯ. 2 столовые ложки свежих (или 1 сухих) цветов залить 2 стаканами кипятка. Настаивать 30 минут. Процедить. Пить по трети стакана 3 раза в день после еды. Готовить настой на 2 дня. Хранить в холодильнике. Перед употреблением в треть стакана настоя плеснуть чуток кипятку.

ТУБЕРКУЛЁЗ ЛЁГКИХ И ГОРЛА. Смешать в равных частях измельчённые листья сирени и травы зверобоя. Заполнить две трети литровой банки и доверху залить 1 л водки (банку для удобства можно взять и побольше). Настоять 1 неделю, процедить. Принимать по столовой ложке 2 раза в день до еды.

ЭПИЛЕПСИЯ. 1 чайную ложку цветков залить стаканом кипятка, настоять 15-20 минут, пить по полстакана и даже по стакану 2-3 раза в день.

ВАРИКОЗ. Полную банку цветков залить полностью водкой, настоять не меньше месяца. Делать примочки и компрессы на ночь (не растирать!).

ПОЛИПЫ ЖЕЛУДКА. 2 веточки сирени белой с цветками и листьями залить двумя стаканами кипятка, настоять 10-12 часов. Пить по полстакана 3-4 раза в день за полчаса до еды. Пить 2 месяца. (Ветки с листьями и цветками засушить впрок.) В данном случае почему-то используется белая сирень.

* * *

При назначении препаратов сирени внутрь необходимо соблюдать осторожность — ещё не известно, как они вам аукнутся. Известно, например, что настой цветков сирени противопоказан при аменорее — длительной задержке менструаций у женщин. Хотя и применяется сирень при некоторых воспалительных заболеваниях почек, но нельзя назначать её при хронической почечной недостаточности, гломерулонефрите. Не принесёт сирень пользы при атонических запорах. Надо помнить, что цветы сирени в большом количестве ядовиты и лучше пользоваться листьями, почками.

275. СЛИВА ДОМАШНЯЯ

Распространению экзотических и лечебных растений немало способствовали ещё в древние времена путешественники, завоеватели чужих земель. В один из военных походов на Восток не только золото и драгоценности, но и несколько сливовых деревьев привёз Александр Македонский.

Впрочем в Европе слива была задолго до появления на свет Македонского. Археологи во время раскопок свайных построек в Швейцарии, неподалёку от Цюриха, среди многочисленных находок обнаружили и косточки слив. Сейчас, конечно, трудно сказать, были эти сливы местными или привозными. Но доподлинно известно, что в Европе распространению сливы способствовали Крестовые походы. А появление культурной сливы у славянских народов относится ко времени Киевской Руси. В России культивировать сливу стали при царе Алексее Михайловиче. Несколько деревьев посадили в царском саду в Измайлово, откуда они перекочевали и в другие аристократические сады.

Слива обладает огромными лечебными свойствами. Она дезинфицирует кишечник, усиливает перистальтику, улучшает пищеварение, что уменьшает опасность атеросклероза, ревматизма, подагры.

Слива способствует снижению холестерина в крови, удалению из организма избытка солей натрия и воды. Слива невероятно полезна при лечении гипертонии и всех сердечно-сосудистых заболеваний, а также почечной недостаточности.

Слива и сливовый сок по утрам (натощак) прекрасно чистят организм, что способствует снижению кислотности желудочного сока. Это чудесное средство лечения гастритов и язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки с высокой кислотностью.

Разумеется, я целиком ссылаюсь на мнение специалистов, разве что могу, как практик, предложить некоторые испытанные рецепты. Учёные доказали, что калия в сливе содержится в 12 раз больше, чем натрия, этим и обусловлено мочегонное свойство сливы.

Следует знать, что сливы, собранные в незрелом виде, не дозревают. Лучше употреблять уже созревшие сливы, они самые лечебные. Именно они способствуют укреплению и лучшей проницаемости стенок сосудов.

Всем известно, что слива — продукт сезонный. Поэтому для длительного лечения применяют чернослив. Лучшим сортом для его приготовления считается венгерка. Чернослив обладает уникальной способностью поглощать в организме свободные радикалы. Он в два раза эффективнее других натуральных средств на ранних этапах сердечно-сосудистых заболеваний и в борьбе с раком. Сливы, благодаря наличию в них пектинов, способствуют выведению из организма радионуклидов.

Каких-либо своеобразных, малоизвестных рецептов лечения сливами у меня пока нет. То, что съеденные на ночь 10-20 черносливин действуют послабляюще, все знают и без моих советов. А вот противопоказания известны далеко не всем.

* * *

Следует учесть, что кислые сорта слив действуют закрепляюще — это было подмечено ещё древними целителями. Естественно, кислые сорта — а они, кстати, тоже вкусные — противопоказаны при язве желудка и двенадцатиперстной кишки и гастритах с высокой кислотностью. Употреблять чернослив при ожирении и сахарном диабете не рекомендуется. Нельзя увлекаться лечением сливами и её соком при гипотонии. Полезная при заболеваниях почек, она может навредить при хронической почечной недостаточности и гломерулонефрите.

276. СМОЛЁВКА ОБЫКНОВЕННАЯ



Она знакома многим, кто выбирается летом на природу. Дети любят играть с её цветками-хлопушками. Но о лекарственных её свойствах мало кто знает. Разве что бабка-знахарка даст человеку, у которого от череды неприятностей понурое, подавленное состояние, попить чай с заваркой из высушенной травы смолёвки, и он успокоится, повеселеет.

Знатоки используют смолёвку обыкновенную, смолёвку поникшую и некоторые её виды при женских заболеваниях — маточных кровотечениях, белях, вагините, метрите.

Настой травы довольно эффективен при гастритах с повышенной кислотообразующей функцией желудка. Вспоминается один забавный случай. Повалился как-то ко мне бывший однокашник, учитель-неудачник, крепко побитый жизнью, весь истрёпанный, пытающийся приспособиться к современным условиям мелкой журналистской работой. Первая просьба, как войдёт: «У тебя есть чайная сода? И глоток водички — запить». И так за время беседы ещё два раза попросит. «Сожжёшь желудок», — говорю ему. Он только безнадежно рукой махнёт. Жалко мне его стало. Дал пакетик с измельчённой травой смолёвки. Научил, как пользоваться. Пришёл он месяца через три. Я по привычке потянулся за чайной содой. «Теперь не надо никакой соды, — говорит ехидно. — Твоё сено заваривал, пил — никакого толку. Зато о соде начисто забыл». То ли хорохорится, то ли признаться не хочет, что смолёвка помогла. Но соду с той поры просить перестал.

Смолёвка довольно безобидна. Отвар её соцветий пьют при хроническом бронхите, настой травы при заболеваниях почек и мочевого пузыря, при головной боли и мигрени. Отвар травы используют при рожистых воспалениях.

Но большей частью растение используется как успокаивающее средство.

УСПОКАИВАЮЩЕЕ. Для улучшения настроения, при тоске и подавленном состоянии: 2 чайные ложки травы на стакан кипятка, настоять 2 часа. Принимать по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день.

При тоске и подавленном состоянии, когда человек места себе не находит, можно принимать по 1 чайнойложке водочную настойку травы: 5 столовых ложек травы залить 0,5 л водки и настоять 3 недели.

ГАСТРИТ С ПОВЫШЕННОЙ СЕКРЕЦИЕЙ. 2 столовые ложки травы на 2 стакана кипятка, настоять 2 часа. Принимать по полстакана 3 раза в день до еды.

МИГРЕНЬ, БЕССОННИЦА. Так же 2 столовые ложки травы на 2 стакана кипятка,

настоять 2 часа, принимать по 1/3-1/2 стакана 3 раза в день.

* * *

У смолёвки пока выявлено мало противопоказаний. Естественно, противопоказана она при гастрите с низкой или нулевой кислотностью. Смолёвку нежелательно использовать при колитах с запорами.

277. СМОРОДИНА ЧЁРНАЯ

В отличие от многих лекарственных и плодовых растений, чёрная смородина чисто европейский продукт. И скорее всего — русский. В Европе её начали культивировать в средние века, сначала во Франции, затем и в Германии, куда завезли её из Азии. К тому же это была красная смородина. Во Франции на неё смотрели в первое время только как на лекарственное растение. В киевских монастырях чёрную смородину разводили ещё в XI веке. Росла смородина и в монастырских садах Новгорода, Пскова, Москвы. Пересаживали её из леса. Да и название у неё чисто русское — от древнерусского слова «смородить», что означает сильный запах. Так что не знали её вкуса ни древние греки, ни римляне. Попробовали первые колонисты переселить её в Северную Америку, но она не прижилась там.

Смородина чёрная — это драгоценный ларец, доверху наполненный витаминами А, ВВ, В, Р, РР, Д, Е, К, С; макро и микроэлементами: калий, кальций, натрий, магний, медь, железо, фосфор, бор, кобальт, молибден, цинк, фтор.

Это ведь не просто перечень, а зашифрованные лекарства. Например, большое количество витаминов С, К, Р делают чёрную смородину уникальной для лечения и профилактики атеросклероза, особенно аорты. В этом сухом перечне уникальное свойство чёрной смородины — стимулировать кору надпочечников при нарушении их функции Аддисоновой болезнью, а ведь эти нарушения нелегко наладить даже мощными гормональными средствами. Настой листьев смородины при грамотном дозировании выводит избыток мочевой и щавелевой кислоты, что делает результативным лечение подагры, ревматизма. Свежие ягоды и настой листьев снижают давление, тонизируют сердечно-сосудистую систему, лечат болезни почек и мочевого пузыря. Смородина является одним из лучших средств для лечения анемии, она улучшает кроветворение и кровообращение. Лечит гастрит с пониженной кислотностью. Весь этот набор витаминов и микроэлементов — одно из лучших средств при депрессии. Листья в виде чая пьют при заболеваниях кожи, диатезе, туберкулёзе лимфатических желез.

В лекарственных целях используются не только ягоды и листья, но и почки — они подавляют развитие бактерий и плесневых грибов.

Все на свете проклянёшь, продираясь сквозь урему лесной речки. Ивняки, ольха, крушина переплелись между собой. Их плотность, наверное, превышает плотность населения любого муравейника. Но вот весь исцарапанный, исхлёстаный, выходишь на более или менее свободный пятачок, а там под чёрной ольхой тянутся к свету несколько кустов чёрной смородины. Пожжёшь горсть ягод, потрёшь в пальцах душистый листок, вдыхая ни с чем не сравнимый его запах, и чувствуешь, как прибывают силы. Лечебные преимущества я нахожу в дикой лесной смородине. Потому беру её в лесу. А пригодится она при многих случаях.

НАРУШЕНИЕ РИТМА СЕРДЦА. Пить по трети стакана сока из ягод 3 раза в день. Через пару недель ритм восстанавливается.

ОХРИПЛОСТЬ ГОЛОСА. Сам издавна страдаю этим. Сок подслащиваю сахаром — 2 чайные ложки на полстакана. Принимаю по 2 столовые ложки 3 раза в день. Хорошо помогает и при кашле.

РЕВМАТИЗМ, ПОДАГРА. Даёт результаты такой настой: 10-12 штук листьев залить

0,5 л кипятка, настоять до охлаждения. Пить по полстакана 4-6 раз в день.

ГАСТРИТ С ПОНИЖЕННОЙ КИСЛОТНОСТЬЮ. Пить по трети стакана сока 5 раз в день за 20-25 минут до еды. Обладает и послабляющим действием.

АДДИСОНОВА БОЛЕЗНЬ, СТИМУЛЯЦИЯ КОРЫ НАД— ПОЧЕЧНИКОВ. Измельчить тонкие стебли и листья. 2 столовые ложки на 2 стакана кипятка, настоять до остывания. Пить по трети стакана 5-6 раз в день через 30-40 минут после еды.

ЗАДЕРЖКА МОЧИ (даже если это связано с простатитом), **ОТЕКИ ПОЧЕЧНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ, КАМНИ В МОЧЕВОМ ПУЗЫРЕ.** Отсчитать 20 штук ягод (свежих или сушёных), залить 23 стакана кипятка, лучше в термосе, настоять 8 часов. Принимать в тёплом виде по 1 столовой ложке 5-6 раз в день независимо от еды.

ТУБЕРКУЛЁЗ ЛИМФАТИЧЕСКИХ УЗЛОВ. 3 столовые ложки измельчённых листьев залить 0,5 л кипятка. Настоять 2 часа, процедить. Принимать по трети или половине стакана 4 раза в день. Лечение длительное.

* * *

При всей очевидной полезности смородина не всеми больными переносится легко и одинаково. К примеру, рекомендуют её при заболевании печени, а вот при гепатите свежие ягоды и сок употреблять нельзя.

Противопоказана смородина при гиперацидных гастритах, язве желудка и двенадцатиперстной кишки с высокой кислотностью желудочного сока.

Не рекомендуют смородину при повышенной свёртываемости крови, тромбофлебите (из-за витамина К и фенольных соединений). Имеются указания на то, что лечебное применение смородины противопоказано при беременности.

278. СОЛЕРОС ЕВРОПЕЙСКИЙ

В народе её называют солец-травой, солонешной травой, соляной, потому что излюбленным местом для неё являются солончаки, морские побережья и берега солёных озёр, а вдали от морей — гипсоносные залежи, так что её можно встретить и в горах на высоте три тысячи метров. Используются корни, ветвистый стебель, нередко краснеющий (листья отсутствуют).

Отвар травы улучшает пищеварение, помогает при хронических запорах, оказывает полезное действие при циститах, нефритах, водянке. Установлено, что солерос замедляет рост злокачественных опухолей и избыточный рост грануляций.

Среди местного населения Красноярского края очень популярна водочная настойка свежей травы, которую втирают в суставы как противовоспалительное, болеутоляющее средство при подагре, ревматизме.

Растение съедобное, в свежем виде идёт на супы и салаты. Солеросом начинает интересоваться научная медицина (видимо, возможностью применения в онкологии). Рецепты давать бесполезно, так как разнообразие солей сильно зависит от места произрастания (солерос содержит растворимые сернокислые соли калия, натрия, магния). На Соловецких островах, в Крыму или по всей Сибири растение может отличаться количеством солей, антоцианов, хлоридом или карбонатом натрия. Так что и рецепты могут быть большей частью местными.

* * *

Противопоказанием к применению солероса является его склонность к образованию камней — в почках, желчном и мочевом пузыре (солерос содержит оксалаты). Нежелательно применять его при энтероколитах, гастритах, язвенной болезни желудка, особенно в период обострения (в траве очень много соды и поташа).

279. СОЛОДКА ГОЛАЯ, СОЛОДКА УРАЛЬСКАЯ

Одно из самых древних лекарственных растений, часто упоминаемое в папирусе Эберса. Солодка была излюбленным лекарством врачей Китая, Индии, Тибета. Позже взяли его на вооружение медики Греции. Солодковый корень им поставляли скифы, увозя взамен золотые украшения, дорогие ткани, вино, оливковое масло. Корень в ту пору так и называли «скифским». Вначале корень использовался как слабительное и отхаркивающее, потом, с появлением более эффективных средств, солодка начала отходить на второй план, хотя тибетская медицина и оставалась верной ей. В их трактате «Чжудши» указывалось, что солодка «упитывает», «придаёт цветущий вид», «способствует долголетию и лучшему управлению шести чувств».

Прошли тысячелетия, и интерес к солодке снова возрос. Современные учёные, изучив химический состав и расшифровав строение глицирризиновой кислоты, напоминающей строение гормонов, вырабатываемых корковым слоем надпочечников, создали лекарства от, казалось бы, неизлечимых болезней, например, болезни Аддисона (недостаточная секреция кортикостероидных гормонов надпочечниками).

Препараты солодки применяются в народной медицине и по сей день при туберкулёзе лёгких, сухом бронхите, при отравлении мясом и грибами, как мочегонное, при хронических запорах, при заболеваниях, связанных с нарушением водного и минерального обмена, при геморрое, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при раке.

АДЕНОМА ПРОСТАТЫ. 1 столовую ложку корней залить 0,5 л воды, довести до кипения, на самом слабом огне дать покипеть 10 минут, после остывания процедить. Принимать по 23 стакана 3 раза в день за 30-40 минут до еды на протяжении 3 недель. (Затем 3 недели пьют отвар корней лопуха — приготовление такое же, и снова возвращаются к солодке, затем чередуют отваром корня лопуха, и так попеременно ведётся лечение.)

ТУБЕРКУЛЁЗ ЛЁГКИХ. Смешать поровну измельчённые корни солодки и траву спорыша. 3 столовые ложки сбора на поллитра воды, кипятить 5 минут, настоять полчаса, процедить. Выпить за день в 5-6 приёмов.

БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА, БРОНХИТ. 30 г корня солодки на 0,5 л воды, довести до кипения и на самом слабом огне подержать 10 минут, после остывания процедить. Принимать по 1 столовой ложке 4 раза в день.

РЕВМАТОИДНЫЙ АРТРИТ, ЭКЗЕМА. 10 граммов корня поместить в эмалированную посуду, залить 200 мл кипятка, нагревать в кипящей водяной бане под плотной крышкой 15-20 минут, настоять 40 минут, процедить, добавить кипячёной воды до первоначального объёма. Принимать по 1 столовой ложке 4-5 раз в день вне зависимости от еды.

* * *

У солодки имеются и серьёзные противопоказания. Прежде всего она противопоказана при повышенной активности надпочечников. Следует помнить, что солодка повышает давление, а это недопустимо при гипертонии. При длительном и неумеренном употреблении нарушается диурез, увеличиваются отеки. При сердечной недостаточности солодкой пользоваться нельзя. У некоторых больных она вызывает раздражение слизистой оболочки пищеварительного тракта.

При лечении солодкой наблюдаются и нарушения в половой сфере — ослабление либидо, развитие гинекомастии, набухание грудных желез, ограничение или исчезновение оволосения на лобке. Солодка способна задерживать жидкость в организме. Нельзя применять при ожирении и беременности.

280. СОСНА ОБЫКНОВЕННАЯ



Кто из нас не пользовался отварами её почек при простуде, гриппе, бронхитах, пневмонии? Кто из больных не принимал оздоравливающие хвойные ванны? Разве при миозите, невралгии, люмбаго, ишиасе, радикулите не обращаемся мы к мазям и линиментам на основе скипидара, дарованного сосной?

Прекрасна живица сосны, излечивающая катар и язву желудка, трещины на губах, раны, фурукулёз, мокнущую экзему. Чай или отвар из незрелых шишек пьют при туберкулёзе лёгких, а настойку на воде — при болях в сердце. Нет нужды перечислять все те заболевания, вплоть до грозного рака, когда на помощь приходит сосна.

Весной, во второй половине мая, я караулю начало цветения сосны. Хорошо, если погода стоит пасмурная безветренная — мужские цветки, как бочонки, битком набиты золотистой пылью. А поднимется ветер — половину выдует. И жара в это время не нужна, сосна дольше будет цвести. Я спешу наполнить корзину этим бесценным даром природы. Вообще считаю, что древесные цветы — одно из сильнейших лекарств. А сосновые — тем более.

В эту прекрасную майскую пору сосна одаривает меня ещё двумя ценнейшими лекарствами. И здесь придётся поделиться своими секретами.

Часть свежих цветков с пылью я сразу заливаю водкой — цветков две трети банки и доверху заливаю водкой. Пускай настаиваются до осени.

Другую часть цветков сушу, расстилая под крышей тонким слоем — они тоже пригодятся и в отварах, и в настойках, а часть выпавшейся пыли тоже найдёт своё применение.

Второй дар сосны -зародыши будущих шишек. Маленькие, величиной с напёрсток, они пока очень мягкие и нежные. Можно, конечно, собрать их и значительно позже, но тогда они уже огрубеют. И предназначение у них совсем другое. Я ещё приду за ними, а пока беру «малышей».

Третий дар — «свечки». Это нынешний подрост на макушке, и легче их брать с молодых сосен. И вот так за один сбор — три долгожданные удачи.

Начну с последней. Я долго искал средство против брадикардии — замедления частоты сердечных сокращений (50 и менее ударов в минуту), когда человек буквально валится с ног от бессилия, жалуется на головные боли. Про таких говорят: еле-еле душа в теле. Кордиамин и капли Зеленина практически не помогают. Полежит человек в кардиологии, накачают его

там капельницами, а через неделю-другую он опять весь обмякнет.

Выручили меня «свечки» сосны — длинные, смолистые. Сушить их лучше всего в полотняном мешочке в тёмном, теплом месте. Это на всякий случай, на зиму. Я предпочитаю готовить лекарство из свежих «свечек»: мелко порежу, заполню ими две трети банки и доверху залью водкой. Ставлю банку на подоконник — настойка солнца не боится. Выстаиваю две недели, потом и процеживать можно. При брадикардии принимать нужно ежедневно по 20 капель 3 раза в день за полчаса до еды на столовой ложке воды. Длительно, 1-2 месяца, иногда и подольше — пока пульс не выровняется и не станет стабильным. Зачастую достаточно бывает провести только один такой курс.

Шишек-малышек требуется много: 75-80 штук на литр воды. И на каждый литр воды потребуется 1 кг сахара. Сначала в эмалированное ведро или кастрюлю отсчитываешь шишки. Допустим, 400 штук на 5 л воды. Варишь их при лёгком кипении, пока не сделаются совсем мягкими. После процеживания шишки выбрасываешь, а в отвар насыпаешь 5 кг сахара и снова варишь, пока весь сахар не растворится. Сосновый мёд готов. Чтобы он не засахаривался, кладу неполную чайную ложку лимонной кислоты. Мёд переливаю в банки и убираю в холодильник — он не портится.

При лейкозах, раке лёгких, желудка и кишечника, да и почти при всех злокачественных опухолях даю больному смесь соснового мёда и настойки цветков сосны (смешиваю в разной пропорции, в зависимости от индивидуальных показаний), и назначаю обычно по чайной ложке 3 раза в день, а в отдельных случаях по столовой ложке 3-4 раза в день до еды, обязательно в комплексе с необходимыми травяными настоями. После первого же курса лечения онкологические больные сами начинают просить ввести в курс лечения сосновый мёд с цветками сосны. И лечение, следует отметить, становится более эффективным. Пробовал я давать только один сосновый мёд или отдельно настойку цветков с пылью — действие их совсем иное, не столь заметное, хотя несомненная польза от них имеется. Ведь маленьким детям с лейкозом не добавишь в мёд спиртовую настойку, а диабетикам пойдёт только настойка без мёда.

На Иванов день (в день Ивана Купалы) шишки можно собрать-во второй раз — они уже оформившиеся, твёрдые, хотя ещё остаются зелёными — они годятся для спиртовой настойки.

ГИПЕРТОНИЯ. 10-12 шишек, собранных на Иванов день, залить 1 л водки, настоять 7-19 дней. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день на воде или запивая водой в течение 1,5-2 месяцев — стабильное рабочее давление установится на долгий срок. Кстати, настойка полезна и при гастрите — принимать до еды.

ЯЗВЕННАЯ БОЛЕЗНЬ ЖЕЛУДКА. Такие же зелёные шишки уложить на треть банки, доверху залить водкой и настоять в тепле 1 неделю. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за полчаса до еды в течение 1-2 месяцев.

Другой рецепт: маленькую горошину живицы растворить в стакане горячего молока. Принимать 3 раза в день по стакану за полчаса до еды.

ХРОНИЧЕСКИЙ ГЕПАТИТ. Прекрасным средством считается такое средство: 1 кг свежей измельчённой хвои сосны смешать с 1 кг сахара, залить 2 л холодной кипячёной воды, хорошо перемешать, герметично закрыть, летом настоять в жару 3-4 дня, зимой — в тепле — 10 дней. Принимать по 200 мл 3 раза в день за полчаса до еды.

РАССЕЯННЫЙ СКЛЕРОЗ, МИОПАТИЯ, ОБЛИТЕРИРУЮЩИЙ ЭНДАРТЕРИИТ, ДИСТОНΙΑ СОСУДОВ ГОЛОВНОГО МОЗГА, СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ. Взять 5 столовых ложек свежей сосновой хвои, 2 столовые ложки ягод шиповника (при тромбофлебите — боярышник), добавить 2 столовые ложки луковой шелухи и залить 0,5-1 л воды. Довести до кипения и варить 10 минут, настоять ночь в тепле. Принимать вместо воды от 0,5 до 1,5 л в сутки в тёплом виде. Готовить ежедневно свежий отвар.

АДЕНОМА ПРОСТАТЫ, ФИБРОМИОМА, КИСТА НА МАТКЕ ИЛИ ЯИЧНИКЕ. Готовится «липучка»: 100 г сосновой канифоли, 20 г пчелиного воска, 20 г подсолнечного

масла. Поставить на водяную баню и помешивать. Состав наносится на льняной лоскут и лепится к больному месту на 2-3 суток (женщинам накладывать на низ живота, сбрив волосы). Этого состава хватит на 4 пластыря.

Для аденомы простаты нужно 200 г канифоли, 40 г воска и 40 г подсолнечного масла. Пластырь лепить в промежность.

Считается эффективным средством вообще при опухолях любой этиологии и воспалении тканей.

* * *

Однако и от сосны можно ждать неприятностей. Препараты из хвои, почек, шишек сосны противопоказаны при гломерулонефрите. Казалось бы, хвоей можно лечить гепатит, но только хронический, а при остром течении болезни от сосны придётся отказаться. Хвойные препараты, принимаемые в неумеренных дозах (какой, мол, вред от сосны!) могут вызвать воспаление слизистой желудочно-кишечного тракта, паренхимы почек, а также головную боль, общее недомогание. Препараты, включающие скипидар, противопоказаны при нефритах и нефрозах. Не всегда может оказаться безобидной принятая внутрь живица. С осторожностью должны подходить к некоторым лекарствам из сосны гипотоники. С пылью и шишками надо быть осторожным при тромбозах.

Полезными считаются прогулки в сосновом бору, но только не для больных с ярко выраженной сердечной недостаточностью: фитонциды сосны, особенно весной — испытано на себе, — обостряют стенокардию и, вызывая тяжёлые приступы, могут привести к печальным последствиям.

281. СОССЮРЕЯ ГОРЬКАЯ, СОССЮРЕЯ СПОРНАЯ

Оба эти родственные растения, как и некоторые другие разновидности соссюреи, пользуются известностью лишь у некоторых знатоков народной медицины при лечении ревматоидных артритов, полиартритов. Настой травы или листьев дают пить при глаукоме, лёгочных заболеваниях, при гастритах, колитах, желудочно-кишечной колике и поносах, как кровоостанавливающее при внутренних кровотечениях.

От артритов и гастритов можно было бы найти немало других трав, но соссюрея горькая и некоторые другие её разновидности интересны прежде всего тем, что обладают противоопухолевой активностью. В тибетской медицине отвар травы или листьев применялся при злокачественных новообразованиях, а тибетцы не с потолка это взяли. Ими руководила практика. А если бы они знали химический состав соссюреи горькой, то сразу бы обратили внимание на сесквитерпеноид, проявляющий цитотоксическую, противоопухолевую и антибактериальную активность. А ведь растение не относится к редким. Это сизоватое, обычно шершавое, невысокое — до колена — растение, с плотными щитковидно-метельчатыми соцветиями, с розовыми цветками можно увидеть не только на Украине или в Сибири, но и у нас в Башкирии. Следовало бы повнимательнее отнестись к нему, учитывая и то, что настойка корней обладает ещё туберкулостатической и антипротозойной активностью.

Если кто-то из нуждающихся раздобудет соссюрею, может воспользоваться такими рецептами.

ТУБЕРКУЛЁЗ ЛЁГКИХ. 1 столовую ложку измельчённых корней залить стаканом воды, довести до кипения и тихонько кипятить 5 минут, затем настоять 2 часа, процедить. Принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день вне зависимости от еды.

РЕВМАТОИДНЫЙ ПОЛИАРТРИТ. 1 столовую ложку сухой измельчённой травы на стакан воды, кипятить в закрытой посуде 7-8 минут, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день до еды. Особенно эффективно при инфекционно-аллергическом полиартрите.

* * *

Противопоказаниями к использованию соссии могут послужить кишечные заболевания с запорами. Осторожно при повышенной свёртываемости крови (растение обладает гемостатическими свойствами). Нежелательно долго пользоваться при гипертонии.

282. СОФОРА ТОЛСТОПЛОДНАЯ

Я решил коснуться её специально, чтобы не путали с софорой японской, о которой речь пойдёт впереди. Это совершенно разные растения. И, чтобы не ввели вас в заблуждение, запомните: у софоры толстоплодной стручки с мало выраженной посередине перетяжкой, бобы коричневые с округлым рубчиком, а у софоры японской перетяжки чёткие, семена чёрные.

Софора толстоплодная (горчак) растёт в предгорьях Средней Азии, травянистое растение высотой в полметра. В лечебных целях используется трава, из которой получают лекарственный препарат пахикарин, который рекомендован при лечении облитерирующего эндартериита, мышечной дистрофии, в качестве родовспомогательного средства.

* * *

Препараты софоры толстоплодной противопоказаны при заболеваниях печени, почек, нарушениях сердечной деятельности, стенокардии, беременности.

283. СОФОРА ЖЕЛТОВАТАЯ

Софора желтоватая -тоже травянистое растение, только не азиатское, а дальневосточное. Бобы темноватокоричневые, почти четырёхгранные, с перетяжками между удлинёнными участками, семена овальные. Знать об этой софоре тоже желательно — не подсунут как японскую. Но можно приобрести для лечебных целей, если имеется возможность.

В тибетской медицине порошок, отвар или сухой водный экстракт применяются при неврастении, невритах, туберкулёзе лёгких, бронхов, малярии и инфекционных заболеваниях и как жаропонижающее. В китайской медицине корни и семена используют для изгнания аскарид. Корни используют при дизентерии, поносе и вместе с тем как нежное слабительное, возбуждающее аппетит, тонизирующее и общеукрепляющее средство. Усиливает функцию половых желез. Софора желтоватая применяется также при маточных кровотечениях, белях, опущении матки, воспалениях придатков, а также при геморрое, кишечных кровотечениях, при бронхите как отхаркивающее, туберкулёзе лёгких, для возбуждения дыхания.

Отвар корней используется как седативное, при лихорадке, желтухе, скрофулёзе, злокачественных опухолях. Настой корней является болеутоляющим средством при гайморите, головных болях и ревматизме. Корни обладают наркотическим действием, и их используют при острых хронических инфекциях, гнойных ранах. Во вьетнамской медицине корни используют как тонизирующее средство.

В Приморье спиртовый экстракт корней употребляется для растираний при ревматизме, примочки из отвара корней — при экземе. У нанайцев, удэгейцев и ульчей — при различных заболеваниях желудка.

Сведения о софоре желтоватой я привёл для любознательных, хотя как знать — кто-нибудь раздобудет семена или корни для лечения у китайцев или вьетнамцев. Сам я софорой желтоватой не пользовался, но несколькими рецептами располагаю.

НЕВРИТ ЛИЦЕВОГО НЕРВА. 10 г сухих измельчённых корней на стакан воды, кипятить 10-12 минут на водяной бане, настоять 1 час, процедить. Долить кипячёной воды до

прежнего объёма. Принимать по четверти стакана 3-4 раза в день.

ТУБЕРКУЛЁЗ. 12 г измельчённых сухих корней на стакан кипятка, закрыть крышкой и настоять 2 часа. Пить по четверти стакана 3-4 раза в день.

ЭКЗЕМА. 20 г измельчённых сухих корней на стакан 70% спирта, настаивать 5-7 дней, профильтровать. Пить по 30 капель 3-4 раза в день на воде.

* * *

Применение софоры желтоватой противопоказано при гипертонии, так как она обладает сосудосуживающим действием. Во время лечения софорой желтоватой исключить сильные снотворные средства — можно не проснуться. С осторожностью пользоваться при тромбозах и тромбофлебите, при сгущении крови, так как препараты увеличивают свёртываемость крови, а при сужении сосудов это может грозить большими неприятностями.

284. СОФОРА ЯПОНСКАЯ

В отличие от софоры толстоплодной и желтоватой, софора японская — довольно высокое дерево (до 25 метров) с густой раскидистой кроной. И ничего общего с теми двумя софорами не имеет.

Родом из Японии и Китая, это деревце, очень напоминающее белую акацию, пробило себе дорогу в сады и парки Крыма, Кавказа, Средней Азии. С лекарственной целью применяются нераспустившиеся бутоны цветков и плоды. Настойку из них применяют в народной медицине для укрепления сосудов, при внутренних кровотечениях различного происхождения, при стенокардии, атеросклерозе, сахарном диабете, гипертонии, ревматизме, геморрагическом диатезе, капилляротоксикозе, сепсисе, тромбофлебите, заболеваниях желудка и двенадцатиперстной кишки, язвенном колите, болезнях печени, геморрое. Наружно — при ожогах и обморожениях, туберкулёзе кожи, волчанке, гайморите, мастите, трофических язвах, псориазе, грибковых поражениях кожи. Был такой случай, когда софорой мне удалось за две недели вылечить термический ожог глаз, в то время как во врачебной практике на это уходит не менее трёх-четырёх месяцев. Убедился я и в том, что софора бывает незаменимой не только для профилактики, но и при лечении инфаркта миокарда, кровоизлияния в мозг, а также полностью рассасывает кровоподтёки при ушибах, гематомы.

Софора японская являлась непременным компонентом в комплексе лечения острых лейкозов. Применял я её настойку и при раке разной локализации, при саркоме. Для настойки использовал плоды: три четверти банки (любой ёмкости) измельчённых стручков и доверху залить водкой. Настаивать не меньше месяца. В некоторых случаях настаивал три месяца, чтобы извлечь из плодов очень ценные, но труднорастворимые вещества.

МАКУЛОДИСТРОФИЯ. Это прогрессирующая дистрофия сетчатки глаза в области жёлтого пятна. Поддаётся лечению лазером, но и этот рецепт имеет право на существование и относится к результативным. Готовится настойка из расчёта 50 г плодов софоры японской на 0,5 л водки. Настоять месяц. Принимать по 1 чайной ложке 3 раза в день после еды в рюмке воды (в травяном настое). Почему говорю в настой — хорошо сочетать лечение с диоскореей кавказской: 10 г корней на стакан воды, кипятить 20 минут на слабом огне, настоять 4 часа, процедить. Долить воды до первоначального объёма. Принимать по четверти стакана 4 раза в день за 20-30 минут до еды. В этом случае софору можно вливать в настой диоскорей. Курс лечения 3 недели. Перерыв 10 дней, затем лечение продолжить. В зависимости от запущенности болезни, можно провести несколько таких курсов до полного излечения.

ПСОРИАЗ. Принимать такую же настойку по чайной ложке 3 раза в день за полчаса до еды, запивая половиной стакана воды на протяжении 3-4 месяцев. Одновременно наносить на поражённые места мазь. Для этого 200 г плодов софоры настоять в 250 мл спирта в течение 20 дней, затем смешать с таким же количеством вазелина и добавить 25 г золы

сожжённых стеблей шиповника, хорошенько перемешать. Кстати, настойку можно прикладывать и на бляшки, закрыть полиэтиленом, зафиксировать, чтобы не проникал воздух. Помните: псориаз не любит доступа воздуха.

ГЕМОРРАГИЧЕСКИЙ ДИАТЕЗ. Принимать по 1 чайной ложке настойку плодов софоры 2-3 раза в день за полчаса до еды, запивая настоем зверобоя или тысячелистника. Такое лечение приносит пользу и при **ЯЗВЕННОМ КО— ЛИТЕ, ЯЗВЕ ЖЕЛУДКА.**

* * *

Каких-либо серьёзных противопоказаний не наблюдалось, разве что софору японскую приходится назначать при гипотонии не отдельно, а в комплексе с другими средствами, которые уравнивали бы её гипотензивное действие.

285. СТАЛЬНИК ПАШЕННЫЙ



Растение довольно распространённое, травянистое, с прямыми приподнимающимися стеблями красно-бурого цвета, цветки мотылькового типа, крупные, розовые, сидят по паре в пазухах листьев, образуя густые колосовидные соцветия. Любит сырые луга, окраины болот, но не пренебрегает и глинистыми, щебнистыми почвами.

Используются у него корни, часто скрученные, с бурой бугорчатой корой. Мыть и сушить надо быстро, хранить в сухом месте — они гигроскопичны, быстро втягивают в себя влагу.

Редкий травник обходится без стальника. Не потому, что он чрезвычайно ценный, а по той причине, что даёт быстрый результат.

Чаще всего используют стальник при геморрое, особенно в стадии обострения, при трещинах сфинктера прямой кишки. Отвар корней нормализует стул, улучшает самочувствие и прекращает кровотечение уже после первой недели лечения.

Кроме того, после приёма стальника незамедлительно снижается давление. Находит он и другое применение: при подагре, асците, головной боли, мочекаменной болезни, воспалении почек, простатите, отёках сердечного и почечного происхождения, в виде

примочек — при экземе.

ГЕМОРРОЙ. Даже при хроническом комбинированном геморрое третьей стадии стальник — наилучшее средство. 1. Водочная настойка корней готовится из расчёта 1:5. Принимают по 40 капель 3 раза в день. 2. Либо отвар: 1 столовую ложку корней заливают стаканом кипятка, парят на водяной бане 30 минут, после остывания процеживают и пьют по четверти стакана 3 раза в день до еды и последний приём на ночь. Курс 2, 5-3 недели. Если добавить сок рябины 1-2 рюмки 2-3 раза в день, заедая мёдом — исчезнет даже внутренний геморрой.

* * *

Препараты стальника при регулярном применении противопоказаны при язвенных колитах и поносах. Противопоказана при гипотонии. При заболеваниях сердца стальник может спровоцировать аритмию.

286. СУМАХ ДУБИЛЬНЫЙ

Кустарник этот южный, растущий в Крыму, на Кавказе, в Западном Копет-даге и Памиро-Алае. Используются листья и плоды, которые могут быть завезены в любые районы страны. В гомеопатии листья используют при параличе, астении, ревматизме, подагре. Спиртовой экстракт и настой в народе пьют в начальной стадии сахарного диабета, настой семян при язвенном колите, гонорее, холере, сильной рвоте.

Ветви и листья сумаха используются как сырьё для получения медицинского танина. Он используется как детоксикационное при отравлении солями алкалоидов и тяжёлых металлов. В народе, понятия не имеющем о танинах, лечат кровохарканье, воспалительные процессы рта, гортани, острые и хронические колиты, энтериты, энтероколиты. Настоем листьев промывают глаза. Порошок из плодов используют при гастритах, гепатохолециститах. В общем, находят самое разнообразное применение этому растению.

АСТЕНИЯ. При слабости и вялости, вызванной астенией, заваривают 1 чайную ложку свежих листьев в стакане кипятка, настаивают 1 час, принимают по 1-2 столовые ложки 3 раза в день.

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ. Местное население заваривает 1 чайную ложку плодов в стакане кипятка, настаивают 1 час, пьют по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день.

ЯЗВЕННЫЙ КОЛИТ. Для этого 2 столовые ложки семян заливают полутора стаканами кипятка, настаивают 2 часа, процеживают и принимают по 2 столовые ложки 3 раза в день.

* * *

Если народные целители предложат вам сумах, то учтите, что нельзя пользоваться им при острых и хронических гастритах, язвенной болезни желудка с повышенной секрецией желудочного сока. Сумах противопоказан больным с повышенной свёртываемостью крови из-за опасности возникновения тромбоза.

287. СУРЕПКА ОБЫКНОВЕННАЯ



Вкусны молоденькие стебли этого вездесущего сорняка, нежные весенние листья идут в салаты. Полезна сурепка не только при гиповитаминозах. Мне самому приходилось прибегать к её помощи после инфаркта и инсульта. За одно только это ей низкий поклон. Впрочем это не моё изобретение: в народе издавна лечат её соком и свежей травой параличи, «мозговой удар» — апоплексию. Назначают её и при эпилепсии. Свежая сурепка, в особенности отжатый из цветущей травы сок, испытаны при пониженной половой деятельности, недостаточной выработке спермы. Сильное мочегонное действие сурепки используется при водянке, отёках, заболеваниях почек, аденоме простаты. Даже при общей слабости даст силу чай, заваренный из сушёной травы.

ЭПИЛЕПСИЯ, НЕВРАСТЕНИЯ, ПОВЫШЕНИЕ ПОЛО— ВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРИ НЕДОСТАТОЧНОЙ ВЫРА— БОТКЕ СПЕРМЫ. 20 г травы на стакан кипятка, настоять 3 часа, принимать по 40 мл 4 раза в день. Сурепка цветёт все лето. Лучше использовать свежий сок травы, выпивая по рюмке (30 мл) 2-3 раза в день в течение 1-2 месяцев, и тогда будет отлажен механизм сперматогенеза даже у пожилого мужчины.

* * *

Химический состав сурепки не изучен. И ещё не известно, какие другие таланты она в себе таит. Нет никаких сведений и о противопоказаниях. Единственный вывод, который я сделал для себя: осторожнее надо быть с сурепкой при повышенной кровоточивости. Вполне возможно, не следует увлекаться ею при наличии камней в почках и мочевом пузыре — как бы они, сдвинутые с места, не застряли в мочеточнике.

288. СУСАК ЗОНТИЧНЫЙ



Обычный обитатель рек, озёр и стариц. При необходимости в лечебных целях используются корневища, листья, семена. Кстати, из его корневищ в голодные годы мололи муку и пекли лепёшки, хлеб, варили кашу. Отвар семян и корневищ сусака применяют в народе от асцита — водянки живота. Соком смазывают кожу при дерматозах, лейкодермии.

КАШЕЛЬ. В нашей природе сусак встречается часто, и при необходимости каждый может воспользоваться им. Правда, диапазон его действия невелик. Но ведь не побежишь при обычном кашле за алтеем, который, кстати, редок, а сусак — вот он. Собирали разные водные растения, попутно прихватил и его. При кашле 1 столовую ложку корневищ надо залить стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Пить по 1-2 столовые ложки 3 раза в день до еды. В тот же день кашель станет мягче, а через несколько дней и вовсе забудешь о нём.

АСЦИТ, ОТЕКИ. С ними посложнее. Не всякая мочегонная трава удалит лишнюю воду из организма. Вспоминаю, даже хваленый Носалем дрок при асците давал нулевой результат. А попробуем воспользоваться незнакомцем, о котором и знаем только понаслышке. Берёшь всего 1 чайную ложку семян сусака на стакан воды, кипятишь на слабом огне 5 минут, настоишь 1 час. И принимаешь по 1-2 столовые ложки 3 раза в день. Насчёт асцита не могу поручиться, возможно, придётся пить неделю или две, а отеки с лица исчезают, отёкшие ноги через пару дней обретают форму и лёгкость. Ведь не на популярность растения надо смотреть, а на то, способно ли оно помочь тебе.

* * *

Отвар корневищ проявляет себя как слабительное — при склонности к жидкому стулу такой отвар противопоказан. Нельзя применять сусак и при меноррагии, так как он усиливает менструацию. Противопоказан при беременности.

289. СУШЕНИЦА ТОПЯНАЯ

В любой литературе можно вычитать, что траву сушеницы применяют при хронических гастритах, язве желудка, болях в нём, вздутии и изжоге, а также при

повышенной нервной возбудимости и бессоннице, учащённом сердцебиении, приливе крови к голове, головной боли. Настой травы используют при туберкулёзе, сахарном диабете и даже раковых заболеваниях. При тромбофлебите делают ножные ванны из настоя травы.

ЯЗВЫ И ЭРОЗИЯ МАТКИ. Хороший эффект получен при лечении эрозии и язвы матки отваром измельчённой травы сушеницы болотной. 1 столовую ложку травы залить 1,5 стаканами кипятка. Варить на слабом огне 20 минут, настоять, укутав, 30 минут, процедить. Применять для спринцевания 1-2 раза в день до наступления лечебного эффекта. Другой способ ещё лучше. В эмалированную посуду налить 0,5 л растительного масла, вскипятить, немного охладить. Поллитровую банку на 2/3 заполнить сухой измельчённой травой и залить кипячёным маслом. Настоять в тёмном прохладном месте 2 недели, затем на водяной бане нагревать в течение 2 часов. Остудить. Отжать. Укупорив, хранить в прохладном месте. При эрозии шейки матки вставлять во влагалище ватные тампоны, обильно смоченные маслом, на 10-15 часов.

* * *

В сущности, растение безвредное и противопоказаний к нему не так уж много. Прежде всего необходимо отказаться от сушеницы топяной при брадикардии. Не следует применять её длительным курсом при гипотонии, вегетососудистой дистонии по гипотоническому типу. При лечении сушеницей приходится учитывать и то обстоятельство, что при приёме внутрь она расширяет периферические кровеносные сосуды.

290. ТАМУС ОБЫКНОВЕННЫЙ

Ей было семнадцать лет, и столько было в ней юной красоты и обаяния, что даже при мимолётной встрече и сказанных при этом ничего не значащих двух-трёх словах на душе весь день было светло и празднично. У неё даже имя было неземное, чуть ли не сказочное — Эля. Нет, я не был влюблён в неё, просто любовался (я считал её старше себя, хотя и были мы сверстниками). С отцом и матерью она жила на соседней улице. Наши родители дружили. В разговорах между ними я столько раз слышал: «У Элочки так сильно болят коленки, что каждое утро чуть не плачет, пока немножко не расходится. Эх, достать бы адамова корня побольше. Говорят, не столько настойка, сколько сок для растираний помогает».

Эля сразу после школы вышла замуж за красавца-летчика, уехала с ним на Дальний Восток. Ей не становилось лучше. Потом они уехали в Ленинград. Лётчик дослужился до генеральского чина, а Элю приковало к инвалидной коляске. «И адамов корень не помог», — горестно вздыхала её мать. А у меня протестующе сжималось сердце: до чего же может быть жестокой природа к своему же прекрасному творению!

Почему я вспомнил эту давнюю историю? В память врезалась неистребимая вера людей в чудодейственный корень. Она, эта неистовая вера в чудо-лекарство, и по сей день сбивает с толку многих людей. У Эли был ревматоидный полиартрит. Да, медицина и по сей день не в силах справиться с некоторыми формами этой болезни. Но есть травники, которые за год-два поставили бы девушку на ноги. Правда, в годы советской власти преследовались законом «дедовские» методы лечения, народная медицина была загнана в подполье, но всё-таки существовала и творила иногда чудеса — ради искусства врачевания, а не наживы.

Да, тамус обыкновенный, или, как называют его в народе, адамов корень, население Кавказа и Крыма применяет в виде настойки и сока для натираний при болях в суставах, ишиасе, радикулите. Вылечить полностью это не вылечит, но боль снимет. Здесь я не устаю повторять, что при хронических, тем более очень серьёзных, сложных болезнях, только одним растением не обойтись, необходим грамотно составленный комплекс. И не такой, когда в один мешочек сыпают два-три десятка видов растений, а иногда и больше, с гордостью указывая: мол, тут сорок семь разных трав! Многокомпонентные сборы, спору

нет, имеют право на существование, особенно для здоровых людей — ради профилактики, поддержания общего тонуса организма. А лечебный комплекс — это совсем другой подход к лечению, причём к конкретной болезни. Здесь целенаправленно подбираются отдельные травы и настойки, совместимые друг с другом и усиливающие действие друг друга. И лечение длится долго, год или два, а иногда и больше, если действительно собираешься вернуть человеку здоровье.

И когда сидишь и беседуешь с очень больным человеком, ломая голову над тем, как ему помочь, я невольно вспоминаю прелестное юное существо: а сегодня, уже достаточно набравшийся опыта, смог бы я помочь ей или нет? Не знаю. Но постарался бы приложить для этого все силы, тем более в начале болезни, не уповая на один только тамус.

291. ТАТАРНИК КОЛЮЧИЙ

Сразу вспоминается рассказ Л. Толстого «После бала». Писатель дал хороший портрет этого колючего растения, показал, каких трудов стоит оторвать цветок. Но и он не смог бы представить себе, сколько приходится возиться с этим растением травнику для того, чтобы превратить его в лекарство. Чего стоит одни колючки удалить, чтобы они, не дай бог, не попали в высушенную измельчённую траву и тем более в порошок, приготовленный из листьев.

Татарник колючий пользуется уважением среди травников, особенно при лечении злокачественных опухолей и гнойных ран.

Впрочем находит он применение и от других болезней. Авиценна писал: «Отвар его корня полезен от кровотечения у женщин, введение его в задний проход и купание в его отваре помогает от опухолей заднего прохода... » Вероятно, имеется в виду рак прямой кишки. Во всяком случае, такое (несколько видоизменённое) лечение остаётся злободневным по сей день. Не отрицают противоопухолевого действия татарника и врачи. Они сами рекомендуют его в качестве профилактического средства после удаления опухолей, а также для лечения кожных язв, красной волчанки, скрофулёза (туберкулёз лимфатических узлов, приводящий к образованию абсцессов и изъязвлениям).

В народной медицине татарником пользуются при бронхиальной астме, бронхитах, сердечных неврозах, при столбняке, заболеваниях почек, мочевого пузыря, ревматизме, отёках разного происхождения.

Для лечения бронхитов, почек или отёков, допустим, существует множество других растений, а вот при злокачественных опухолях ценней татарник. Я тоже по мере возможности стараюсь использовать его. Настаиваю цветки на водке: больше половины банки цветков заливаю доверху водкой, настаиваю месяц. Настойка цветков входит в некоторые мои противоопухолевые бальзамы. Да и народными рецептами не пренебрегаю.

РАК ЖЕЛУДКА. 1 столовая ложка измельчённых листьев на стакан кипятка, настоять 1 час, процедить. Пить по 1 стакану 3-4 раза в день после еды. Кроме того, настой лечит ЦИСТИТ, обладает мочегонным действием.

РАК РАЗЛИЧНОЙ ЛОКАЛИЗАЦИИ. Листья измельчить в порошок и принимать по 1 чайной ложке 3-4 раза в день до еды, запивая водой.

РАК КОЖИ, ВОЛЧАНКА, СКРОФУЛЁЗ. Заваривать из расчёта 1 столовая ложка травы на стакан кипятка, настоять 4 часа, процедить. Пить по полстакана 3-4 раза в день до еды. Наружно для обмываний и примочек — заваривать 3-4 столовые ложки на стакан кипятка, настоять так же 4 часа.

При раке кожи свежим соком растения тушировать поражённые места.

ГЕМОРРОЙ. Принимать по 1 чайной ложке порошка из листьев 3 раза в день до улучшения.

Татарник даже при длительном применении не вызывает побочных явлений. С осторожностью применяют при гипертонии, может слегка повысить давление, хотя и считают, что он регулирует артериальное давление, почему без опаски применяют его при инсультах, инфарктах, психических заболеваниях.

292. ТЕРМОПСИС ЛАНЦЕТОВИДНЫЙ

Термопсис на слуху у многих. По себе помню: чуть простыл, надыхался холодным воздухом и начал кашлять — мама сразу бежит в аптеку за порошками или таблетками. В основном почему-то готовили термопсис для детей, и врачи при первом же случае выписывали его. Ну а там, где нет аптек, пили настой травы. Дело в том, что влияние термопсиса на воспалительный процесс в органах дыхания универсальное.

Биологически активные вещества в термопсисе повышают артериальное давление, усиливают функцию надпочечников.

Применяют в медицине траву как отхаркивающее средство, нередко в составе сборов и лечебных чаев, при хронических трахеитах, бронхитах и бронхопневмониях, при катаре верхних дыхательных путей с вязкой, трудноотделяемой мокротой.

Сбор и сушку следует производить с осторожностью, помня, что растение сильно ядовитое.

В народной медицине термопсис применяют также как глистогонное, при атонии кишечника, головной боли.

Высшие дозы термопсиса для взрослых — разовая 0,1 г, суточная — 0,3 г, то есть одна десятая часть ложки на стакан воды и пьют по 1 столовой ложке 3-5 раз в день. А порошок из травы — по 0,1 г 3 раза в день.

* * *

Термопсис в народе ещё называют «пьяной травой» — при работе с ним иногда возникает чувство опьянения. Нельзя пользоваться термопсисом при гипертонии. Противопоказан он при кровохарканье. При употреблении завышенных доз можно получить вместо ожидаемой помощи сильное отравление и паралич жизненно важных центров мозга.

Не все травники знают об этом. Приходилось видеть, как некоторые добавляли термопсис в травяные сборы, как говорится, на глазок, горстью. И можно за счастье счесть, если больной отделается только рвотой, так ничего и не поняв.

293. ТИМЬЯН ПОЛЗУЧИЙ — ЧАБРЕЦ

В июльскую жару в открытой степи все запахи разнотравья затмевает аромат чабреца. Именно аромат — другого слова не подберёшь, и от него пчелиным звоном полна голова и душа распахнута навстречу всему прекрасному в мире. И всегда в такие минуты я вспоминал старинный бабушкин сундук, окованный жёлтыми полосками меди — когда зимой она иногда открывала его, я слышал точно такой же тончайший аромат. Бабушка на зиму обязательно убирала в сундук несколько пучков высушенного чабреца. И этот ни с чем не сравнимый запах запечатлелся в моей младенческой памяти — был-то я тогда ростом не выше этого деревенского сундука.

Многие народы мира относились или относятся к чабрецу с такой же нежностью, как и я. Святой травой был чабрец в Киевской Руси. Одного я не мог уяснить себе: почему тимьян называют богородской травой? Тимьян — это понятно, в переводе с греческого означает «сила», «дух». Но богородская трава — название чисто христианское. Не так давно узнал в разговоре с одним священнослужителем, что название такое дали за сходство цветка с иконописным изображением Богородицы. Внимательно пригляделся к цветку и... мне показалось, что он улыбнулся мне, и улыбка была чисто женской.

В Египте чабрец использовали для бальзамирования (использовали эфирное масло тимол, дающее бактерицидный и дезинфицирующий эффект).

Греки ценили чабрец за способность успокаивать и укреплять нервную систему.

Средневековые армянские врачи тимьян применяли в гериатрии (для стариков) при атеросклерозе мозга, бронхите, катаракте.

Тибетская медицина использовала чабрец при детских инфекциях, хроническом лимфадените, сибирской язве, при кожных болезнях, как ранозаживляющее, антигельминтное; в индийской — в виде отвара применяется при гастрите, заболеваниях печени; в монгольской — как отхаркивающее при заболевании верхних дыхательных путей.

Во Франции трава тимьяна используется как антиспазматическое, ранозаживляющее, восстанавливающее эпителизацию тканей, особенно при ожогах кислотами. В Болгарии настой тимьяна применяется при бронхиальной астме, пневмонии, гастритах. В Германии — трава в период цветения при заболеваниях органов дыхания, особенно при кашле. В Австрии тимьян применяют не только при гастрите и метеоризме, но и как противосудорожное. Вещество, прекращающее судороги, пока не изучено, но австрийские исследователи пришли к выводу, что при сушке оно разрушается и растение надо применять только в свежем виде. В Польше трава тимьяна применяется при воспалении почек, печени, при невралгии, суставном ревматизме, бронхите, бронхиальной астме.

В отечественной народной медицине настой травы тимьяна принимают как отхаркивающее и противовоспалительное при острых простудных заболеваниях, туберкулёзе лёгких, одышке, бронхиальной астме, при желудочно-кишечных коликах, головных болях, детской инфекции, эмфиземе и актиномикозе лёгких, дисменорее, отите, антигельминтное (при солитёре и власоглаве). Тимьян оказывает общеукрепляющее действие на организм, особенно при интенсивном умственном труде, бессоннице (даже набивают травой подушечки). Из настоя травы полезно делать примочки к глазам.

При таком широком применении растения, естественно, имеется и множество рецептов. Вот наиболее интересные из них.

ИНСУЛЬТ. Ставят водочную настойку из расчёта 8 столовых ложек травы на 0,5 л водки. Настаивать 1/4 дней. Ежедневно втирать в онемевшие части тела. Одновременно можно принимать внутрь по 30-40 капель 3 раза в день.

СОТРЯСЕНИЕ МОЗГА. На 2 стакана воды кладут 1 столовую ложку травы, доводят до кипения, но не варят, огонь сразу выключают. Настаивают 1 час. Пьют по полстакана 3 раза в день до еды. Восстанавливается работа головного мозга, исчезают головные боли, улучшаются сон и память, укрепляются нервы. Лечение длительное — от 6 месяцев до года.

ПОТЕРЯ ПАМЯТИ. Если ежедневно смазывать голову таким отваром чабреца, это помогает от потери памяти.

ДИСБАКТЕРИОЗ. Сделать такой же отвар — 1 столовая ложка травы на 2 стакана воды, довести до кипения и настоять 1 час -пить по полстакана 3-4 раза в день. Курс от 2 недель до 2 месяцев — восстанавливает флору кишечника после длительного приёма антибиотиков. Полезно при хроническом гастрите с пониженной кислотностью.

КАТАРАКТА. Сухую траву измельчить в пудру, просеять. Взять 100 г этой травяной пудры и смешать с 500 г мёда, настоять на водяной бане 1 час, периодически помешивая. Хранить в холодильнике. Каждый вечер перед сном съедать по 1 чайной ложке — предохраняет от начинающейся катаракты.

ИМПОТЕНЦИЯ (спровоцированная злоупотреблением алкоголем). В августе или начале сентября собрать цветы чабреца розового цвета, высушить. 1 столовая ложка на стакан кипятка. Настаивать от 15 до 30 минут. Принимать 5-6 раз в день, если до еды — то за полчаса. Пить от 3 до 6 месяцев.

Женщинам рекомендуется собирать фиолетовокрасные цветы в июне-июле.

РАК ЖЕЛУДКА. При этом заболевании заваривается 1 столовая ложка травы чабреца в стакане кипятка. Настоять 1 час. Принимать по четверти стакана 3-4 раза в день до еды.

К сожалению, даже при такой популярности лечение Чабрецом пойдёт на пользу не всякому. Его противопоказания довольно серьёзные и строгие.

Не следует пользоваться чабрецом при декомпенсации сердечной деятельности, кардиосклерозе, мерцательной аритмии, атеросклерозе сосудов головного мозга.

Входящий в состав чабреца тимол вредно действует на печень и почки (следует внимательно отнестись к тимоловой пробе в анализах).

В некоторых рецептах указывается на лечение чабрецом язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, но я оставляю это на совести тех, кто составлял рецепт (противопоказания особенно касаются при высокой кислотности желудочного сока).

Противопоказан тимьян при пониженной функции щитовидной железы. Даже если нет у вас этой болезни, то длительное применение тимьяна может привести к гипотиреозу. Противопоказан тимьян при беременности.

294. ТОЛОКНЯНКА ОБЫКНОВЕННАЯ

Этот низенький вечнозелёный кустарничек растёт в сосновых борах-беломошниках (ни в зеленомошниках, ни на торфяных болотах толокнянки не бывает), разве что ещё выберется на открытые песчаные места. Северное растение, в средней полосе встречается редко, хотя попадались мне небольшие заросли и у нас, в Башкирии, в горах Иремель, Зигальга. Издали увидел, обрадовался: брусника! Но подошёл поближе, увидел лежачие, сильно ветвистые стебли, сорвал одну красную овальную ягодку. Увы, мучнистая, невкусная. Траву брать поздно, её собирают во время цветения. Да и большой ценности она для меня не представляла. Если потребуется — и в аптеке можно купить.

А потребоваться она может как испытанное временем хорошее противовоспалительное и дезинфицирующее средство при воспалении мочевого пузыря и мочевых путей. Мочевыводящие пути при приёме толокнянки очищаются от бактериальной флоры и продуктов воспаления.

Отвар и настой измельчённой травы используют также при сердечных отёках, при пиелитах, уретритах, при задержке мочи и также от непроизвольного мочеиспускания, кровавой моче, при почечно-каменной болезни. В некоторых европейских странах толокнянка находит применение при вялом пищеварении, малярии, туберкулёзе лёгких, хронических нефритах и нефрозах, при нарушении обмена веществ и нервных расстройствах.

Имеются и другие интересные, нетрадиционные способы применения толокнянки.

ГИПЕРТРОФИЯ ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ. Растереть в порошок листья, просеять. Принимать по 1 чайной ложке 2 раза в день — утром натощак и вечером перед сном. Гликозид арбутин оказывает в этом случае антисептическое, дезинфицирующее действие.

НЕПРОИЗВОЛЬНОЕ ИСТЕЧЕНИЕ СПЕРМЫ. 2 чайные ложки сухих измельчённых листьев толокнянки залить 2 стаканами прохладной кипячёной воды, настоять 3—4 часа. Принимать по полстакана 2-4 раза в день до еды.

ДИАБЕТ. 1 чайную ложку измельчённых листьев заварить стаканом кипятка, настоять 4 часа. Принимать по 2-3 столовые ложки 5-6 раз в день.

ЗЛОКАЧЕСТВЕННЫЕ НОВООБРАЗОВАНИЯ (особенно при раке мочевого пузыря, предстательной железы). Сделать водочную настойку из расчёта 1:10, то есть 1 столовую ложку листьев на 10 столовых ложек водки. Настоять 21 день, процедить. Принимать по 25-30 капель 3 раза в день до еды, наряду с другими травяными настоями.

РЕВМАТИЗМ. 1 столовую ложку сырья залить 1 стаканом холодной воды, настоять 8-10 часов (обычно настаивают ночь), затем прокипятить 5 минут и ещё настоять 30 минут, процедить. Пить по 1 столовой ложке 5-6 раз в день через 2-3 часа после еды. (Пить за один

раз больше столовой ложки не рекомендую.)

УСТАЛОСТЬ. 10 г сухих листьев на 1 стакан кипятка, закрыть крышкой и парить на водяной бане 5 минут, настоять 30 минут. Принимать по 1 столовой ложке 5—6 раз в день за полчаса до еды не более 2-3 недель.

* * *

Переносимость препаратов толокнянки индивидуальная, в отдельных случаях при приёме внутрь появляются понос, тошнота, даже рвота. Тогда надо вдвое уменьшить дозировку или вовсе отменить её.

Толокнянка противопоказана при беременности.

Не следует назначать толокнянку при гломерулонефрите, так как она может раздражать почечную паренхиму. В отваре при кипячении экстрагируются дубильные вещества, способные отрицательно подействовать на слизистую желудочно-кишечного тракта.

295. ТЫКВА ОБЫКНОВЕННАЯ

Колумбу мы обязаны не только помидорами, но и тыквой — именно после его возвращения европейцы впервые узнали о существовании этого экзотического растения.

По всем ботаническим признакам тыква — ягода (сочная мякоть, а внутри множество семян). В диком виде тыква не существует, но ещё за три тысячи лет до нашей эры её ввели в культуру мексиканцы. Правда, опять остаётся загадкой: откуда мог знать о тыкве ещё в доколумбовые времена Авиценна? Не просто знать, но и описать её лечебные свойства. Например: «Отвар тыквы полезен от кашля и болей в груди, возникающих от жара... Выжатый сок тыквы, особенно в смеси с розовым маслом, успокаивает горячую боль в ухе. Он помогает при опухолях в мозгу, и полезен от болей в горле... Выжатым соком тыквы капают в нос от зубной боли. Тыква — одно из лекарств, порождающих большую влажность в желудке; она прекращает жажду. Неспелая тыква очень вредна для желудка, даже для желудков подростков и юношей, и от этой беды нет иного средства, кроме рвоты. Если отварить сок тыквы с мёдом и положить туда соды, то это смягчает желудок. То же самое будет, если зарыть тыкву в горячие угли, испечь её как она есть, а затем пить её сок с сахаром. Она чрезвычайно вредна для кишок и особенно для колона». (Неужели тыкву присылали восточным медикам мексиканцы?)

Древние авторы также из числа отрицательных свойств тыквы отмечали куландж, то есть кишечную колику, и рекомендовали готовить тыкву с добавлением сока незрелого винограда, чеснока, перца, тмина или горчицы. Древние медики не назначали тыкву лицам, у которых натура желудка холодная, иначе говоря, для больных с гипоацидной формой гастрита или язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки.

Тыква состоит на 92% из воды. В этой целебнейшей воде содержатся сахара, белковые вещества, жирное масло, пектиновые вещества, органические кислоты, клетчатка, макроэлементы: калий, кальций, магний, сера, фосфор, хлор; микроэлементы: железо, кобальт, марганец, медь, фтор, цинк. Вот почему тыква представляет большую ценность для больных с железодефицитной анемией. Мякоть тыквы в варёном виде рекомендуется больным туберкулёзом, желтухой, гипотонией, подагрой, неврозом, холециститом, запорами, а также как мочегонное при почечных и печёночных отёках. В качестве лечебного питания тыква полезна при ожирении, а также при старческих запорах. Большое количество пектина оказывает особенно положительное действие при воспалении толстого кишечника. Пектин способствует выведению из организма холестерина, поэтому тыква так полезна при атеросклерозе. Тыква положительно влияет на биохимические процессы в печени. Мякоть прикладывают к экземам и язвам для заживления, ну а семена (только не жареные!) известное средство при глистах. Даже цветки находят применение — их отваром заживляют раны.

В последнее время индийскими учёными установлено, что плоды тыквы могут применяться для лечения туберкулёза. Им удалось разработать способ получения из тыквы специального препарата, названного пепозином, который способен подавлять размножение туберкулёзных палочек.

РАК. Сок по 1-2 стакана в день принимают внутрь при раке, а оранжевую мякоть прикладывают к различным опухолям, в том числе и злокачественным. При раке рекомендуют ежедневно в период цветения тыквы съедать по 3-4 её цветка с пыльцой в один приём.

ПРОСТАТИТ. Очень помогает тыквенный сок, если выпивать его по 1 стакану 2 раза в день. К тому же, это хорошее средство при нарушении обмена веществ.

МАСТОПАТИЯ. Прекрасно действует натёртая тыква, если ежедневно накладывать мякоть на грудь и держать 1,5-2 часа. (Не хуже красной свёклы, только в отличие от неё красит меньше.)

ПИГМЕНТНЫЕ ПЯТНА. Обычно я не касаюсь косметологии, но помню случай с одной миловидной женщиной, которая страдала от пигментных пятен на лице. Чтобы избавиться от них, надо растереть с водой в ступе сырые семена в соотношении 1:1, полученное молочко смешать с мёдом. Наложить смесь на лицо и держать полчаса. Делать это, пока не пропадут пятна.

ДИСКИНЕЗИЯ ЖЕЛЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ. При заболеваниях желчных путей полезно есть тыкву. Сырая или варёная, она восстанавливает функции печени после острого гепатита, действует как желчегонное. Съедать не менее 0,5 кг в день. Или пить по полстакана сока 1— 2 раза в день. Он успокаивает нервную систему, улучшает сон, поэтому полезно пить на ночь.

ОТЕКИ. Взять 20 тыквенных черенков, залить 0,5 л воды, кипятить на слабом огне 5-10 минут. Настоять 1 час, процедить. Принимать по полстакана 3 раза в день до еды. Или есть мякоть тыквы 2 раза в день.

Добавлю, что тыква прекращает выделение жёлтой желчи. Считается, что помогает при головной боли, опухоли мозга, менингите.

* * *

Жаль, что и такой с виду безобидный продукт не всем дозволен. Тыква противопоказана при тяжёлой форме сахарного диабета. Сырую тыкву и сок из неё нельзя принимать при гастрите с пониженной кислотностью, язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

296. ТЫСЯЧЕЛИСТНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ



Где война — там кровь. Где надо быстро остановить кровотечение — там тысячелистник. Скольким людям спасла жизнь эта простая вездесущая трава. А её действие почти в два раза выше, чем у некогда популярного у медиков хлорида кальция.

Военврач, с первых месяцев войны с немецкими фашистами работавшая в полевых госпиталях, рассказывала мне, как от нехватки лекарств и перевязочного материала, они, тогда ещё совсем девчонки, на ходу учились народным методам лечения, используя вместо ваты мох, собирали прямо возле госпитальных палаток травы, и в первую очередь — тысячелистник. (Наверное, поэтому она одобряла моё увлечение траволечением.)

Тысячелистник не только в кратчайшие сроки останавливает кровь, но и быстро заживляет раны. Это я неиз литературы знаю — на себе не раз испытывал. Однажды довольно глубокая рана от топора в очень неудобном, болезненном месте — между большим и указательным пальцами — едва не сорвала мою вылазку на природу. До ближайшего жилья десятки километров, да и то в той маленькой деревушке едва ли сыщется фельдшер. А кровь из раны в буквальном смысле хлынула, как из крана. Я тотчас сделал десяток резких приседаний (обычно это приостанавливает кровотечение). Под ногами рос тысячелистник — искать не пришлось. Нарвал одних листьев, измял до выделения клеточного сока и заткнул рану травой. Боль понемногу утихла, кровь перестала сочиться. Я менял траву каждые час-два. Наутро рана затянулась тонкой розовой плёнкой — при умывании она ещё чувствовалась. А потом и не заметил, как через несколько дней зажила. Так что не зря в народе тысячелистник прозвали «солдатской травой». А ведь всё начиналось с неуязвимого Ахиллеса, это ему пятку — единственное уязвимое место — лечили травой, которую и называли — в латинском звучании — ахиллеей.

Но оказывается, тысячелистник не только «солдатская», но и «женская трава» — так её называют на Украине и в Польше. Свойство тысячелистника повышать свёртываемость крови (при этом не образуя тромба) столетиями используется медиками для остановки маточных кровотечений, особенно в климактерическом периоде и после непроизвольного аборта.

Тысячелистник находит и другое применение. Его назначают при болезнях печени, гепатитах, холециститах, дизентерии, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, воспалении мочевого пузыря, яичников, туберкулёзе лимфатических желез, болезнях сердца, при бронхиальной астме, нервных заболеваниях, истерии, гипертонии. Препараты

тысячелистника обладают кровоочистительным, антиаллергическим действием, увеличивают число тромбоцитов, эффективны при приливе крови к голове и груди.

Отвар и настой травы пьют при головных, желудочных болях (боли в желудке исчезают через 15-25 минут).

АСТМА (инфекционно-аллергическая). 2 столовые ложки травы на 1 л воды, кипятить на слабом огне 20 минут, настоять 40 минут. Пить по полстакана 4 раза в день независимо от еды. Курс — от 2 недель до 2-4 месяцев.

НАРУШЕНИЕ МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА. В летний сезон принимать по 2 столовые ложки сока травы 3 раза в день перед едой. Нормализует цикл, улучшает работу сердца.

ГЕМОРРОЙ. Столовую ложку травы на стакан воды, кипятить 15 минут, настоять 45 минут, процедить. Пить по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды (нельзя при гастрите с высокой кислотностью).

АНЕМИЯ. 100 г сухой травы с цветками залить 2 л водки, настоять 2 недели. Пить перед едой по 2 столовые ложки, разведя в половине стакана воды.

* * *

Хотя и принято считать, что тысячелистник не образует тромбов, его всё-таки нежелательно использовать при повышенной свёртываемости крови. Особенно следует опасаться тромба при стенокардии.

Нежелательно принимать препараты тысячелистника при гипотонии. Даже если у больного нормальное давление, то при длительном применении или передозировке препарата возникают головные боли, головокружения, могут появиться кожные сыпи. Тысячелистник противопоказан при беременности.

297. УКРОП ОГОРОДНЫЙ

Не сыскать, пожалуй, такого человека, который не сталкивался бы в повседневной жизни с укропом как с приправой к обеду или при приготовлении всяческих солений.

А ведь было время, когда в глубокой древности греки и римляне дарили букеты из укропа любимым девушкам. А античные поэты воспевали укроп в своих одах.

Хорошо были знакомы с укропом и употребляли его не только как пищу, но и в качестве лекарства египтяне — больше всего он применялся ими при головной боли.

Авиценна в своей практике широко использовал укроп: давал его кормилицам грудных детей для увеличения количества молока, советовал принимать при икоте и переполненности желудка. При рези в кишечнике советовал делать клизмы, чтобы не было боли, а тёплым напаром смазывать почечуйные (геморроидальные) узлы, чтобы не было кровотечений. Золу укропа применял при незаживающих ранах.

В главе о «похотливых» травах Авиценна также много внимания уделял укропу. Важно правильно его заготавливать. Не следует зелень крошить на деревянной доске, а только на фарфоровой или керамической. При высушивании солнечные лучи не должны касаться его. Хранить в тёмной банке. Самый целебный — сухой укроп на 4— 5-й год хранения. Он необходим для здоровья мужчины и женщины. У мужчин он снимает физическое напряжение, усталость, даёт силы для ночи, которая должна принадлежать женщине. А женщине помогает расслабиться и регулировать наступление желанной беременности.

Диоскорид применял укроп для лечения глазных болезней. Врачеватель средневековья Крато лечил укропом катаракту. Гален, Платониус, Апапенус считали укроп успокаивающим болезненное мочеиспускание. Укропу приписывали растворяющее мочевые камни свойство. Салернская школа использовала укроп как ветрогонное.

У армян по утрам больному туберкулёзом лёгких давали пить горячее молоко, смешанное с щепоткой укропа или корицы.

Сейчас в научной медицине настой укропа употребляют при гипертонической болезни, стенокардии, а сухой экстракт плодов для лечения хронической коронарной недостаточности, предупреждения приступов стенокардии, при неврозах, сопровождающихся спазмами коронарных сосудов и спастических состояниях органов брюшной полости.

Укроп обладает активным желчегонным действием, снижает чувство тяжести после приёма тяжёлой пищи. Используют его при атеросклерозе, головной боли, заболеваниях печени. Некоторые врачи рекомендуют семена укропа при лечении хронического бронхита, пневмонии, астмы.

В косметике настой листьев применяют в виде примочек на воспалённые глаза, покрасневшие от усталости, а также на гнойничковые поражения кожи лица.

Некоторые полезные советы.

ШУМ В УШАХ. Сухой укроп целиком, со стеблем и семенами измельчить. Горсть травы залить 0,5 л кипятка в термосе и настоять полчаса. Пить по полстакана 3 раза в день.

ГЛАУКОМА, КАТАРАКТА. Отжать из укропа сок. Смочить в соке бинт, отжать и прикладывать к глазам на 15-20 минут несколько раз в день. Курс лечения не ограничен.

МОЧЕКИСЛЫЙ ДИАТЕЗ. Настаивать семена укропа в холодной кипячёной воде в соотношении 1:20. Принимать по 1 стакану 3 раза в день (настаивать можно всю ночь).

НЕФРИТ. Способ приготовления и применение как при мочекишечном диатезе. Надо только помнить, что настой снижает давление.

ИКОТА. При упорной икоте, когда ничего не помогает, 1 чайную ложку семян укропа залить стаканом кипятка. Настоять 30 минут. Принимать по полстакана 3 раза в день.

АТЕРОСКЛЕРОЗ (с головными болями). 1 столовую ложку семян укропа залить 1 стаканом кипятка. Настоять не меньше часа. Принимать по 1-2 столовые ложки 4 раза в день.

МЕТЕОРИЗМ, ГЛИСТЫ. 1 столовую ложку семян на 250 мл молока, варить 5-10 минут. Выпить в тёплом виде в два приёма.

* * *

При частом употреблении и в больших дозах укроп снижает давление, расширяет сосуды, что необходимо учесть больным с низким артериальным давлением. Амирдовлат отмечал, что семена укропа вредны для мочевого пузыря. По мнению Авиценны, «продолжительное употребление его ослабляет зрение». Современные медики объясняют это возможностью гипотонического состояния с расширением сосудов, что временно вызывает ухудшение зрения, которое при отмене препаратов укропа проходит бесследно.

Нельзя забывать, что одним из противопоказаний к укропу относится атония гладкой мускулатуры органов желудочно-кишечного тракта.

298. УНГЕРНИЯ ВИКТОРА

Это эндемичное среднеазиатское растение, распространённое только на Гиссарском хребте и его южных отрогах — на горных склонах, водоразделах и в ущельях на высоте до двух с половиной километров над уровнем моря. Редкое растение из семейства амариллисовых. Некоторые любители выращивают его ради желтоватозеленого цветка с пурпурной полоской, некоторые — в лекарственных целях.

Не забуду слова опытного невропатолога, сказавшего мне после инсульта с сильным парезом лицевого нерва, когда не закрывались левый глаз и угол рта: «Эх, вам бы сейчас подснежник Воронова или хотя бы унгернию Виктора - всё пошло бы на поправку!» Дело в том, что оба эти растения содержат ценнейшее вещество — галантамин, основное сырьё для получения галантамина гидробромида, применяемого, в частности, при инсультах.

Растение очень интересное: весной появляются листья — по 7-10 в розетке. Через 2-3 месяца они отмирают, а в августе вырастают на безлистной стрелке цветы. В лечебных целях

используются листья. Их нельзя обрывать, можно только аккуратно срезать. Затем резать на куски и сушить в течение 4-5 дней.

В аптеках её не найти, у травников унгерния тоже большая редкость. Однако больные люди иногда проявляют такую настырность, что необходимое лекарство хоть изпод земли добудут. Тем более, если знают, что унгерния Виктора хорошо помогает при миастении, прогрессивной мышечной дистрофии, двигательных нарушениях, связанных с невритами, полиневритами. Используется унгерния и при энцефалопатии, ишемическом инфаркте мозга.

* * *

И всё же поумерить свой пыл в поисках этого ценного лекарственного растения придётся тем больным, у кого имеются серьёзные противопоказания. А препараты унгернии противопоказаны при открытой форме туберкулёза лёгких, при язве желудка и двенадцатиперстной кишки и других заболеваниях, связанных со склонностью к кровотечениям, а также при органических заболеваниях центральной нервной системы.

Раз уж речь зашла об этом растении, скажу и о дозировке. Она чрезвычайно мала: доза составляет всего 0,1-0,2 миллиграмма, принимают 3-4 раза в день. Более высокие дозы токсичны.

299. ФИАЛКА ТРЁХЦВЕТНАЯ



Знаете, сколько фиалок я насчитал? Девятнадцать: фиалка болотная, фиалка двухцветковая, фиалка душистая, фиалка коротковолосистая, фиалка короткочашелистиковая, фиалка наскальная, фиалка одноцветковая, фиалка опущенная и т. д. Почти все они лечебные, но пальму первенства среди них держит фиалка трёхцветная — это красивое однолетнее растение с пёстрыми трёхцветными цветками.

С этими однолетними растениями прямо-таки беда. Однажды летом ахнул, не сдержав восхищения: вся огромная поляна представляла из себя яркий ковёр из одних только фиалок. В таком большом количестве я её никогда не встречал. Ну, думаю, следующим летом непременно сюда наведаюсь. Далековато, полторы сотни километров, зато урожай какой!

Приехал на другой год — ни одного растеньица. Будто никогда и не бывало его здесь. И только через три года на соседней лужайке обнаружил среди прочих трав немножко фиалки. Выбирать пришлось, едва корзинку собрал. Вот такие фокусы могут выкинуть однолетние травы.

Фиалка трёхцветная бывает часто затребована. Она особенно хороша в детской практике при простуде, кашле, астме, аллергии. И взрослым нужна — при ревматизме, артрозах, подагре, цистите, камнях в почках, атеросклерозе, кровотечениях, дерматитах, псориазе. Чаще всего идёт в несложные сборы. Допустим, у человека произошли дегенеративные изменения в межпозвоночных дисках шейного, грудного или поясничного отделов позвоночника. Готовим такой сбор:

СПОНДИЛЁЗ. При деформирующем спондилёзе берутся поровну трава фиалки трёхцветной, стручки фасоли, кукурузные рыльца, листья толокнянки, почки берёзы. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настоять 20 минут. Принимать по 2-3 столовые ложки 2-3 раза в день. Торопиться не надо, дозу не увеличивать. Лечение рассчитано на длительный срок (на всю зиму, например). Можно усилить приёмом настойки сабельника по чайной ложке 3 раза в день и лёгкими втираниями в позвоночник настойки дягиля, бузины красной, чередуя их между собой через 3-4 недели. В приёме травяного настоя через 3-4 недели тоже сделать перерыв на неделюполторы, продолжая в это время пить сабельник.

ОСТЕОХОНДРОЗ. Лечение точно такое же.

ГЛОМЕРУЛОНЕФРИТ. Тоже готовится смесь: поровну взять фиалку, траву буквицы и почки чёрного тополя. 1 столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 30 минут, принимать по 1/4 стакана 4 раза в день перед едой. Лечение длительное: ведь поражаются капилляры клубочков почечной ткани, где фильтруется кровь и образуется моча. Пройдя месячный курс такого лечения, можно на месяц сменить его другим лечением, затем снова вернуться к этому сбору. Тоже надо запастись терпением и выдержкой (внимательно просмотрите приведённые в книге методы лечения и выбирайте себе подходящее, не имеющее противопоказаний).

КРАУРОЗ (зуд влагалища при атрофии вульвы, обычно у пожилых женщин). Составляется сбор: 2 части фиалки, 2 части череды, по 1 части травы чистотела, листа берёзы и листа чёрной смородины. 2 столовые ложки сбора заваривают стаканом кипятка. Настоять 1 час, процедить. На день потребуются 2-3 стакана настоя. Из них 100 мл принимается внутрь на ночь. Остальной настой в тёплом виде используется на спринцевание. Желательно спринцеваться 2 раза в день в течение 2 месяцев. На этом курс лечения обычно заканчивается.

* * *

Антиаллергическое средство способно само превратиться в аллерген, если применять длительно и с превышением дозировок. Если появится зудящая сыпь и другие кожные аллергические реакции, то суточную дозу надо распределить на 3-4 дня. Если и это не поможет — этот вид лечения отменить. В отдельном виде фиалка трёхцветная при гломерулонефрите противопоказана, но в сочетании с буквицей и почками чёрного тополя идёт хорошо.

300. ХВОЩ ЗИМУЮЩИЙ

«И это хваленый хвощ зимующий?» — с удивлением спросил меня приятель, просивший показать ему растение. Он ожидал увидеть на стебле обычную для хвощей тончайшую кисею листьев, а тут, на опушке леса, торчали абсолютно голые тёмно-зелёные стебли чуть ли не с метр высотой с редкими утолщениями междоузлий. Чем-то напоминают речную кугу.

Ниже, вдоль всей лесной опушки, чуть ли не сплошной стеной рос хвощ полевой. Молодые растения напоминали сосенку, на взрослых «сосновые иглы» распустились в щитковидные листочки.

Ещё ниже, в сырой низине, проваливающейся и хлюпающей под ногами, неподалёку от ручья, царствовал хвощ болотный. А если войти поглубже в лес, то можно было бы отыскать хвощ ветвистый или лесной. Здесь, на небольшом участке близ устья Берсувани, было, можно сказать, царство хвощей.

Но мы пришли за хвощом зимним, точнее, зимующим. Он действительно уходит на зиму под снег зелёным, а ранней весной, когда вокруг ещё черным-черно и нет ни одной травинки, зеленеет перезимовавший, потускневший хвощ, видимый издалика своеобразным частоколом.

Сейчас, в июле, берёшь его за кончик и вытягиваешь свежий стебель, как кончик стереоскопической удочки, потому что старый, перезимовавший, так и остаётся торчать в земле опустевшим кожухом.

Сведения о нём можно найти, пожалуй, только у Лавренёвых в «Полной энциклопедии лекарственных растений», потому что растение используется очень редко, да и мало кто знаком с ним. Тем более ведь надо уметь применять его, а рецептов не существует. Пользоваться наугад — до беды недалеко, растение ядовитое.

Впрочем знатоки народной медицины в Китае, Европе, Америке, у нас в Сибири используют хвощ зимующий при заболеваниях мочевого пузыря, гематурии, недержании мочи, хроническом уретрите, некоторых болезнях почек. Траву используется при обильных менструациях, геморрое, белях, при воспалении изъязвлённых глаз. Впрочем, как и другие хвощи, применяют при туберкулёзе лёгких, бронхите, экссудативном плеврите, болезнях горла, при головной боли, гриппе, как болеутоляющее при суставном ревматизме.

В Индокитае траву считают очищающим желудок средством. Индейцы использовали хвощ зимующий при язвах, опухолях, воспалении молочной железы и кишечника. В Корее применяют в качестве кровоостанавливающего при кровотечениях из носа, кровохарканье, кишечных кровотечениях, геморроидальных и маточных кровотечениях, белях, отёках, болезнях глаз.

За хвощом зимующим я выхожу с определённой целью. Он у меня идёт только на несколько заболеваний, где давно испытан и даёт результаты. Прежде всего я его использую при лечении рака матки. Не подряд, то есть не в каждом случае, а выборочно — там, где он более необходим. Любопытно вот что. Обычно смотришь на химический состав растения: содержит ли он тритерпеновые соединения, гидрохинон, ту или иную сумму алкалоидов, подавляющих рост раковых клеток. А в хвоще зимующем ничего этого нет. Здесь кремниевая кислота, диметилсульфон, сахар, дубильные вещества, смолы, эквизитиновая кислота, слизи, алкалоид никотин. Других алкалоидов в растении так мало, что некоторыми исследователями они не обнаружены. Что здесь может действовать? Неужели алкалоид никотин? Или результат приносил весь лечебный комплекс, куда входил и хвощ зимующий? Во всяком случае, пускай и после долгого лечения, люди выздоравливали. Применял я хвощ зимующий и при лечении миомы, фибромиомы. И ещё неплохую помощь он оказывал при экссудативном плеврите — не давал скапливаться жидкости в плевре при раке лёгких.

Помощь от хвоща зимующего я видел и при раке горла. Здесь, по-видимому, сказывалось огромное содержание в траве кремния.

РАК МАТКИ. 1 столовую ложку сухой измельчённой травы залить стаканом кипятка, закрыть крышкой и настоять 2 часа. Процедить. Полстакана выпить утром, а вторую половину — вечером, часа за два до сна. Долго не пьют. Курс — 3-4 недели. Потом перерыв.

РАК ГОРЛА. 3 столовые ложки хвоща зимующего варить в 1 л воды 10 минут. Снять с огня, развести в процеженном отваре 4 столовые ложки мёда и опять довести до кипения. Но не варить. Дать остыть. И тёплым отваром полоскать горло до 10 раз в день.

Хвощ зимующий токсичен, это надо знать. И не злоупотреблять. Как и все хвощи, он противопоказан при остром воспалении почек — в этих случаях не применять. При ощущении дискомфорта (лёгком отравлении) дозу убавить наполовину. И обязательно рассказать врачу, назначившему лекарство, о любых неприятных ощущениях или недомоганиях.

301. ХВОЩ ПОЛЕВОЙ

Из всех хвощей он более популярен в народной медицине. Наверное, потому, что является, как плаун и папоротник, одним из самых древних в мире травянистых растений, переживших всемирный потоп. Если судить по ископаемым хвощам, они могли заглядывать веточками в окна двенадцатиэтажного дома. Но вот ведь что означали потоп и многочисленные изменения климата — превратился хвощ в растение не больше двух ладоней в высоту и стал обычным сорняком. Зато выжил. И другим помогает жить.

Кстати, при сборе хвоща надо помнить, что срывать его надо только двумя руками и сушить обязательно в тени. Казалось бы, почти сухой и шуршащий при сборе, он быстро сыреет и мякнет в корзине и при неправильном высушивании желтеет — такой на лекарство уже негодится.

Помогает хвощ при отёках на почве недостаточности кровообращения, сердечной недостаточности, при воспалении мочевого пузыря, при плевритах с большим количеством экссудата, при геморроидальных, желудочных кровотечениях. Используют его при лечении туберкулёза лёгких, при нарушениях обмена веществ. Он улучшает водно-солевой обмен в организме.

В хвоще полевым отмечают, что самим строением и твёрдой структурой он «выдаёт» своё предназначение. Стебель и листья растения состоят из вставленных одна в другую коротких гильз, связанных друг с другом посредством своего рода «суставов» и плотно надетых на них «чехлов». Это своеобразное растение как бы слепок с человеческого позвоночника. Разве не удивительно, что это целебное растение прекрасно лечит все заболевания, связанные с позвоночником, опорно-двигательным аппаратом (ревматизм, подагра, артрит, артроз). Хвощ содержит много минералов, но особенно богат он кремнием (кремниевая кислота), в значительных количествах которого нуждается наше тело, чтобы иметь здоровые кости, хрящи, ногти, волосы. Кремниевая кислота важна также при заживлении ран — это я повторяю слова специалистов. Они установили, что хвощ содержит 25% золы, в состав которой входит до 80% кремниевой кислоты.

В хвоще полевым, как и в зимующем, одинаково присутствуют, кроме кремниевой кислоты, сапонин эквизетонин, никотин. Всё-таки я ищу секрет противоопухолевого действия хвоща. Возможно, это есть алкалоид никотин.

Хвощ полевой в первую очередь я даю при раке печени (или метастазах в неё). Но он входит и в другие противоопухолевые комплексы. Хвощ особенно бывает необходим больным, прошедшим лучевую или химиотерапию, так как помогает очищать организм, в особенности печень, от токсинов. Применяю я хвощ и при раке желудка, кишечника, лёгких.

РАК (различной локализации, но прежде всего печени). 1 столовую ложку сухой измельчённой травы залить стаканом крутого кипятка, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день через 30-40 минут после еды в тёплом виде (обязательно с одной из противоопухолевых настоек — в зависимости от поражённого органа).

Из хвоща готовлю спиртовую настойку, 5 столовых ложек травы на 0,5 л водки. Настоять 27 дней. Принимать по 1 чайной ложке 2-3 раза в день. Но отдельно даю её редко, особенно если включаю в противоопухолевый бальзам. Один из противоопухолевых бальзамов при раке печени может выглядеть так: 100 мл настойки хвоща, 50 мл настойки травы будры, 50 мл настойки или сока володушки, 100 мл настойки пиона уклоняющегося,

50 мл настойки корня лопуха (или цветков лопуха), 50 мл синюхи. Повторяю, я привожу схему бальзама только как образец. И он не идёт постоянно, а в каждом новом месячном комплексе бальзам может быть совершенно другим — всё зависит от индивидуальных особенностей и состояния организма больного.

Я не хочу ограничиваться только своими противоопухолевыми рецептами, тем более что у хвоща много других полезных применений. Начнём с самых простых.

АДЕНОИДЫ. От них избавлялись таким образом. 1 стаканом обычной воды заливали 2 столовые ложки травы хвоща, доводили до кипения. На слабом огне прокипятить 7-8 минут, затем настоять 2 часа. Тщательно промывать носоглотку 1-2 (желательно 2) раза в день в течение одной недели. Если один курс лечения не помог, через несколько дней курс повторить.

ПЛЕВРИТ. 1 столовую ложку сухой травы залить 0,5 л крутого кипятка. Настоять 3 часа, процедить. Принимать по полстакана 4 раза в день через полчаса после еды. Через десять дней провериться на наличие плевральной жидкости в лёгких.

ПОЧЕЧНО-КАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ. Чайную ложку с верхом травы хвоща залить стаканом крутого кипятка, настоять в тепле 20 минут, процедить и выпить небольшими глотками утром натощак — за 20-30 минут до завтрака. Пить только 1 раз в день. Курс лечения 2-3 месяца. Не пропускать ни дня!

ТУБЕРКУЛЁЗ ЛЁГКИХ, МАТОЧНЫЕ И ГЕМОРРОИДАЛЬНЫЕ КРОВОТЕЧЕНИЯ, ОТЕКИ НА ПОЧВЕ НЕДОСТАТОЧНОСТИ КРОВООБРАЩЕНИЯ, ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ, ПЛЕВРИТЫ С БОЛЬШИМ КОЛИЧЕСТВОМ ЭКССУДАТА, ДИЗЕНТЕРИЯ, ПАХОВАЯ ГРЫЖА, ЖЕЛЧНО-КАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ, ПОДАГРА, МЫШЕЧНАЯ СЛАБОСТЬ, НАРУШЕНИЕ ОБМЕНА ВЕЩЕСТВ. Не поленитесь, соберите достаточное количество хвоща, дайте полежать ему в куче 1-2 часа, прокрутите через мясорубку и отожмите сок. Не обманывайтесь тем, что трава выглядит сухой — сока в ней достаточно. В крайнем случае смочите приготовленной заранее водкой для настоя. Отожмите сок. Смешайте его по объёму пополам с водкой. Хранить в тёмном прохладном месте. Принимать по 1 чайной ложке на воде 3 раза в день через 30-40 минут после еды, в рюмке воды или запивая водой. Принимать месяц, сделать перерыв на 10 дней и продолжить лечение, при необходимости длительно, с такими же перерывами. Кто не переносит водку, сок можно смешать в равном объёме с хорошим красным вином. Его принимать по 25-30 мл (маленькая винная рюмочка) так же 3 раза в день через полчаса после еды. И вы почувствуете прилив сил, даже если многих этих болезней у вас нет. Нормализуются общие обменные процессы, то есть внутренние органы дружески будут относиться друг к другу и при необходимости сообща оказывать помощь.

* * *

Следует помнить, что длительный приём препаратов хвоща вызывает подкисление мочи, поэтому больным со стойкой кислой реакцией мочи во избежание кристаллизации уратов с образованием камней требуются дополнительные меры ощелачивания.

Хвощ противопоказан при остром воспалении почек, остром гломерулонефрите. Вопрос о вредном воздействии хвоща при нефрозе и нефрите оставляю открытым. Видимо, врачебное указание шло на острый период болезни, в то время как при хроническом течении нефроза и нефрита есть неплохой рецепт: 2 столовые ложки травы залить стаканом кипятка, парить на водяной бане 15 минут, через 15 минут процедить. Принимать по 1/3 стакана через час после еды.

302. ХМЕЛЬ ОБЫКНОВЕННЫЙ

Для травника самое ценное в хмеле — цветы. В тибетской медицине ещё в древние времена цветки хмеля использовали как надёжное противоопухолевое средство. Считалось,

что рак, вылеченный хмелем, не даёт рецидивов. Я не тибетский лама, но на цветки хмеля смотрю как на ценнейший божественный дар.

Цветение хмеля приходится караулить. Уже лето перевалило за середину, а цветки в гроздочках все ещё плотные, как мелкие шарики — подзадержались, и стояли холодные дождливые дни. И вдруг — на другой же день, как по команде они начинают распускаться, на многослойных плетях, свитых из нескольких ветвей, висят зеленовато-жёлтые воздушные гроздьи, обещающая наступления долгожданной июльской жары.

Тут уж не зевай. Берёшь с собой сразу две корзины (в закрытую тару, особенно в полиэтиленовый пакет, ни в коем случае собирать нельзя — цветы сразу нагреваются быстро «сгорают», превращаясь в бесформенную зеленовато-бурую массу). У меня на примете несколько «хмельёвых» мест. И все они рядом с речками в густой уреме. Идёшь, раздвигая высокую, выше головы, стену крапивы. Как ни бережёшься, руки и щеки нещадно горят, настигаемые их макушками. Пот заливает глаза. Но вот роскошные плети хмеля со всех сторон обвилились вокруг крушины ломкой. Это невысоко и собирать удобно. Полчищами налетают слепни, оводы, комары. Но вскоре на них перестаёшь обращать внимание. Корзины медленно наполняются гроздьями мелких цветков.

На что уж я привычный, а в цветущем хмелевнике больше трёх часов не выдерживаю — надышишься вездесущей хмельёвой пылью и начинает кружиться голова. Напросился со мной на сбор цветков один мой товарищ, очень талантливый травник. Намного моложе меня, невысокий, худощавый, вскарабкался он на вяз, где на высоте четырёх-пяти метров хмель образовал роскошный шатёр — его одного хватит на несколько корзин. Через час смотрю — сначала валится на землю мешок, а на него сверху падает этот мой товарищ. К счастью, удачно приземлился. Только посмеялись.

Выбрались мы на бережок речки, пообедали, отдохнули и снова ринулись в непролазные джунгли. Ещё дня два придётся поработать так, пока хмель в цвету. Позже высушишь эти цветки — поначалу много их кажется, а как высохшее соберёшь — едва наберётся небольшая картонная коробка. Правда, часть цветов уходит на водочную настойку. Её капают по 20 капель в порцию отвара корней хмеля — тоже противоопухолевое средство.

Ну а в конце августа и в сентябре начинается сбор шишек хмеля. Здесь тоже есть свои отличия. Для одних целей берёшь перезревшие, с темноватым оттенком, для других снадобий — ярко-зелёные, недозрелые.

В имеющейся литературе всюду говорится только о шишках (в то время как целебны стебли с листьями и все остальные части хмеля).

Соплодия шишек, конечно, имеют самое широкое распространение в народной медицине. Они издавна используются при нервном переутомлении, неврозах, бессоннице, гастритах, циститах, уретритах, заболеваниях почечных лоханок, болезнях печени и желчного пузыря, а также как средство, укрепляющее сердечно-сосудистую систему, особенно при слабости миокарда. Применяют их и при головной боли, головокружении, туберкулёзе лёгких, нарушении обмена веществ, расстройстве кишечника, гриппе, как общеукрепляющее в виде ванн при параличе, подагре, ревматизме, нефритах. Настой травы пьют также при простуде, для улучшения зрения, при водянке, малярии, иногда как abortивное средство. Мазь из порошка шишек (на внутреннем свином жире в соотношении 1:4) применяют при плохо заживающих язвах, при ушибах как болеутоляющее, при ревматических болях, а также невралгии, для лечения псориаза, фурункулов.

При бессоннице делают подушечку, наполненную шишками хмеля. Помню, мама делала такие подушечки для младшего братика, переболевшего менингитом — чтобы меньше болела голова и лучше спал.

Настой шишек хмеля женщины применяют при лечении трихомонадных кольпитов и вагинитов.

Шишки хмеля имеют и антиаллергическую активность.

Пусть не удивляет такая разноплановость хмеля. Все сомнения развеет химический

состав растения. К примеру, шишки хмеля содержат горькие вещества, их обнаружено около ста компонентов, и среди них главный — лупулин. Установлена эстрогенная, то есть гормональная активность шишек хмеля. Это ведь только сто компонентов горьких веществ. А если начать перечислять всё остальное?!

Обратимся к лечебным свойствам.

ВАРИКОЗНОЕ РАСШИРЕНИЕ ВЕН. 2 столовые ложки соплодий-шишек залить 0,5 л крутого кипятка, парить на водяной бане 15 минут, после этого настоять 30-40 минут. Пить по полстакана 3 раза в день за полчаса до еды.

АСТЕНИЯ, КЛИМАКС, ЦИСТИТ, ПОВЫШЕННАЯ ПОЛОВАЯ ВОЗБУДИМОСТЬ, ОСОБЕННО У ЖЕНЩИН. 2 чайные ложки травы, а ещё лучше зрелых шишек залить стаканом кипятка, настоять в тепле 30-40 минут. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день за полчаса до еды.

АЛЛЕРГИЯ. 1 столовую ложку шишек залить стаканом кипятка, поставить в кипящую водяную баню на 15 минут. Дать остыть, процедить. Пить по 1/4 стакана 3 раза в день до еды. Одновременно промывать таким же отваром места высыпаний на коже, если аллергия вышла наружу.

ХОЛЕЦИСТИТ. 2 столовые ложки шишек на полтора стакана кипятка, закрыть крышкой и настоять 3 часа. Пить по 1 стакану 4 раза в день.

РАК ЖЕЛУДКА, ЛЁГКИХ, ПЕЧЕНИ. 1 столовую ложку незрелых шишек залить стаканом кипятка, на слабом огне упарить на одну треть. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды.

РАК ПЕЧЕНИ И ДРУГИХ ЛОКАЛИЗАЦИЙ. Я советую заваривать 1 столовую ложку цветков хмеля стаканом кипятка, дать покипеть ровно минуту, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 50-60 мл (до 1/3 стакана) 3 раза в день до еды. Даже без противоопухолевого бальзама тибетские медики излечивали рак (по-видимому, второй-третьей стадии).

Через месяц цветки отдыхают, взамен я даю отвар корней хмеля: 1 чайную ложку измельчённых корней залить стаканом кипятка, варить на слабом огне пять минут или парить в кипящей водяной бане 30 минут, 2 часа настоять, процедить. Принимать по 1/4 стакана 3-4 раза в день, капая из пипетки в каждую принимаемую дозу по 20 капель настойки цветков хмеля. Все эти препараты переносятся легко и значительно улучшают состояние больного. Могут спросить у меня: а живы ли они? Живы, могу познакомить, если они того пожелают (чаще всего люди, пройдя душевный ад, стараются не вспоминать о нём или попросту, как однажды признались мне, боятся, как бы их не сглазили недоброжелатели).

Вот вам и хмель-хмелюшко!

303. ХРЕН ОБЫКНОВЕННЫЙ

Среди прочих лекарственных растений хрен огородный находится где-то на задворках, как говорится: сбоку припёка. И поесть толком не поешь — разве что как приправу чуток, для аппетита и разнообразия. И в лечебных целях он далеко не чемпион, не в высшей лиге ему играть, а в дворовой команде какого-нибудь провинциального городка или посёлка.

В народной медицине его рекомендуют для улучшения аппетита — для этого существуют и более эффективные, более полезные травы. В качестве мочегонного и при мочекаменной болезни — опять-таки имеются более действенные зелёные братья. Снижает уровень сахара в крови? Похвально. Однако и в этом отношении хрен не преуспел, другие растения, в том числе и огородные, давно обогнали его и оставили позади. Вот и стал похож он на старенького дедушку, сидящего в валенках на завалинке деревенского дома в тихий летний день. У него даже аскорбиновая кислота в очищенном корне разрушается в течение часа.

Впрочем не будем спешить списывать деда в тираж. Жизнь убедила меня в том, что не бывает в мире ничего бесполезного. И я не удивлюсь, если к этому деду в валенках

прискачут на горячих вороных герольды с серебряными трубами, на всю полусонную деревню грянут фанфары, а деду объявят, что королевский трон давно ожидает его и пора занять его, пока не объявились другие претенденты. А сегодня трон предназначен только для него, на то и указ имеется соответствующий.

Мужчина средних лет, молчаливый, скромно одетый, сидит около меня. Он знает, что как такового приёма я не веду, что в отличие от других травников ко мне или к моей дочери попадают единицы. Я тоже молча изучаю выписки, анализы, заключения и раздумываю, что же делать. Человек приехал издалека, знает и про свою болезнь и выслушал десятки отказов врачей, и сейчас молча (не умоляя спасти, без экзальтированных объяснений) ожидает, каким будет мой ответ. Конечно, намного проще было бы отказаться, и он бы, уверен, не обиделся. Но человек проделал дальний путь, возможно, в этой встрече видел последнюю спасительную ниточку. Мог ли я отказать ему, зная, что ожидает его за порогом.

Диагноз: криптогенный цирроз. Иначе говоря, причина цирроза печени не установлена. Больной алкоголем не баловался. Правда, в далёком детстве под вопросом ставили желтуху (болезнь Боткина), но выводы врачей тогда не подтвердились.

Вредное производство? Тоже нет. «Может быть, подключим хрен?» — подсказала дочь. И тогда я решился. Составили комплексы на ближайшие два-три месяца: какие травы и настойки до еды, какие — после, и что подключить в дополнение. Непосвящённому в этот процесс человеку мало что скажет, в каком порядке и очерёдности шли сок володушки золотистой, травы будры, репешка, цикория и пр. А во главу угла была поставлена настойка листьев хрена. Ниже я расскажу, как она готовится. В завершение рассказа лишь добавлю, что прошло уже полтора года, человек этот продолжает трудиться и быть отцом семейства (у него трое несовершеннолетних детей).

А дедушка хрен слез с королевского трона, к себе обратно отправился. Не бездельничает. Кое-что по мелочам делает. Простыл кто-то, косточки заболели, глисты подхватил от мурки или выпил лишнего, похмельем мучается — мудрый совет даст, поможет. А для чего же тогда жить на свете?

ПОХМЕЛЬЕ. Истолочь корень хрена в кашицу. 1 столовую ложку кашицы развести в половине стакана воды и дать выпить — весь вчерашний хмель вылетит, аппетит откроется, а поест — человеком сделается.

ГЛИСТЫ. 20 г тёртого хрена и 20 г кашицы чеснока залить 0,5 л водки, настоять 10 суток. Принимать по 1 столовой ложке в день. Такой коктейль не нравится паразитам, и они спешат покинуть места обитания.

ПОТЕРЯ ГОЛОСА. 1 столовую ложку тёртого хрена залить стаканом кипятка, настоять 20 минут, процедить, отжать. Добавить сахар по вкусу. Принимать по 1 чайной ложке несколько раз в день мелкими глотками.

ОТИТ. Отжать из корня хрена сок и капать в уши по 1-2 капли из пипетки 3 раза в день.

ЦИРРОЗ ПЕЧЕНИ. Мелко порезать 5-7 листьев хрена (самые лучшие в канун Иванова дня, в первые пять дней июля — молодые, крепкие, необъеденные слизняками), залить 0,5 л водки и настоять в тёмном месте 1 неделю. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды. Даёт хорошие результаты.

СТЕНОКАРДИЯ. В деревнях лечились так: отождмут из корней сок, смешают пополам с мёдом. Принимать по 2 чайные ложки за час до завтрака (всякий раз перемешивать). Курс 1 месяц. При неприятных ощущениях дозу уменьшить. Через 2 месяца курс можно повторить.

ТЁМНЫЕ (пигментные) ПЯТНА НА КОЖЕ, А ТАКЖЕ ОТ ВЕСНУШЕК, ЗАГАРА. 50 г натёртого хрена залить 250 мл столового уксуса (9°). Бутылку закрыть плотно пригнанной пробкой и поставить в тёмное прохладное место. Через 2 недели настойку процедить и добавить 1,5 л холодной воды. Этой жидкостью протирать лицо утром и вечером досуха.

ГИПЕРТОНИЯ. Когда надоест пить таблетки, попробуйте натереть 250 г корня хрена, залейте 3 л кипячёной воды, поварите на малом огне 20 минут. После остывания процедите. Принимайте по полстакана 3 раза в день до еды. Думается, что к таблеткам вернётесь не

скоро.

* * *

Хрен полезен при многих инфекционных заболеваниях. В свежем соке содержится значительное количество лизоцима — белкового вещества, способного растворять микробные оболочки, создавая таким образом антибактериальный барьер в организме. Лизоцим как бы раздевает болезнетворные бактерии догола и выгоняет их прочь.

Не каждый может воспользоваться хреном. Он противопоказан при гастрите с повышенной кислотностью, язве желудка и двенадцатиперстной кишки. В лечебных целях он не подходит при колитах. Его надо полностью исключить при воспалительных заболеваниях почек. Не дружит с хреном поджелудочная железа. При больших дозах употребления хрена может развиваться гастроэнтерит. Употребление в качестве мочегонного допустимо, но его необходимо исключить при отёках почечной патологии.

Большие дозы могут вызвать ожог слизистой оболочки рта, желудка, кишечника.

304. ХУРМА ОБЫКНОВЕННАЯ

Поздней осенью у нас, в средней полосе, на прилавках овощных магазинов и рынков появляются привозимые с юга эти сочные, сладкие, слегка вяжущие рот желтовато-оранжевые плоды. Многие используют их не только в охотку, как лакомство, но и в лечебных целях. Плоды хурмы являются хорошим витаминным средством, регулируют работу желудочно-кишечного тракта, оказывают общеукрепляющее действие при тяжёлых изнурительных болезнях. Из каротина под влиянием ферментов печени образуется витамин, способствующий росту и развитию организма (вот почему хурму так любят дети), повышающий сопротивляемость организма к инфекциям.

Плоды хурмы используются при катарах верхних дыхательных путей, бронхитах. Сок из хурмы применяют при тиреотоксикозе. Его консервируют, добавляя к четырём частям сока одну часть чистого спирта.

* * *

Недозрелая хурма может вызвать чувство жжения и боль в желудке из-за большого содержания танинообразных веществ. Особенно нежелательна она при эрозивных гастритах, язвенной болезни желудка, подавляет секрецию и моторную функцию желудка. Противопоказана хурма при возрастных запорах и геморрое, при сахарном диабете. После хурмы нельзя пить холодную воду и молоко.

305. ЦИКОРИЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ

Почти во всех странах существовало поверье, что корень цикория может сделать человека невидимым. На чём это основано — объяснить трудно. Ещё верили в то, что если 25 июля выкопать корень и привязать его к посоху, то он защитит от ножа и пули в самом трудном пути.

Каких только верований не существовало вокруг этого красивого растения. В одном из старинных лечебников о нём говорится: корень может служить могущественным средством от порчи, но собирать его нужно с соответственными церемониями: в день рождения Иоанна Крестителя, до восхода солнца, стоя на коленях, прикоснуться к корню золотом и серебром, а потом и мечом Иуды Маккавея с клятвами, заклинаниями вырвать из земли.

Сложно в наше время достать меч Иуды Маккавея (наверное, его нет даже в Историческом музее). Поэтому копают осенью по-крестьянски, вилами да лопатами. Между прочим, Россия до первой мировой войны вывозила за границу до 400 пудов сухого

целебного корня. Центром производства была Ярославская губерния.

Цикорий известен нам прежде всего как заменитель кофе. Кстати, если каждое утро натощак выпивать чашку цикория с мёдом и лимоном — у вас (даже при расположенности к ней) не будет развиваться гипертония.

В народе отвар корней и настой травы употребляют при упадке сил, желтухе и гепатите, желчно-каменной болезни, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при аллергии, экземе, фурункулёзе, увеличении селезёнки, нефрите и других заболеваниях почек, недержании мочи. Настой из цветов успокаивает центральную нервную систему, усиливает деятельность сердца, замедляет его ритм.

Свежий настой травы и отвар корней понижает уровень сахара в крови и представляет собой природное, почти нетоксичное средство — очень перспективное в терапии сахарного диабета лёгкой и средней тяжести.

Кроме того, цикорий проявляет тиреостатическое действие, благотворно влияя на щитовидную железу.

Я давно заметил, что цикорий не любит выступать в одиночку, ему подавай хоть небольшую, но компанию. В ней он может оказаться даже заводилой, усиливая действие лекарства.

А один... тоже придёт на помощь при необходимости, особенно при заболеваниях печени, желудка, селезёнки.

ЦИРРОЗ И ДРУГИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПЕЧЕНИ. Измельчить все растение: корень, стебель, листья. 2 столовые ложки залить 0,5 л кипятка, на слабом огне ещё покипятить 15 минут, после чего снять с огня, добавить в отвар 2 столовые ложки мёда и 1 чайную ложку фруктового уксуса. Отвар принимать горячим.

ТУБЕРКУЛЁЗ. 2 столовые ложки корней на поллитра кипятка. Настоять до остывания. Упорное лечение рубцует инфильтраты, препятствует их возникновению.

ЭКЗЕМА. Готовить из расчёта 2 чайные ложки травы на 1 стакан кипятка. Настаивать 15-20 минут. Отжатую траву прикладывать к поражённым местам, пока пятна не исчезнут, оставив после себя небольшое общее красное пятно. Распаренная трава подходит и для компрессов при **ТРОФИЧЕСКОЙ ЯЗВЕ** — компресс ставят на ночь.

ОПУХОЛЬ СЕЛЕЗЁНКИ, ЦИРРОЗ ПЕЧЕНИ, ЖЕЛТУХА, БОЛИ В ЖЕЛУДКЕ. Все растение целиком измельчить, взять 40 г на 1 л холодной воды, довести до кипения, на слабом огне кипятить 15 минут, 1 час настоять, процедить. Принимать по полстакана 2-3 раза в день за полчаса до еды.

* * *

Серьёзных противопоказаний к цикорию не выявлено. Побочными проявлениями могут быть возбуждение и сильный кашель, а также излишний аппетит, что необходимо учесть при полноте и ожирении.

306. ЧАЙНЫЙ КУСТ

Редко кто из нас обходится без ежедневного чаепития, настолько популярен и вошёл в наш быт этот вкусный и полезный напиток. Каждый устанавливает для себя свою собственную дозировку: кто-то ограничивается слабеньким настоем, а некоторые любят заварку покрепче.

Для чая характерно обилие фитонцидов, в их состав входит более тридцати летучих альдегидов, а содержанием белков и питательной ценностью чайный лист не уступает бобовым культурам.

В чае обнаружено 17 аминокислот, из них наиболее ценной является глютаминовая кислота. Чай содержит макроэлементы: железо, фосфор, магний, калий, кальций, марганец и микроэлементы: медь, йод, фтор, золото. Есть много витаминов и пантотеновая кислота.

Танин чая после обработки окисляется и теряет горький вкус, приобретая приятную терпкость. Танин и кахетины чая обладают свойствами витамина Р.

В чае содержится до 4% кофеина — этого хватило бы, чтобы почти каждый из нас, пьющий чай, непременно отравился бы этим алкалоидом. В кофе кофеина входит меньше, зато от него мы чувствуем при излишке учащённое сердцебиение, другие неприятные сосудистые нарушения. Почему так? — спросите вы. Дело в том, что в чае кофеин постоянно находится в связанном состоянии с танином, и в организм поступает совместно с теобромином и теофиллином, поэтому кофеин чая всасывается медленно и быстро выводится из организма.

Установлено, что калорийность чая в 25 раз выше, чем у хлеба (если исходить из расчёта сухой массы). Чай обладает тонизирующим, стимулирующим действием на центральную нервную систему, усиливает процессы возбуждения в коре головного мозга, повышает умственную и физическую работоспособность. Напрасны споры: какой чай лучше — чёрный или зелёный? Оба в одинаковой степени полезны, но в лечебном отношении выполняют разные функции. Например, если для гипертоников зелёный чай является полезным, то для гипотоников, наоборот, нежелательным.

Зелёный чай положительно влияет на функциональное состояние коры надпочечников. Чёрный чай в определённых дозах повышает тонус сосудов, укрепляет капилляры благодаря большому содержанию витаминов В, Р, РР.

За последние годы появляются сообщения об эффективности содержащихся в чае некоторых флавоноидов и катехинов, в том числе мирицитрина, кверцетина и рутина при некоторых видах опухолей. Учёные Японии и других стран установили, что чай, особенно зелёный, обладает определённым противолучевым действием, снижая вредное влияние радиоактивных веществ на организм.

Чай благоприятно действует на функцию почек и мочевыводящих путей. Аскорбиновая кислота, железо и микроэлементы чая являются стимуляторами кроветворения. Чай полезен при таких заболеваниях, как гепатит, ревматический эндокардит, нефрит, а также при некоторых кожных заболеваниях.

* * *

А между тем имеются и противопоказания. Оба чая, как зелёный, так и чёрный, вредны при гипертериозе — повышенной функции щитовидной железы.

Зелёный чай противопоказан при гастрите с повышенной кислотностью, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

Неумеренный приём чая, особенно зелёного, вызывает тяжёлые нарушения сна, истощение организма, сердцебиение, дрожание рук и ряд других отрицательных реакций. Зелёный чай, особенно его высшие сорта, абсолютно противопоказаны при гипотонии.

307. ЧАСТУХА ПОДОРОЖНИКОВАЯ



С этим растением познакомил меня Авиценна. В его «Каноне» впервые прочитал об этом загадочном растении, потому что прежде с ним не встречался. Стал искать в справочниках — нигде о нём ни слова. Пересмотрел книги всех наших знаменитостей, пишущих о травах — то ли не хотят писать о частухе, то ли сами не знают. Лишь случайно наткнулся в определителе растений нашей республики на короткое описание — и дело сдвинулось с места. Растёт у воды (или прямо в воде на мелком месте), цветущий стебель прямостоячий, трёхгранный, безлистный — только белые цветки наверху, с тремя лепестками. А листья в прикорневой розетке с длинными черешками, с сильными продольными жилками. Очень похожи на листья подорожника. Корень съедобный.

Впрочем растение в свежем виде ядовитое, но после высушивания ядовитость исчезает. Применяется при хроническом нефрите, отёках почечного происхождения, водянке. Иногда частуху используют при геморрое. Но для меня самым важным было то, что сказал Авиценна: «она помогает от камней в почках и дробит их». При почечно-каменной болезни много трав, но они, обладая сильным мочегонным действием, попросту гонят их. А если камень крупнее мочевого протока и застрянет в нём? Тогда операции не миновать. А частуха подорожниковая, прежде чем выгнать их из клубенчиков, в порошок превратит.

Вот это мне и требовалось. У одной молодой дамы, преподающей в престижном институте, почки были нафаршированы камнями, как украинская колбаса салом. И каких только камней не было: оксалатные, фосфатные, уратные, даже коралловидные. Поэтому и лекарство требовалось надёжное. И я поверил Авиценне. Рецепта нигде нет, но я составил по наитию самое простонародное: 1 столовая ложка травы на стакан кипятка, настоять 2 часа и принимать по четверти стакана 4 раза в день. И вскоре песок пошёл. Изредка боли бывали — царапнет песочек паренхиму, но в первые две-три недели выходило до нескольких чайных ложек песка. Потом стало меньше и меньше, и сам песок был уже почти неразличим, скорее напоминал муть. Скоро только сказка сказывается. А у нас на лечение ушло более полугода, да и то два маленьких камешка продолжали упорствовать, забившись где-то в почти недоступной глубине. Позже и с ними справились.

Вспомнив про этот случай, я решил включить в книгу хоть несколько благодарных слов частухе подорожниковой.

* * *

Химический состав растения не изучен, но о некоторых противопоказаниях могу сказать. Нежелательно назначать частуху при острых почечных заболеваниях, гломерулонефрите, панкреатите, сахарном диабете. Не рекомендуется кормящим матерям — резко уменьшает лактацию.

308. ЧЕМЕРИЦА ЛОБЕЛЯ

Имеется ещё несколько видов чемериц, из них ещё аналогично используются чемерица белая и чемерица чёрная. Все эти растения очень ядовитые.

Чемерица обычно применяется наружно в виде спиртовых растираний при ревматических болях, невралгии, миозитах, радикулите. Настойку используют при педикулёзе — против вшей. Отвар корней губительно действует на кровяную двуустку, на чесоточного клеща. В народе чемерицей лечат лишай и экземы, настаивая корень на сливках в горячей духовке.

Внутрь чемерица из-за высокой токсичности не назначается. Достаточно принять более одного грамма, чтобы вызвать отравление и смерть. И тем не менее в гомеопатии чемерица высоко ценится и широко применяется при параличах, дрожании рук, невралгии и эпилепсии, частых обмороках, а также при исхудании, быстрой утомляемости, общей слабости, крапивнице, меланхолии, ипохондрии, сильной раздражительности, приливах крови к голове, шуме в ушах, зубной боли, слюнотечении, громкой отрыжке, болях в животе, метеоризме, холере, геморрое, коклюше, бронхиальной астме, болезнях сердца — разумеется, в предельно допустимых микродозах.

* * *

Главное противопоказание к применению чемерицы — любые попытки самолечения. Особенно после того, как из рук в руки стали кочевать рецепты лечения некоторых онкологических заболеваний, спринцеваний при раке матки. Первые признаки отравления чемерицей: чувство жжения во рту, рвота, сильная потливость, кишечные колики, затруднённое дыхание, падение пульса. Может наступить остановка сердца.

309. ЧЕРЕДА ТРЁХРАЗДЕЛЬНАЯ

Если бы растения можно было, как и людей, разделить на сословия, то череда считалась бы самым обычным простонародьем — настолько она вездесуща, доступна, душа распахнута, щедра — бери сколько хочешь. Вроде бы одна из древнейших лекарственных трав, но так и осталась на века золотушной травой. Даже Авиценна и Амирдовлат ни строчки не уделили ей.

Правда, в России популярность череды была довольно большой, заготавливали её в 29 губерниях, но сырьё использовалось в прошлые века только внутри страны, так как на Западе череда не считалась лекарственным растением.

В царской России золотуха была довольно распространённым заболеванием, и в «Самоучителе сельского лечения» (1866) говорилось: «Чередой пользуются для лечения золотухи не только простой народ, но к ней прибегают очень многие из высшего сословия, соединяя её нередко для большего действия с травами Иван-да-Марьей, мати-мачехой и корнями лопушными и сарсапарельным. Обыкновенно на стакан кипячёной воды берут этого сбора или одной череды две добрых щепоти, настаивают: бедные — в махоточке или горшочке на лёгком огне, а богатые — в чайнике на самоваре; по прошествии 1/4 часа сливают жидкость и дают пить её с мёдом или сахаром утром и вечером по чайной чашке или по стакану».

Нередко комбинировались приёмы отваров череды внутрь с обмыванием им же

участков тела, поражённых золотухой, — напоминает «Самоучитель...».

Спрос на череду не снизился и сейчас, напротив, возрос, особенно в странах Запада. Ведь что такое золотуха? Грубо говоря, не что иное, как аллергия. Одно из самых модных сейчас заболеваний.

В последнее время заинтересовались чередой японцы, а вместе с ними и китайцы, корейцы.

В народе используют череду прежде всего при нарушении обмена веществ, всевозможных кожных заболеваниях, подагре, артрите, болезнях печени и селезёнки, различных нарушениях пищеварения. Чай из череды пьют после еды при авитаминозе, язвенных колитах. Опытные целители готовят из неё лекарство от черепных травм, от сотрясения мозга.

В книге «Одолень-травы» я уделил череде много внимания с полезными рекомендациями, вплоть до лечения псориаза. Повторять это не хотелось бы. Но о противопоказаниях там не было ни слова.

* * *

Сложилось мнение о полной безвредности череды, разумеется, при полном соблюдении предельно допустимых доз. И всё же длительное, неумеренное применение череды может привести к обратным результатам, особенно в детской практике — к повышению нервной возбудимости и раздражительности, к нарушению стула, падению артериального давления, сильной слабости. При перенасыщении организма, особенно у детей, я встречался с полной непереносимостью настоев и отваров череды. Нельзя забывать, что это ядовитое растение, и когда ребёнку заваривают 2-3 ложки травы на стакан кипятка, у меня сердце сжимается от жалости к нему (ведь даже 1 столовая ложка для него — это пятикратное превышение разумной лечебной дозы, если принимать внутрь).

310. ЧЕРЁМУХА ОБЫКНОВЕННАЯ



Королевой весны называют эту душистую белоснежную цветущую красавицу. Она

соперничает с сиренью, очень часто опережая её в цветении. В прежние времена, когда я часто выбирался на весеннюю ловлю рыбы, место для отдыха непременно выбирал под роскошным, только что расцветшим деревом черёмухи. А неподалёку, на такой же цветущей красавице, неистово щёлкал соловей.

Да, от запаха черёмухи слегка кружится голова. Это даёт знать о себе притаившаяся в фитонцидах синильная кислота. В неповреждённых листьях она связана в виде гликозида амигдалина. Но попробуйте-ка повредить-таки листья! Если под колпак с измельчёнными листьями черёмухи поместить крысу или мышь, они минут через десять гибнут от ядовитых летучих испарений. Синильная кислота в виде амигдалина присутствует во всех частях черёмухи, не только в листьях и цветах, но и в плодах, особенно в косточках.

Сейчас мало кто знает, что лет двести назад черёмуху повсеместно начали уничтожать. Оговорили её злые языки. Пошла молва, что она приманивает к себе злых духов, а вместе с ними моль, тлю. Она исчезла из парков, из помещичьих усадеб, из палисадников возле деревенских изб. Рубили её и в лесу, особенно поблизости от мест летних покосов. Лишь с годами, с большим трудом её реабилитировали наиболее просвещённые люди и народные целители.

У черёмухи берут на приготовление лекарств не только цветы и плоды, но и листья, кору. Отвар плодов пьют при поносах, гастритах, с успехом применяют наружно при грибковых поражениях кожи. Настоем плодов женщины спринцуются при трихомонадных кольпитах, белях. Настой цветков пьют при заболеваниях поджелудочной железы, лёгких формах диабета, промывают настоем больные глаза. Отвар коры принимают чайными ложками при лихорадке, простуде, кашле, цистите. Знахари издавна успешно лечили черёмухой подагру, ревматизм, туберкулёз лёгких. До сих пор одним из лучших лечений фурункулёза и гнойных ран являются примочки из цветов черёмухи. Настой из черёмухи одно из радикальнейших средств лечения кариеса зубов. Большое содержание витаминов Е, Р, С способствует лечению импотенции, а разведённый настой плодов для спринцевания — лечению хронического кольпита и белей (этот способ опробован столетиями). Жаль, сейчас редко используют это средство.

ХРОНИЧЕСКИЙ КОЛЬПИТ, БЕЛИ. 1 столовую ложку цветов или плодов заварить в термосе 2 стаканами кипятка. Выдержать 6-10 часов. Применять 3-4 раза в день для спринцевания.

ПОЛИАРТРИТ. 5 г коры черёмухи на 1 стакан воды, довести до кипения и варить 15 минут, настоять полчаса. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

РАК ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ. В эмалированную или стеклянную посуду положить 2 столовые ложки сухих цветов черёмухи и 2 столовые ложки сушёной коры с молодых веток. Залить 3 стаканами кипятка, настоять, укутав, 6-8 часов до цвета тёмного вина, процедить, сырьё отжать. Хранить в прохладном месте не более 2 суток. Пить в тёплом виде как чай по полстакана 3 раза в день за полчаса до еды.

* * *

Не надо забывать, что в плодах содержится амигдалин, который, разлагаясь в пищеварительных органах, образует синильную кислоту — злоупотребление может вызвать сильное отравление. Не лишним будет напомнить, что черёмуха противопоказана при запорах, геморрое, трещинах в прямой кишке, Все препараты черёмухи противопоказаны при беременности.

311. ЧЕРНИКА



На Руси чернику называли «молодильной ягодой». Считали, что она омолаживает организм. Наши предки знали целебную силу черники. Применяли при камнях в почках, при подагре, ревматизме, нарушении обмена веществ. При острых и хронических нарушениях пищеварения с поносами, потерей веса, аппетита, при колитах и энтероколитах с бродильными и гнилостными процессами в кишечнике в первую очередь обращались к чернике.

В ягодах и листьях обнаружено немало полезных веществ. Листьями лечат некоторые формы сахарного диабета, пиелонефрит и другие заболевания почек. Сироп из ягод дают при дисбактериозе. Черника благотворно влияет на зрение, особенно при большой нагрузке на глаза.

Эти вещества, благотворно действующие на зрение, пока полностью не расшифрованы, но их действие подтверждено. Во время второй мировой войны английским лётчикам ежедневно включали в паек черничный джем. Черника включена в обязательное меню космонавтов.

Черника содержит много марганца, меди, бора, титана, хрома, много каротина. Помимо каротина в чернике также обнаружены витамины С, Р и группы В. Особенно высоко в ней содержание витамина В — рибофлавина (возможно, с этим витамином связано улучшение зрения). В чернике содержатся лимонная, яблочная, янтарная и хинная кислоты, тростниковый сахар, много пектиновых веществ. У черники есть специфические особенности: она содержит много дубильных веществ и гликозиды. Их сочетанию приписывают способность снижать сахар в крови. В связи с этим ягоды и отвар листьев черники, собранных в июле-августе (в листьях содержатся все те же вещества, что и в ягодах), рекомендуются для лечения некоторых форм сахарного диабета. Цельный и разбавленный водой сок может оказывать бактерицидное действие, в том числе на дизентерийную палочку и возбудителей брюшного тифа.

В чернике обнаружен оксикумарин, обладающий способностью понижать свёртываемость крови, а это не даёт образовываться тромбам и способствует их рассасыванию, к тому же препятствует возникновению инсультов и инфарктов.

В народе готовят сироп из ягод, полезный при остром и хроническом заболевании тонкого и толстого кишечника, при гнилостном брожении (урчании, вздутии, метеоризме, дисбактериозе) в кишках. Компрессы или отвар из листьев (для клизмы) хорошее средство

для лечения геморроя. Лучшего средства не придумать в лечении поноса, особенно у детей и стариков.

Листья черники содержат арбутин, ими лечат болезни почек, пиелонефрит.

Французская народная медицина, а в настоящее время и классическая, применяют чернику для лечения и предупреждения опухолей во внутренних органах человека.

Женщины использовали ягоду для остановки маточных кровотечений (обильный мензос или при климаксе).

Я применял листья черники при остром лейкозе в комплексе с другими травами: 1 столовую ложку на стакан кипятка, настоять 2-3 часа, пить по трети стакана с одной из индивидуально приготовленных настоек. (Здесь я не имею возможности дать полный расклад комплексов, которые менялись каждый месяц и содержали совершенно разные компоненты.)

Но можно воспользоваться и отдельным рецептом, который тоже принесёт пользу.

БЕЛОКРОВИЕ. 6 столовых ложек листьев черники залить 1 л кипятка, настоять 2-3 часа, процедить. Пить по 5-6 стаканов в день с равными промежутками времени в течение месяца. Перерыв на 10 дней, затем повторить. Допускается и при медикаментозном лечении.

РАК ЖЕЛУДКА. 2 столовые ложки листьев залить полным стаканом кипятка, настоять 3-4 часа, процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день до еды.

МЕНОРРАГИЯ (аномально сильное кровотечение во время менструации). 1 столовую ложку листьев залить стаканом кипятка, парить на водяной бане 15 минут, настоять 1 час. Процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день до еды.

ГИПЕРТОНИЯ. 4 чайные ложки ягод залить стаканом воды комнатной температуры, настоять 8 часов (лучше ставить на ночь). Выпить дробными порциями в течение дня.

КОНЬЮНКТИВИТ. Съедать ежедневно по 1 столовой ложке свежих или сухих ягод черники.

ЭКЗЕМА. Из свежих ягод приготовить густой отвар и, не процеживая, толстым слоем накладывать на поражённые места и обвязать марлей. Таким же отваром обрабатывают сыпи, прыщи, некротические язвы и обожжённые места.

* * *

К сожалению, не все могут пользоваться черникой безнаказанно. Нельзя употреблять её при гастрите с повышенной кислотностью.

Противопоказана черника при низкой свёртываемости крови. Само собой разумеется, не принесёт черника пользы при атонических запорах, вялой перистальтике кишечника.

Особенную осторожность необходимо проявить аллергикам. Мне приходилось наблюдать, как съеденные двести горстки ягод вызвали одновременно у двух женщин сильнейшую аллергическую реакцию, с болезненными кожными высыпаниями и отёками. Обе промучились несколько дней, хотя и были предприняты все противоаллергические меры (тавегил, димедрол). Что интересно, на красные, сильно зудящие кожные пятна единственным успокаивающим средством оказалась спиртовая настойка скорлупок кедровых орехов — они оказались спасательными.

312. ЧЕРНОГОЛОВКА ОБЫКНОВЕННАЯ



Черноголовку часто можно встретить на лугах, открытых лесных полянах, вблизи рек и озёр, даже у дорог. Используется она не только в индийской, тибетской и китайской медицине, но и во многих других странах. Не пренебрегает ею и гомеопатия.

В народной медицине отвар травы с большой пользой пьют при дифтерии, туберкулёзе горла, ангине, при воспалении верхних дыхательных путей, этим же отваром полощут горло при гипертиреозе, а внутрь принимают при узловом зобе.

В некоторых случаях настой травы бывает эффективным при эпилепсии. Кроме того, настой травы принимают при сахарном диабете, желудочных болях, гастроэнтерите, дизентерии, различных кровотечениях, болезнях сердца, гинекологических заболеваниях. Растение обладает сильной антигрибковой активностью. Назначают Черноголовку и при раковых опухолях.

Вдумайтесь во весь этот перечень. Кто-то, вероятно, пробежит глазами мельком по этим строчкам, не задумываясь — это, мол, меня не касается, моих «болячек», к счастью, тут нет. А ведь за каждым словом стоит болезнь, порою очень серьёзная. И тогда, может быть, вы увидите меня или другого травника, сидящего на корточках и растение — маленькое, хрупкое, несколько мелких листочков и тёмно-красный цветок, прикрытый сверху фиолетовой шапочкой. Срежешь несколько растений и через несколько шагов снова опускаешься на корточки. И так целый день, пока не наберёшь сколько успеется — много всё равно не получится. На лечение одного человека несколько дней надо пособирать. Да и собираешь не всюду, где придётся, а в своих заранее облюбованных местах.

Здесь я хотел бы коснуться одной любопытной стороны. Однажды застрял я на пару недель в знаменитом курорте «Янган-тау». Помогал начмеду с открытием фитобара. А заодно собирал в окрестностях травы. И вот в одном месте, подальше от территории курорта, там, где десятки лет назад, до открытия курорта, копали себе ямы и лечились «дикари», я увидел в одной ямке и на её гребне Черноголовку, да такую пышную, что она в четыре-пять раз превышала обычные растения. Ещё походил поблизости и всю собрал. В одном месте даже почувствовал идущее из горы тепло — будто не вся она ещё сгорела. Высушил Черноголовку. А когда применил её в лечении — она оказалась в несколько раз сильнее обычной партии Черноголовки. И теперь стараюсь при случае брать её там.

РАК РАЗЛИЧНОЙ ЛОКАЛИЗАЦИИ. Измельчить растение, 1 чайную ложку залить стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в

день до еды.

ТУБЕРКУЛЁЗ КОЖИ, ГИПЕРТИРЕОЗ, ГИПЕРТОНΙΑ, ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕНСКИХ ПОЛОВЫХ ОРГАНОВ, ЭКССУДАТИВНЫЙ ДИАТЕЗ, РЕВМАТИЧЕСКИЙ ПОЛИАРТРИТ. Так же 1 чайную ложку травы залить стаканом кипятка, настоять 2 часа. Принимать по 1 столовой ложке 3— 4 раза в день до еды.

АНГИНА, СТОМАТИТ. Такой же настой использовать для полосканий. Помогает хорошо и быстро.

Удивляться тут нечему. Растение всё-таки ядовитое (но не страшней других слабо ядовитых трав). Видимо, обладает большой биологической силой. А химический состав пока известен, образно говоря, на уровне начальной школы.

* * *

При пользовании Черноголовкой необходимо учитывать, что её препараты могут ухудшить состояние больного с низким кровяным давлением или страдающего длительными запорами. Противопоказана Черноголовка при повышенной свёртываемости крови, тромбозах, тромбозах. Не рекомендуется применять при беременности.

313. ЧЕСНОК ПОСЕВНОЙ

По одной из самых древних легенд, его появление возникло после того, как с небес был свергнут Сатана. Когда он, изгнанный из рая, впервые ступил на землю, то на месте левой ноги вырос чеснок, а правой — лук. И у того и у другого вкус и запах приятным не назовёшь, поэтому Адам с Евой не сразу восприняли ценность божественного дара — не Сатана же произвёл их на свет.

В Древней Греции и Риме чеснок применялся при жертвоприношениях богам. Пифагор называл чеснок «королём всех пряностей». Обожествляли чеснок египтяне — они настолько превозносили это растение, что простым смертным его было запрещено употреблять. В Индии маленькому ребёнку на шею надевали ладанку с чесноком. Авиценна считал, что чеснок «лечит все болезни, а старости говорит „подожди“». А причудам природы остаётся только удивляться: ведь элегантный тюльпан, благоухающая лилия и чеснок — представители одного семейства — лилейных.

И тем не менее при всей незавидной внешности и далёкому от благоухания запаху чеснок занимает едва ли не первое место в растительной домашней аптеке. За ним не надо бегать в аптеку, тем более ездить в дали дальние — его найдёшь в доме у любой хозяйки. Издавна чеснок считается одним из лучших антисептиков. Это первое домашнее средство при заболеваниях простудой, гриппом, вирусной инфекцией. Вдыхание его паров помогает при кашле, ангине, быстро излечивает насморк. Чесноком лечат бронхиты, бронхиальную астму, бронхоэктатическую болезнь, абсцесс лёгкого, атеросклероз, ряд желудочнокишечных болезней, ревматизм, кожные болезни, предраковые и раковые опухоли различной локализации. Кашицу из чеснока в смеси с мёдом используют при варикозном расширении вен, облитерирующем эндартериите.

Чеснок популярен во всех странах. В Китае им лечат, как и у нас, болезни органов дыхания, пищеварения, кровообращения, ревматизм, авитаминоз, кожные болезни и нарушения менструального цикла. В Европе — туберкулёз и дизентерию. В Японии свежим и малосольным чесноком лечат рак, он является необходимой составной частью всех противораковых лечебных мероприятий. А в России настойка чеснока на водке применялась для лечения почек и мочевого пузыря, дробления (выведения) камней из этих органов.

Не сомневаюсь, в каждой семье имеются записанные на всякий случай рецепты с применением чеснока. Поэтому я коснусь лишь нескольких советов, которые никому не помешают.

ДИСБАКТЕРИОЗ. Среднюю головку чеснока очистить, растолочь, залить полученную

кашицу 1 стаканом нерафинированного подсолнечного масла и убрать на сутки на нижнюю полку холодильника. Потом принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за полчаса до еды. Перед употреблением в ложку масла влить 1 столовую ложку сока лимона. Курс — от 1 до 3 месяцев. Перерыв 1 месяц. При необходимости повторить. Помимо всего это снимает спазмы сосудов мозга, сердечной мышцы, одышку, благоприятно действует при атеросклерозе.

ЛЯМБЛИОЗ. Смешать поровну кашицу чеснока и хрена. Четверть стакана смеси залить 0,5 литра водки и настоять 10 дней, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 2-3 раза в день за 20 минут до еды, запивая водой.

БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА. Смешать 100 г кашицы чеснока и 100 г кашицы хрена, добавить 150 г сливочного масла и 600 г мёда, разогреть на водяной бане, тщательно помешивая. Хранить в холодильнике под плотной крышкой. Принимать по 1 столовой ложке за 1 час до еды. Курс лечения 2 месяца. Месяц перерыв, затем повторить до полного выздоровления.

ВАРИКОЗНОЕ РАСШИРЕНИЕ ВЕН, ОБЛИТЕРИРУЮЩИЙ ЭНДАРТЕРИИТ, ИШЕМИЯ СЕРДЦА. Смешать в равных частях по весу кашицу чеснока и мёд, плотно закрыть и настоять в тёмном месте неделю, периодически помешивая. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за 40 минут до еды в течение 1-2 месяцев.

* * *

За всей этой несомненной полезностью частенько забывают про вредоносные стороны чеснока. Забывают, что свежий чеснок противопоказан при воспалении поджелудочной железы — панкреатите.

Противопоказан чеснок при таких заболеваниях почек, как нефриты и нефрозы.

От лечения чесноком поневоле откажешься при гастрите с повышенной кислотностью, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, если не хочешь заполучить обострение болезни.

Чеснок непременно нанесёт вред и при обострении геморроя. Противопоказан чеснок при эпилепсии, беременности. Не показаны препараты чеснока при избыточном весе, ожирении.

Ходит по рукам и нет-нет да промелькнёт в печати рецепт чесночной спиртовой настойки, якобы найденный в каком-то древнем тибетском монастыре, принимаемый по капельной схеме для очистки сосудов при атеросклерозе, ишемии и при множестве других болезней. До поры до времени я не воспринимал его всерьёз, но теперь отношусь крайне настороженно. Мне известно несколько конкретных случаев, когда такое лечение заканчивалось обширным инфарктом миокарда с летальными исходами. Возможно, это была цепь роковых случайностей. Ушли из жизни люди, которые без этой настойки, на мой взгляд, вполне благополучно могли бы жить и дальше, ни у одного из них не было серьёзных предпосылок, они пили эти капли ради профилактики, чтобы чувствовать себя ещё здоровее, чтобы обезопасить себя на будущее, но, видимо, имелись какие-то противопоказания, а какие — это осталось для меня загадкой.

Да, великий Авиценна говорил, что «чеснок лечит все болезни». Однако и он обнаруживал противопоказания к нему. Здесь уместно вспомнить его же слова о том, что «чеснок ослабляет зрение». Или тоже ошибался?..

314. ЧИСТЕЦ ЛЕСНОЙ



Для меня это растение всегда казалось несколько загадочным. Может быть потому, что в народе его прозвали змеиной травой. Но змей возле него я никогда не видел. А возможно, чем-то напоминало змеиную голову высовывающееся из общей массы травы малинового цвета длинное соцветие. Лишь когда подойдёшь поближе, потрогаешь мягкие листья со своеобразным, не очень приятным запахом, видишь безошибочно — чистец лесной.

Он загадочен ещё потому, что редко встретишь его описание, его обходят вниманием, химический состав мало изучен, а у травников почему-то почти не встретишь.

Очень давно, когда я лечил саркому у одного молодого человека, с пользой я применял его наружно на примочки — чаще всего больной просил именно эту траву и только на него она уходила. Опухоль на его правом плече была размером с футбольный мяч. Чистец снимал боль, и он мог спокойно спать. Больше года длилось лечение, однако спасти больного не удалось. Его сестра с суеверным ужасом рассказывала, что после смерти брата опухоль вдруг сама собой отвалилась, а на теле не было никаких-либо следов от неё (больной жил в Нефтеюганске, я сам этого видеть не мог). Упорно говорили о наведённой на смерть порче, предположительно даже называли человека, сделавшего это, но я знал, что в четвёртой стадии такая болезнь не лечится, и лишь старался облегчить больному существование.

Зато чистец лесной сослужил добрую службу как родовспомогательное средство. Если пить его настой накануне родов, они протекают безболезненно, без патологии, без кровотечений, идеально очищаются от последа родовые пути. К слову, такое свойство чистеца лесного подтверждают сами медики, отмечая, что экстракт травы благоприятно действует на течение послеродового периода у женщин, даже при патологии. Поэтому препараты чистеца лесного рекомендованы в акушерско-гинекологической практике в послеродовом периоде — при атонии матки и маточных кровотечениях. Установлено, что препараты чистеца обладают маточным действием, подобно препаратам спорыньи, повышают тонус матки и усиливают её сокращения, но действие чистеца несколько слабее спорыньи и близко по эффекту к алкалоиду сферофизину.

Кроме того, стоит отметить, что спиртовой и спиртоводный экстракты травы чистеца оказывают седативное действие на центральную нервную систему, снижают артериальное давление.

В народной медицине настой травы употребляют при нарушении менструального цикла, истерии, обмороках, эпилепсии и различных кожных заболеваниях.

* * *

Чистец лесной относится к ядовитым растениям. Дозировка здесь не просто строгая, а практически одна и та же при разных заболеваниях.

НЕРЕГУЛЯРНЫЕ МЕНСТРУАЦИИ, ПЛОХОЕ КРОВООБРАЩЕНИЕ, «МОЗГОВОЙ УДАР», ИСТЕРИЯ, ОБМОРОКИ, ЭПИЛЕПСИЯ. 1 чайную ложку травы залить 2 стаканами кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

ГРУДНИЦА, ВОСПАЛЕНИЕ РАЗЛИЧНЫХ ЖЕЛЕЗ, РАНЫ, ЯЗВЫ. К ранам и язвам прикладывают измельчённую траву, а в виде припарок используют для «размягчения» желез и грудицы.

ОПУХОЛЬ ГРУДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ. На ночь ежедневно прикладывают компресс из тёплого настоя (настоя: 1 столовая ложка на стакан кипятка). Делать, пока опухоль не рассосётся. В летнее время используется свежая трава. Менять повязку 1 раз в день.

РОДЫ. За несколько дней до начала родов начать принимать настой травы чистеца лесного. Я давал такой рецепт: 1 чайную ложку травы без вороха, без горки залить стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день (в редких случаях до 1/5 стакана на приём). После родов продолжить приём настоя опять-таки индивидуально: неполную чайную ложку травы на стакан кипятка и пить по 1 столовой ложке 3 раза в день, если всё идёт благополучно, а в сложных случаях, если продолжаются кровотечения или сложности с последом — дозу увеличить до 15 стакана 2-4 раза в день.

* * *

Главное требование: соблюдать дозировки.

По способности снижать артериальное давление чистец лесной превосходит пустырник, его нельзя назначать при гипотонии. Чистец противопоказан при беременности, исключая лишь самые последние дни доношивания плода. (Такие же противопоказания имеют родственные растения — чистец болотный, чистец прямой.)

315. ЧИСТОТЕЛ БОЛЬШОЙ

Насчитывается более двухсот заболеваний, при которых чистотел способен помочь организму. Перечислить их здесь нет возможности, да и нет необходимости — в каждой семье найдутся рецепты по его применению, а в случае чего сведения можно почерпнуть в любом лечебнике. Целый подвиг совершила Лидия Костикова, собрав все сведения в книжке «Лечение чистотелом» (СДС, Санкт-Петербург, 2000). Читатель найдёт там разделы по лечению онкологических заболеваний, болезней печени, желудка, кишечника, почек и мочевого пузыря, кожных заболеваний, вплоть до псориаза, красной волчанки, туберкулёза кожи, гангрены, а также женских заболеваний от миомы, фибромы, кистозных образований, мастопатии вплоть до рака матки — не переписывать же мне все это, хотя некоторые мои рецепты соприкасаются с её рекомендациями.

Судя по специальной литературе, данные об эффективности применения чистотела для лечения рака внутренних органов сомнительны. По некоторым авторитетным мнениям, улучшение состояния раковых больных объясняется наркотическим и анестезирующими свойствами чистотела, хотя и не отрицается, что чистотел, если и не вылечивает, то во всяком случае задерживает рост опухоли. Иные считают, что чистотелом можно лечить рак, но только если он протекает без метастазирования.

При лечении женских заболеваний (рака матки) некоторые целители убеждены, что чередование тампонов с чистотелом и чесноком вылечивает злокачественные заболевания.

Мне трудно быть арбитром в этих спорах, потому что отдельными препаратами лечение я не провожу. И при излечении того же рака матки, а было их несколько десятков

случаев, я не могу отдать предпочтение отдельно какой-либо траве и даже нескольким травам, так как невозможно бывает определить, сыграл ли решающую роль марьин корень, ярутка полевая, или основную ношу на себя взяли яды — болиголов, борец синий или борец высокий, а может быть и мухомор. А разве скинешь со счёта противоопухолевый бальзам или индивидуально подобранный сбор из 7-9 трав для спринцеваний, а может точку над «и» поставили тампоны с тем или иным травяным маслом? Поэтому я всегда даю односложный ответ: лечит комплекс.

Что касается чистотела, то я нисколько не сомневаюсь в его противоопухолевых способностях. Иметь такой богатейший химический состав — и оставаться в стороне от сложных задач? Ведь одних алкалоидов в нём более двадцати. Из них алкалоиды холидин, гомохелидонин и метаксиге-лидонин представляют собой митозные яды, способные задерживать рост опухолей. А во всей сумме химического состава чистотел обладает противовоспалительным, ранозаживляющим, противозудным, болеутоляющим, противогистаминным, мочегонным, желчегонным, противосудорожным и прижигающим действием. Они задерживают рост злокачественных опухолей, обладают фунгистатическим и бактериостатическим свойством по отношению к туберкулёзной микробактерии, существенно снижают и предупреждают развитие некоторых грибковых заболеваний, обладают антивирусным, противомикробным и инсектицидным действием.

Из своей практики приведу такой пример. Немолодая женщина, врач-гинеколог, вырастила у себя в мочевом пузыре целый огород полипов (это мы шутили так, хотя обстоятельство вовсе нешуточное).

ПОЛИПОЗ МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ. Назначение было такое: 1 чайную ложку сухой майской травы чистотела залить стаканом кипятка, закрыть крышкой и настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1/4 стакана 3-4 раза в день, капая из пипетки в каждую порцию по 20 капель законсервированного сока чистотела. Сок готовил тоже из майской, только начинающей цвести травы и смешивал пополам с водкой. Провели два четырехнедельных курса с перерывом на месяц. Обследование показало: мочевой пузырь чист. Через четыре месяца курс повторили — уже профилактически, с применением живокости полевой, грушанки, леспедезы, борца синего (за год до этого я лечил у неё рак мочевого пузыря и профилактические курсы хотя бы раз в полгода были необходимы). За эти последние два года больше никаких жалоб не было.

* * *

Чистотел относится к ядовитым растениям, но при соблюдении всех правил общения с ним достигаются только положительные результаты. Разумеется, необходима точная, индивидуально выверенная дозировка.

Большие дозы и длительное применение могут дать побочные проявления: головокружение, тяжесть в голове и в желудке, жажду, даже обморок, галлюцинации. Лечение чистотелом необходимо прекратить или перейти на минимальные дозы. А если продолжать применять в чрезмерных количествах — наступит угнетение дыхательного центра, падение пульса, потеря сознания, не исключается и смерть.

Чистотел снижает давление и самостоятельно не назначается при гипотонии. Не рекомендуют его отвары и настойки при брадикардии.

Длительное (по полгода и больше) применение препаратов чистотела, пусть даже в малых дозах, может вызвать дисбактериоз кишечника, а при наличии дисбактериоза он вообще противопоказан.

Если наблюдается сильный заброс желчи в желудок, лечение чистотелом необходимо прекратить.

Особую осторожность надо проявить при использовании ванн с применением отвара чистотела при кожных заболеваниях, а в детской практике лучше и вовсе отменить такие лечебные ванны, заменив их чередой, короставником и другими менее токсичными травами

при некоторых сопутствующих заболеваниях. Специалистами отмечено, что чистотел в галеновых формах противопоказан для наружного применения лицам, страдающим эпилепсией, бронхиальной астмой, стенокардией, а также рядом неврологических заболеваний.

316. ШАЛФЕЙ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Название травы происходит от древнегреческих слов: солнце, здоровье, благополучие. «Священной травой» называли шалфей Гиппократ, Диоскорид и другие древнегреческие медики. И поныне листья шалфея официальные во многих странах мира.

Традиционно шалфей используют для полоскания при остром течении ангины, хроническом тонзиллите, стоматите, гингивите, афтозных поражениях полости рта.

Кроме того, настой листьев шалфея принимают при желудочных заболеваниях, холецистите, гепатите, лёгких формах сахарного диабета, гипотиреозе, дрожательном параличе, туберкулёзе лёгких, хронических бронхитах, суставном ревматизме, межпозвоночном остеохондрозе. Ванны с шалфеем полезны при экземах, псориазе, кожных сыпях. Шалфей улучшает память, чистит кровеносные сосуды.

Шалфей — хранилище фитогормонов. Роль их до сих пор недостаточно изучена. Известно, что они выполняют роль катализаторов и подобны человеческим гормонам, похожих на эстрогены (женские половые гормоны). Вот почему женщинам после 35 лет полезно проводить курс омолаживания — три раза в год по месяцу регулярно пить по утрам стакан настоя: 1 чайная ложка шалфея на стакан кипятка. Настаивать до охлаждения. Пить медленно, за 30-40 минут до еды. Для вкуса можно добавлять мёд или лимон. В Древнем Египте после опустошительных войн или эпидемий, женщин в обязательном порядке заставляли пить заваренный шалфей и приправлять им пищу — для того, чтобы увеличить население. Жрецы раздавали траву бесплатно. Особенно тщательно следили за выполнением этих условий молодыми женщинами.

Ничего удивительного или мистического в этом нет. Настой семян шалфея способствует зачатию, помогает как мужчинам, так и женщинам. В отличие от других растений, помогающих зачатию, шалфей повышает у женщин «присасывающий» рефлекс шейки матки.

Настой готовится так: 1 чайную ложку семян заливают стаканом кипятка. Не процеживать. Держать в холодильнике, чтобы не прокис. Пить по 1 десертной ложке 2 раза в день — утром натощак и перед сном в течение 11 дней сразу после прекращения менструации. Курс лечения — 3 месяца. Если не наступит желанная беременность, то сделать на два месяца перерыв и повторить лечение. Результат обязательно будет. А нет — значит надо лечить воспаление труб и яичников.

Надеюсь, кто-то с благодарностью воспримет и следующие советы.

ПРОДЛЕНИЕ ЖИЗНИ. (Особенно полезно в пожилом возрасте.) 100 г цветков шалфея, 800 мл водки и 400 мл воды. Настаивать 40 дней на солнце в закрытом стеклянном сосуде. Принимать по 1 столовой ложке пополам с водой утром натощак. Годность настойки 1 год. Тонизирует и стимулирует нервную систему, кроме того, шалфей содержит природные антиоксиданты. Примечание: шалфей растёт на юге — в Крыму, Краснодарском крае, на Кавказе, на Украине, в Молдавии — можно насчёт цветков или настойки договориться с родственниками или знакомыми, либо выписать по почте.

ПЛОХАЯ ПАМЯТЬ. Листья истолочь в порошок. Принимать по щепотке 3 раза в день, запивая водой.

ПАРКИНСОНИЗМ, РАССЕЯННЫЙ СКЛЕРОЗ. 2 чайные ложки шалфея залить 2 стаканами кипятка, томить в тепле 2-3 часа. Дважды процедить. Суточная доза: выпить дробными порциями не более половины стакана за 1 раз. Или принимать по 1 десертной ложке 3-4 раза в день — индивидуально. В отдельных случаях полезны шалфейные ванны до 5-7 процедур.

317. ШАЛФЕЙ ДИКИЙ, ЛУГОВОЙ

Растёт у нас всюду на лугах. Собирать в начале цветения. Не стану описывать его, но он тоже содержит антоцианы, стероиды, органические кислоты, эфирные масла.

Будет полезнее, если расскажу о его применении.

НЕВРОЗ СЕРДЦА, НЕВРАСТЕНИЯ. 2 чайные ложки высушенных листьев залить 2 стаканами кипятка, настоять 1 час. Пить по полстакана 2-4 раза в день в тёплом виде.

МОЛОЧНИЦА. 1 полную столовую ложку на 200 мл кипятка. Настоять полчаса. 3 части настоя смешать с 1 частью столового уксуса. Делать примочки.

СНИЖЕНИЕ СЛУХА. Горсть листьев залить горячей водой, довести до кипения. Когда закипит, держать над паром то одно, то другое ухо. Низко не наклоняться, чтобы не обжечься. Делать 1-2 раза в день до улучшения.

ТУБЕРКУЛЁЗ ЛИМФАТИЧЕСКИХ УЗЛОВ. 2 столовые ложки листьев залить стаканом кипятка, сначала настоять 5 минут, потом прокипятить 2 минуты. После остывания процедить. В шалфей через месяц можно будет добавлять Melissa, мяту, зверобой, смородину, шиповник. Внутрь принимать по 1-2 столовые ложки, остальной отвар использовать на примочки.

* * *

Шалфей — я сейчас говорю о лекарственном — при всей своей очевидной пользе не лишён и побочных проявлений.

Его следует исключить из лечебных средств при пониженной функции щитовидной железы.

Шалфей противопоказан при острых воспалениях почек — нефритах, пиелонефритах, гломерулонефрите.

Нельзя принимать настой шалфея при сильном кашле, иначе он только усилит его.

Плохо переносится шалфей при гипотонии. Нежелательно пользоваться им свыше трёх месяцев подряд (необходимы перерывы).

Шалфей противопоказан при беременности. В целях предосторожности не назначают его препараты кормящим матерям, так как он резко уменьшает количество молока.

Противопоказан шалфей при аменорее — длительной задержке менструаций.

Всё это относится и к шалфею луговому.

318. ШИПОВНИК КОРИЧНЫЙ



По преданию, Сатана, будучи свергнут Богом с неба, задумал вновь подняться туда. Для этого он избрал шиповник, чьи прямые стволы с шипами могли служить ему как бы лестницей. Но Господь угадал его мысли и согнул стволы шиповника. И вот с тех пор шипы стали не прямыми, а изогнуты книзу и цепляются за всё, что до них дотрагивается.

Так что цену шиповнику знали ещё в библейские времена. Только позже, значительно позже, появились и больные люди, для которых «своборина» — так называли славяне шиповник в те незапамятные времена, сделался едва ли не панацеей от множества недугов.

В средневековой России плоды шиповника выдавались по особому разрешению только знатым лицам. За его цветками и плодами снаряжались специальные экспедиции в оренбургские степи. Русские лекари первыми стали употреблять пасту из шиповника для лечения ран. Крестьяне и обитатели монастырей несли трудовую повинность, собирая и отдавая в казну цветы и плоды.

Ценила плоды шиповника тибетская медицина. Его назначали при туберкулёзе лёгких, ревматизме, атеросклерозе, неврастении, заболевании почек, печени, желудка, при инфекциях, ожогах, новообразованиях.

Авиценна писал: «Шиповник хорош для печени и для желудка, наращивает мясо в застарелых язвах, рассасывает опухоли, успокаивает головную боль и боли в глазах».

За последние годы у меня прибавилось кое-что новое в использовании шиповника. Желающие могут воспользоваться.

Когда-то я писал, как растворять корнями шиповника камни в жёлчном пузыре, почках. Прекрасные результаты даёт и другой народный способ.

ПОЧЕЧНО-КАМЕННАЯ, ЖЕЛЧНО-КАМЕННАЯ, МОЧЕКАМЕННАЯ, КАМНИ В ПРОСТАТЕ И ДРУГИХ ОРГАНАХ. Безболезненно дробит и выводит камни из почек, мочевого и желчного пузыря кожица ягод. Желательно побольше засушить их на зиму. Делается это так: плоды разрезать пополам, удалить семена и волоски. Высушить на открытом воздухе, защищая от солнца, дождя и насекомых. 3 столовые ложки залить стаканом кипятка, настоять. Пить в течение двух недель дробными порциями. На третью — дозу уменьшить наполовину и выпить глотками за день в 4-5 приёмов. Так можно дробить и довольно легко выводить камни. Курс лечения 3 недели, следует проводить его каждый сезон. (Можно пить и по стакану 3 раза в день — всё зависит от того, много ли вы накопили камней.)

НЕДОМОГАНИЕ. Земские врачи лечили многие заболевания таким ликёром из шиповника. Измельчить 2 стакана плодов, смешать с 3 стаканами сахара и залить 3 стаканами воды. На 5 дней поставить на солнце, затем добавить 2 стакана водки и ещё настоять 5 дней, но уже в тёмном, прохладном месте. Процедить, хорошо отжать ягоды. Принимать по 1 столовой ложке через 20-30 минут после еды, 2 раза в день. Очень хорошо действует при начале любого заболевания, когда организм сигнализирует об этом общим недомоганием. Так удаётся избежать многих серьёзных заболеваний.

ОПУХШИЕ СУСТАВЫ. 5 полных столовых ложек цветов шиповника залить 0,5 л столового уксуса. Сначала настоять сутки, затем довести до кипения и варить 5 минут. Состав готов. Несколько дней смазывать суставы, и опухоль сойдёт (только вряд ли вылечит — дальше потребуются другие средства).

ГИПОТОНИЯ (особенно при низком давлении у беременных и кормящих женщин). 100 г плодов растереть в порошок и залить 0,5 л водки. Настоять 1 неделю. Принимать по 20-25 капель 3 раза в день до еды.

ГНОЙНЫЙ ОТИТ. Заварить немного крепкого чая из цветов шиповника, смешать с соком моркови и добавить небольшое количество сливок. Вводить в ухо при гнойном воспалении.

ПРОСТАТИТ. Разрезать плоды, очистить от семян и волосков, засушить. Чай из кожицы плодов прекрасно лечит простатит. Заваривать 1 столовую ложку на стакан кипятка, настоять 30-40 минут в тепле и выпить. Плоды можно съесть.

ИСТОЩЕНИЕ, ДИСТРОФИЯ, АСТЕНИЯ, СИЛЬНАЯ СЛАБОСТЬ. Смешать 2 кофейные чашечки молотых плодов, по кофейной чашке цветков зверобоя, тысячелистника, 300 г сливочного масла, 600 г мёда. Масло и мёд предварительно растопить на водяной бане, всыпать травяные порошки, размешать. Принимать каждый час по 1-2 чайные ложки.

* * *

В наши дни шиповник стал настолько популярным, что при любых заболеваниях его рекомендуют всем без исключения, не задумываясь над тем, что он из хорошего друга может перейти в стан недругов.

Чрезмерное увлечение шиповником небезопасно. Он имеет противопоказания при тромбофлебитах, эндокардите — воспалении внутренней оболочки сердца, недостаточности кровообращения, а также при кожных заболеваниях.

Не рекомендуется шиповник при гастритах с высокой кислотностью. Имеются сведения, что длительное применение настоя ягод может привести к застойным явлениям в печени и к гепатиту.

Настой ягод разрушает эмаль зубов, всякий раз после него надо хорошенько прополоскать рот.

Спиртовой настой ягод повышает давление (а водный настой снижает). Отвар корней уменьшает отделение желчи, может вызвать запоры, противопоказан при гипертонии.

Сироп шиповника вызывает вздутие и урчание в животе, тогда его надо сочетать с укропом, петрушкой или сельдереем.

319. ЩАВЕЛЬ КИСЛЫЙ

С древних времён щавель входил в число уважаемых лекарственных растений. Это одно из 77 лекарственных растений, которые описаны в знаменитой медико-ботанической поэме Одо из Мена «О свойствах трав».

Гален и Диоскорид прописывали отвар корневищ щавеля при дизентерии, при несварении пищи, а также при кровотечениях как кровоостанавливающее средство. В эпоху средневековья щавель считали лекарством, способным уберечь человека от чумы. Щавель широко использовали в арабской, тибетской и китайской традиционной медицине.

И трудно поверить в то, что в некоторых странах, в том числе и в России, люди долгое время не решались есть щавель, считая его сорной травой. Известный немецкий путешественник Адам Олезарий, побывавший в Москве в 1633 году, рассказывал, как москвичи потешались над иностранцами, поедавшими «зелёную траву». Русские едва ли не самые последние из европейцев преодолели неприятие «сорняка». Зато на Руси теперь даже в святцах есть в мае день «Марья — зелёные щи», когда хозяйки готовят суп из молодой кислятки.

Французы считают, что есть у них два национальных овоща: морковь и шавель. Сто лет назад только одному Парижу потребовалось двадцать тысяч тонн шавеля. Для болгар тоже весна не весна без шавеля, там его считают лучшей начинкой для пирогов.

Щавель шёл не только в щи и начинки для пирогов. Наши земские врачи с его помощью умели лечить туберкулёз лёгких, облегчали страдания людей при ревматизме.

Щавель богат флавоноидами, липидами, белками, минеральными солями, органическими кислотами (яблочная, щавелевая, лимонная), каротином, витаминами В, В, С, К, РР. Взаимодействие этих веществ и даёт лечебный эффект, ведь его препараты обладают вяжущим, кровоостанавливающим, диуретическим, антиаллергическим, противогрибковым, желчегонным, антитоксическим, противогрибковым и обезболивающим действием. Щавель улучшает пищеварение, уменьшает гнилостное брожение в кишечнике.

Щавель улучшает работу печени и образование желчи, улучшает деятельность кишечника. Отвар листьев используют как противоядие при некоторых отравлениях, а отвар корней используют при кровавых поносах, при болях в пояснице и ревматизме. Щавель показан при колитах, энтероколитах, заболеваниях желудочнокишечного тракта, геморрое, трещинах заднего прохода.

Щавель — одно из лучших средств при климаксе, как у мужчин, так и у женщин. Авиценна считал, что основное предназначение щавеля — это устранить неприятные проявления климакса, надо только систематически употреблять его, тогда он проходит быстрее и легче. Женщине отвар следует пить 7 дней в месяц перед менструацией (тогда она будет безболезненной, без нервного напряжения, выделения не обильны, сон крепок, нервы в покое). Заваривают 1 столовую ложку сухих листьев в стакане кипятка, настаивают 1 час, пьют по трети стакана 3 раза в день за полчаса до еды. Щавель полезен и от бесплодия. Рецепт так же прост: 1 столовую ложку щавеля залить стаканом кипятка, на малом огне прокипятить 1 минуту, настоять до охлаждения. Пить по трети стакана 3 раза в день за полчаса до еды. Если к настою щавеля добавить спорыш и мумие, эффект от лечения наступит быстрее.

Щавель нежелательно варить — при этом, как считают специалисты, и образуется вредная для организма неорганическая щавелевая кислота.

* * *

Щавель не рекомендуют употреблять в большом количестве и в течение длительного времени из-за высокого содержания щавелевой кислоты, способной вызвать нарушение минерального обмена в организме и функции почек — почечно-каменная болезнь, подагра.

Щавель противопоказан при беременности, воспалительных заболеваниях почек, гастрите с повышенной кислотностью, язве желудка и двенадцатиперстной кишки. Щавель затрудняет усвоение кальция и может способствовать развитию остёопороза.

320. ЩАВЕЛЬ КОНСКИЙ

В лечебных целях он применяется значительно чаще, чем родственный ему кислый щавель. И химическое содержание у них заметно отличается.

Корни конского щавеля применяются при заболеваниях печени, при дизентерии, лёгочных и маточных кровотечениях, для облегчения стула, при геморрое и трещинах

заднего прохода, наружно при ожогах, ранах, стоматитах, гингивитах, различных кожных заболеваниях.

В Германии, например, отвар корня применяется ещё при раздражении зева, гортани, катаре верхних дыхательных путей, при кашле, насморке, фронтите, головной боли (в виде растираний свежим соком).

Так же, как и кислый, конский щавель способствует образованию оксалатных почечных камней. В этих случаях необходимо сочетание с кислым молоком, кефиром или сметаной. Суть в том, что молочные продукты содержат в себе много кальция. Связываясь в кишечнике с щавелевой кислотой, кальций образует труднорастворимые, трудновсасываемые соединения (оксалаты). Желательным считается приём яблочного уксуса, лимонного сока, которые способствуют выведению оксалатов.

Для меня конский щавель представляет интерес как противоопухолевое средство.

РАК МАТКИ. 2 столовые ложки корней щавеля залить 2 стаканами кипятка, держать в закрытой посуде на слабом огне 15 минут, настоять 4 часа, процедить. Использовать на одну процедуру спринцевания. Желательно провести не менее 12 таких процедур.

Применение конского щавеля только наружное (в данном случае), поэтому конкретных противопоказаний здесь нет.

321. ЭЛЕУТЕРОКОКК КОЛЮЧИЙ

В мамином саду (своего тогда не было) посадил я маленький кустик элеутерококка, подаренный мне художником Алексеем Кузнецовым. Давно нет в живых ни мамы, ни Алексея, а куст потихоньку поднялся в небольшое колючее деревце. На лечебные настойки, по правилам, нужны корни, а я не смею тронуть «чёртов куст», как прозвала его моя сестра, не раз поранившаяся колючками. Всё-таки память о двух близких людях. И другая сторона имеется — а окажется ли целебным это дальневосточное растение, неведомо какими путями выросшее на чужой для него земле? Вот и пользуюсь тем, что удаётся приобрести на стороне.

Пришедший на смену дефицитному женьшеню, он не только заменяет этот легендарный корень, но по некоторым параметрам и превосходит его. Например, хотя бы при лучевой болезни.

Ценится элеутерококк при лечении онкологических заболеваний. Во всяком случае он неизменным компонентом входит в комплекс, разработанный дальневосточным целителем М. В. Голюком. Его тоже, к сожалению, нет в живых, а метод живёт и кому-то приносит пользу.

Настойку из элеутерококка я готовлю сам — аптечным, не в обиду будет сказано, не доверяю. Обычно я заливаю 5-6 столовых ложек корней 0,5 л водки и настаиваю не меньше месяца. Назначения разные — от 30 капель до 1 чайной ложки 3 раза в день — обязательно в комплексе и с перерывами.

Элеутерококк считаю одним из лучших антиоксидантных средств при использовании медициной циклофосфана, тиофосфамида, сарколизина и ряда других цитостатиков (несколько не уменьшая их лечебного действия).

Элеутерококком лечат истощение нервной системы с пониженной работоспособностью и переутомлением, неврастению, психастению, бессонницу, раздражительность, ангиоспазмы, аритмию и гипотонию функционального характера, начальные формы атеросклероза и лёгкие формы сахарного диабета.

По мнению некоторых специалистов, препараты из листьев элеутерококка действеннее, чем из корней. Также готовят настойку: 50 г высушенных листьев на 0,5 л водки, настаивать не менее 15 дней в тёмном месте. Приём по 20-40 капель 3 раза в день. Курс лечения 25— 30 дней, потом необходим перерыв.

Элеутерококк имеет серьёзные противопоказания, в этих случаях лучше его не применять.

Элеутерококк противопоказан при инфаркте миокарда.

Его противопоказания относятся к гипертонии, когда даже однократный приём может вызвать подскок на десяток делений.

Противопоказан элеутерококк при особых состояниях психического возбуждения, вегетативно-сосудистой дистонии, дисциркуляторных пароксизмах.

Противопоказан элеутерококк при острых инфекционных заболеваниях. При инфекционном энцефалите (личные наблюдения) ухудшалось состояние больных и наблюдалась полная непереносимость элеутерококка.

Нельзя принимать настойку корней элеутерококка в жаркое время летом.

322. ЭФЕДРА ДВУХКОЛОСКОВАЯ — КУЗЬМИЧЕВА ТРАВА

Очень подробные сведения об этой удивительной траве я дал в книге «Одолень-трава» с подробными рецептами, какие в другой литературе не встречаются. Это довольно-таки большой раздел и нет смысла переписывать его здесь (ведь «Растения — твои друзья и недруги» я рассматриваю как продолжение той первой книги). Я могу лишь напомнить, что кузьмичева трава — одно из самых лучших народных средств при остром ревматизме, артрите, полиартрите, подагре.

Эфедра двухколосковая — препарат антиаминоксидного действия, повышающий тонус симпатической нервной системы, артериальное давление, увеличивающий просвет бронхов (я включаю его иногда в противоастматические сборы), несколько повышающий содержание сахара в крови).

Кузьмичева трава используется также при сенной лихорадке, аллергических дерматозах, эмфиземе лёгких, при отравлении наркотическими веществами, при носовых кровотечениях и как сосудосуживающее при ринитах, фарингитах.

БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА. Траву измельчить. 1 столовую ложку травы залить стаканом крутого кипятка, закрыть крышкой и настоять 1 час. Принимать по 2 столовые ложки 3-4 раза в день вне зависимости от еды.

ГИПОТОНИЯ. 1 чайную ложку измельчённой травы заварить 2 стаканами кипятка, закрыть крышкой и настоять 15 минут. Пить как чай по полстакана 2-3 раза в день.

ДЕРМАТОЗЫ (зудящие). 1 столовую ложку травы залить 2 стаканами воды, довести до кипения, кипятить 5 минут, настоять полчаса, процедить. Использовать для смазываний и обмываний зудящих участков кожи.

* * *

Эфедра двухколосковая имеет такие противопоказания. Нельзя ею пользоваться:

- ? при атеросклерозе,
- ? кардиосклерозе,
- ? при гипертонии,
- ? при инфаркте миокарда,
- ? тахикардии,
- ? при повышенной возбудимости,
- ? бессоннице,
- ? базедовой болезни,
- ? диабете.

323. ЯРУТКА ПОЛЕВАЯ



Как и многие другие сорные растения, этот обитатель полей и огородов имеет большую целебную силу. Как и у многих таких сорняковых растений, химический состав мало изучен. Известно лишь, что растение сейчас интенсивно изучается в Монголии как антисклеротическое средство.

Используется все растение целиком, но чаще всего на лечебные цели идут лепешочки-семена. В китайской медицине семена рекомендуют при воспалении глаз, гипертонической болезни, атеросклерозе, миокардите, запоре и сахарном диабете. Отечественная народная медицина применяет ярутку при скарлатине, при воспалении яичников и раке матки, а также гастритах с повышенной кислотностью. Отвар травы действует abortивно. Настой листьев или порошок из них возбуждают половые функции при импотенции и бесплодии. В старину ярутку использовали при лечении гонореи и сифилиса. А сейчас настой травы идёт при кашле, бронхитах, стенокардии, желтухе, отёках, как потогонное средство при простуде, отвар травы пьют при шуме в ушах и головной боли. Заживляющее и противомикробное свойство травы используется при гноящихся порезах и язвах.

Забавный был случай. У знакомых на садовом участке после тёплых июньских дождей пышным ковром поднялась ярутка. Под ней на грядках не видно ни свёклы, ни моркови. А у меня сердце радостно забилось. Как заправский садовод взялся я за прополку и собрал за несколько часов три десятка внушительных пучков «сорняка». Уж как знакомые были благодарны за наведённую чистоту, а я на всю зиму обеспечил себя необходимым лекарством. Ярутку я несколько раз успешно применял при раке матки и яичников, да и для лечения некоторых других женских заболеваний. Я давно убедился в том, что по действию она намного превосходит пастушью сумку.

РАК МАТКИ, ЯИЧНИКОВ. Измельчить траву вместе с высохшими цветками, стручками и семенами. 2 столовые ложки залить 1 стаканом кипятка, закрыть крышкой и настоять 4 часа. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день, предпочтительно до еды. Более концентрированный настой сделать для спринцевания — 5-6 столовых ложек травы на 0,5 л кипятка.

БЕСПЛОДИЕ, ИМПОТЕНЦИЯ. Полторы столовой ложки высушенной травы (с цветками, семенами) залить стаканом кипятка, закрыть крышкой и настоять 4 часа, процедить. Принимать по 2 чайные ложки 5-6 раз в день (через каждые 3-4 часа).

ШУМ В ГОЛОВЕ, ГОЛОВНЫЕ БОЛИ. 1 столовую ложку сухой травы залить стаканом

сырой воды, довести до кипения и варить 4-5 минут на слабом огне. Настоять 2 часа. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день.

СТЕНОКАРДИЯ. 1 чайную ложку одних только семян залить стаканом холодной воды, довести до кипения, варить на слабом огне 5 минут, затем настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

* * *

Листья ярутки съедобны, иногда их кладут в салат. Надо только знать, что ярутка снижает давление и длительное лечение её препаратами может ухудшить состояние гипотоника. Нежелательно пользоваться ею при атонических запорах. Ярутка противопоказана при беременности.

324. ЯСЕНЕЦ БЕЛЫЙ

Башкирская природа продолжает преподносить сюрпризы. Никогда бы я не подумал, что встречу ясенец белый у нас, на Урале. Его родина Кавказ, он и получил название «кавказский», хотя как заносное растение он иногда попадает в Прикарпатье и Калининградской области. А тут на тебе — всего в полусотне километров от Уфы я вижу его крупные цветки с синевато-розовыми лепестками, с характерными на них пурпурными жилками.

Не скажу, что мне он очень нужен, можно и без него обойтись, но всё-таки приятно иметь у себя неопалимую купину. Так прозвали ясенец за то, что если во время цветения кустарника близко поднести горящую спичку, то произойдёт моментальная вспышка, охватывающая пламенем его верхушку. Сам куст при этом не страдает.

Ясенец не просто ядовит. При сборе свежих листьев и цветков приходится надевать перчатки, избегать прикасания к открытым участкам тела, иначе можно получить сильные ожоги и заработать дерматит, длящийся до полугода. Цветки не нюхать! (От поднесённой спички вспыхивают летучие эфирные масла, выделяемые не только цветами, но и железистыми волосками всего стебля.)

В народной медицине настоем или настойки из ясенца пьют при гастритах с пониженной кислотностью, воспалении желчных путей, вызывающих желтуху, острых и хронических циститах, при почечно-каменной и мочекаменной болезнях, при истерии, меланхолии, эпилепсии, астенических состояниях, утомлении, плохом сне и как средство, тонизирующее весь организм. Водный экстракт наружно используют при радикулите, ревматизме, различных кожных болезнях и варикозном расширении вен. Семена используются при аменорее, заболеваниях женских половых органов. В китайской медицине применяют при лечении лепры — проказы.

Осенью я выкопал один небольшой кустик, чтобы настоять на водке его корень.

МИОМА, МАСТОПАТИЯ, ВОСПАЛЕНИЕ ПРИДАТКОВ, ЭРОЗИЯ ШЕЙКИ МАТКИ. Настаивается 50 г корня в 0,5 л водки в течение двух недель. Принимают в рюмке воды по 1 чайной ложке настойки 3 раза в день. После выпитого настоя перерыв на 3-4 недели, затем при необходимости курс повторить. В очень сложных случаях проводится 4 курса лечения.

БЕЛИ, ГРИБКОВЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ. 3 столовые ложки указанной настойки вливают в 0,5 л тёплой воды для спринцевания.

ИМПОТЕНЦИЯ. Напёрсток семян (около 40 штук) залить 0,5 л водки, настоять 2 недели. Пить по 1 столовой ложке 3 раза в день. Считается одним из лучших средств.

* * *

Ясенец противопоказан при беременности — действует абортивно.

325. ЯСМЕННОК ПАХУЧИЙ

Я люблю его белые весёлые звёздочки на опушке берёзовой рощи. При сборе легко срезаешь крупные четырёхгранные стебли с узкими, сидящими в мутовках, листьями. Душистый запах исходит от кумарина, которого немало в растении.

Удивительная особенность водится за ним: ясменнику пахучему приписывают свойство действовать на характер человека. Если человеку раздражительному, вспыльчивому или злобному дать выпить натошак стакан настоя растения, но при условии, чтобы он не знал, что это лекарство, то характер его быстро меняется в лучшую сторону.

Главное назначение ясменника — излечивать различные сердечные болезни и все виды водянки.

СЕРДЦЕБИЕНИЕ. Взять 10-15 сухих верхних листьев и цветков на 0,5 л слабой водки (разбавленной 2 частями воды), настоять 2 дня, пить 3 раза в день по столовой ложке. Во время лечения запрещается есть мясо, рыбу и следует совершенно избегать соли и солёных кушаний. Лечение продолжается 5 дней, перерыв на 10 дней. В это время съедать ежедневно по одной большой луковице в течение дня. После перерыва лечение продолжается ещё 10 дней. (Сам я такое лечение не испытывал и вряд ли возьмусь за него, хотя некоторые люди утверждают, что оно им очень помогло. Люди эти старше семидесяти лет.)

ВОДЯНКА. А вот к этому рецепту приходилось прибегать неоднократно при лечении онкологических больных. Надо взять 30 г сухой травы на 400 мл воды (это 3-4 столовые ложки травы). Настоять в холоде 2 дня, процедить, влить 50 мл водки. Принимать 5 раз в день по четверти стакана настоя. Если на другой день моча примет запах травы, то лечение будет удачным и быстрым. Если только в последующие дни, то продолжительным (бросать лечение не надо — другого выхода нет). Во время лечения не есть мясо, рыбу и все солёное.

НЕРВНЫЕ ПРИПАДКИ. 10 г (столовая ложка) свежей травы на 1 стакан кипятка, настоять до остывания. Принимать по 1 чайной ложке 3-4 раза в день.

ДИСМЕНОРЕЯ, ЗАБОЛЕВАНИЯ ПЕЧЕНИ И ЖЕЛТУХА, КИШЕЧНЫЕ КОЛИКИ, ВОДЯНКА, КАМНИ И ПЕСОК В МОЧЕВОМ ПУЗЫРЕ, ИСТЕРИЧЕСКИЕ ПРИПАДКИ. 2 чайные ложки травы залить 1 стаканом холодной воды, настоять 8 часов. Выпить за день.

* * *

Ясменник относится к ядовитым растениям. Иногда наблюдается аллергическая реакция на его препараты. Осторожно при лейкоцитозе. Ясменник противопоказан при беременности. Другие побочные явления не наблюдались.

326. ЯСНОТКА БЕЛАЯ-ГЛУХАЯ КРАПИВА

Название какое хорошее выбрали для растения — это и ясность, ничем не запятнанная (не какой-нибудь дурнишник или клопогон вонючий), и определение благородное — белое, цвет невинности и чистоты. А глянешь на саму траву — обыкновенная крапива Подзаборная. Разве что не жётся, хотя листья точь-в-точь такие. Да из-под листьев миролюбиво выглядывают белые цветки. Может быть, именно эта безобидность и явная благожелательность подкупили ботаников при выборе названия?

Шутки шутками, а я с детства и до сих пор люблю прижать к щеке, на зависть крапиве, мягкий, ласковый листок яснотки белой. (Кстати, существуют и другие виды ясноток: пятнистая, бородастая, пурпурная, стеблеобъемлющая.)

У яснотки белой в лечебных целях используются сама трава или сок, но чаще всего цветки. Понятно, нешуточная работа собрать достаточное количество цветков, много их требуется, но необходимость заставит потрудиться ради здоровья.

Лекарства из яснотки белой принимают внутрь при заболеваниях мочевого пузыря (спазмах мочевого пузыря, миелитах, уретритах, циститах, нефритах), при бронхитах,

пневмонии, заболеваниях селезёнки, малокровии (особенно в юношеском возрасте), болезненных менструациях, лёгочных, маточных, носовых и других кровотечениях, желтухе, малярии, бессоннице, при диатезах у детей, крапивнице, экземе, фурункулёзе, неврастении, неврозах, поносах, дизентерии.

Яснотка усиливает сокращение мускулатуры матки. Специалисты отмечают, что действие настойки травы более сильно выражено, чем настойки чистеца и препаратов спорыньи. Поэтому настойка из травы яснотки рекомендована для широкого применения в акушерскогинекологической практике.

Очень полезна яснотка белая. Цветки применяют при болезнях дыхательных путей (благодаря сапонинам и слизи), а траву при лечении диспепсии и для улучшения аппетита.

Отвар травы употребляют также для лечения золотухи, фурункулёза и других гнойничковых заболеваний кожи, принимая в виде чая без особой дозировки.

Рецепты очень просты.

ДИАТЕЗ У ДЕТЕЙ. 2-3 столовые ложки травы заливают в термосе 0,5 л кипятка. Настаивают один-два часа. Принимают внутрь в зависимости от возраста ребёнка: младенцам по 1-2 чайные ложки 3-4 раза в день. Старше двух лет — по столовой ложке также 3-4 раза в день, а после пяти лет — от четверти до половины стакана. Для наружного применения — для обмываний или ванн — дозу удваивают.

ГЛОМЕРУЛОНЕФРИТ. Заваривать из расчёта 1 столовая ложка травы на стакан кипятка, настаивать 1-2 часа, процедить. Принимать по полстакана 3-4 раза в день, предпочтительно до еды.

ИНСУЛЬТ. 3 столовые ложки травы залить 1 литром кипятка, дать ещё покипеть на малом огне 10 минут, снять с огня. Ночь настоять. Пить по полстакана 3 раза за полчаса до еды.

НЕВРАСТЕНИЯ. Отжать из травы сок и принимать по 1 столовой ложке до еды 3-4 раза в день.

ПНЕВМОНИЯ, БРОНХИТ. 1 столовую ложку сухих цветков заварить стаканом кипятка, после остывания процедить. Принимать по полстакана 3-4 раза в день, лучше через 30-40 минут после еды.

* * *

Яснотка белая не относится к ядовитым травам и небольшая передозировка ничем серьёзным не грозит. Только надо учесть, что нежелательно долго принимать яснотку при повышенной свёртываемости крови, атонических запорах, при гипотонии — яснотка более подходит при гипертонии.

Яснотка белая противопоказана при беременности.

УКАЗАТЕЛЬ БОЛЕЗНЕЙ — НОМЕРА РАСТЕНИЙ

ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Рак любой локализации — 30, 46, 47, 48, 53, 54, 81, 99, 111, 114, 115, 120, 130, 132, 136, 138, 148, 160, 166, 179, 189, 198, 199, 200, 204, 206, 217, 219, 225, 235, 254, 256, 294, 295, 300, 301, 302, 310, 312

Рак лёгких — 45, 55, 56, 68, 106, 131, 148, 302

Рак желудка — 36, 47, 51, 65, 68, 75, 88, 89, 106, 131, 182, 187, 192, 199, 203, 239, 241, 291, 293, 302, 309, 311

Рак пищевода — 68, 241

Рак кишечника — 47, 75, 120, 187, 241

Рак прямой кишки — 47, 81, 206, 241, 267

Рак поджелудочной железы — 54, 129, 194, 206
Рак щитовидной железы — 102, 103, 106, 131, 160
Рак горла — 167, 200, 300
Рак гортани — 180, 192
Рак носоглотки — 129, 180
Рак щеки, губы — 120
Рак печени — 52, 115, 203, 301, 302
Рак почки — 115, 143, 163
Рак мочевого пузыря — 95 (в тексте), 143, 163, 294
Рак молочной железы — 10, 95, 103, 113, 118, 120, 130, 131, 192, 204, 236
Рак матки — 47, 235, 241, 300, 320, 323
Рак яичников — 129, 323
Рак предстательной железы — 95 (в тексте), 210, 294
Онкологические заболевания половых органов — 143
Рак кожи — 10, 51, 106, 118, 191, 230, 235, 291
Рак языка — 235
Опухоль головного мозга — 140
Рак внутренних органов — 256, 310
Злокачественные опухоли наружные — 146, 198
Раковая язва — 191
Иноперабельный рак — 221
Саркома — 53, 60, 138, 160, 204, 241
Меланосаркома щеки — 160
Злокачественные заболевания крови — 119, 220
Белокровие — 119, 220, 311
Острый лейкоз — 51, 53, 220
Лейкемия — 75, 140, 198, 250
Лимфогранулематоз — 31, 53, 138, 267
Радиоактивное облучение — 20 (в тексте), 51
Падение лимфоцитов в крови (после лучей, химиотерапии) — 101
Злокачественная анемия — 203
Железодефицитная анемия — 7
Анемия (при онкозаболеваниях) — 1, 51, 93, 128, 162, 185, 296

СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Заболевания сердца (разные) — 1, 19, 196, 224
Сердечно-сосудистые заболевания — 80, 169, 174, 280
Ишемическая болезнь сердца — 18, 31, 122, 165, 214, 313
Инфаркт миокарда — 147, 175, 192, 200, 255
Постинфарктный кардиосклероз — 165
Атеросклероз — 1, 63, 69, 134, 165 (склероз аорты), 250
Склероз — 93, 165, 265
Кардиосклероз — 158, 265
Склероз старческий — 93
Стенокардия — 12, 22, 81, 158, 186, 192, 213, 303, 323, 235
Сердечная недостаточность — 2, 22, 76 (с отёками), 214
Порок сердца — 2
Ревмокардит — 119
Миокардит — 119
Тахикардия — 124, 125
Брадикардия — 280

Аритмия — 125, 129, 255, 277
Сильное сердцебиение — 36, 264, 325
Кардионевроз — 158, 317
Перикардит (воспаление околосердечной сумки) — 229
Сердечная астма — 119
Боли в области сердца — 30, 187, 224

ЗАБОЛЕВАНИЯ ЛЁГКИХ И ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

Туберкулёз лёгких — 5, 30, 59, 68, 69, 70, 99, 112, 120, 134, 182, 184, 201, 204, 207, 211, 241, 251, 260, 267, 270, 274, 277, 279, 281, 283, 301, 305
Бронхит — 7, 21, 41, 69, 88, 93, 101, 123, 126, 192, 195, 207, 212, 220, 224, 238, 279, 326
Плеврит — 30, 202, 301
Эмфизема лёгких — 10, 136, 186
Бронхоэктазия — 5, 126
Бронхиальная астма — 12, 34, 77, 93, 112, 128, 181, 186, 207, 220, 221, 238, 270, 279, 296, 313, 322
Астматоидный пароксизм (внезапный приступ спазмов) — 9
Пневмония — 41, 45, 57, 88, 112, 115, 128, 181, 195, 218, 224, 251, 326
Лёгочная недостаточность — 214, 215
Кровотечение, кровохарканье лёгочное — 31, 81
Удушье — 4, 49, 119, 128
Одышка у пожилых людей — 128
Абсцесс лёгких — 45
Острое респираторное заболевание — 135, 207
Грипп — 73, 166, 199, 225
Постгриппозный пароксизм спазмов, судорог — 9
Тонзиллит — 5
Трахеит — 126
Ларингит — 192, 225
Кашель — 7, 28, 87, 201, 221, 246, 271, 288
Коклюш — 271
Воспаление голосовых связок — 213
Осиплость — 21, 246, 255, 277, 303
Простуда — 221, 224
Температура — 145, 175, 201

ЗАБОЛЕВАНИЯ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ

Нервные заболевания (общее) — 49, 73, 214, 232
Атеросклероз сосудов головного мозга — 31, 165, 178, 297
Ишемия мозга — 187
Предрасположенность к инсульту, параличу — 112
Профилактика инсульта — 267
Угроза кровоизлияния в мозг — 169
«Мозговой удар» — 314
Инсульт — 9, 231, 240, 293, 326
Паралич — 167, 201, 224, 248, 264
Паралич мышц языка — 75, 254
Неврит лицевого нерва — 238
Онемение пальцев — 125
Защемление центрального нерва — 121

Головная боль — 18, 36, 86, 108, 221, 232, 264, 323
Головные боли (сильные, хронические) — 101, 112, 225
Мигрень — 12, 18, 19, 57, 73, 88, 164, 175, 196, 210, 224, 226, 248, 263, 274
Тройничный нерв — 9, 75
Невралгия тройничного нерва — 8, 10, 73, 221
Невралгия языкоглоточного или верхнего гортанного нерва — 9
Невралгические боли — 35, 267
Нейроревматизм — 118
Нейроинфекция — 99
Диэнцефальный пароксизм (внезапный приступ спазмов, судорог) — 9, 109, 187
Диэнцефальные кризы (с предастмой) — 254
Сотрясение мозга — 76, 231, 293
Внутричерепной гипертензионный синдром в детском возрасте (последствия закрытых черепно-мозговых травм, при гидроцефалии и вегетативных пароксизмах с потерей сознания эпилептоидного характера) — 108
Эпилепсия — 6, 19, 44, 49, 60, 108, 111, 151, 216, 225, 230, 235, 241, 243, 245, 262, 264, 314
Шизофрения — 80, 200, 252 (с любым клиническим синдромом)
Туберкулёз нервной системы — 38
Дистония сосудов головного мозга — 239, 280
Нейроциркуляторная дистония — 256
Астения — 187, 284, 302, 318
Миастения — 79, 299
Миопатия — 79, 280, 299
Неврастения — 287, 317, 326
Церебрастения — 187
Нервные припадки — 325
Истерия — 314, 325
Обмороки — 112, 314
Нервное напряжение — 25
Нервное истощение — 111
Невроз — 128, 221, 224
Головокружение — 224, 264
Чувство страха ходьбы по улице — 50
Признаки расстройства координации и походки — 50
Невралгия (общее) — 8, 73, 221
Защемление нерва после падения — 239
Расстройство нервной системы — 112
Стресс — 196, 222
Депрессия — 5, 28, 262
Потеря памяти — 293
Укрепление памяти — 13, 316
Шум в голове — 323
Беспокойный сон — 71
Бессонница — 224, 248, 274
Недомогание — 248, 318
Усталость — 120, 146, 294
Снижение работоспособности — 50, 292
Сильное раздражение, ухудшение памяти — 50
Нервный тик — 76, 281
Воспаление седалищного нерва — 3
Судороги — 4, 49, 76, 167, 169, 194, 263

Судороги в икроножных мышцах — 1 (в тексте), 170
Гериатрия (продление жизни) — 56, 108, 227, 316
Успокаивающие — 264, 274, 276
Болезнь Паркинсона — 34, 200, 316
Рассеянный склероз — 108, 114, 115, 280, 314

ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Заболевание желудка (общее) — 30, 221
Язва желудка и двенадцатиперстной кишки — 28, 70, 123, 143, 271, 280, 284
Гастрит с повышенной кислотностью — 8, 92, 123, 274
Гастрит с пониженной кислотностью — 61, 123, 277
Пониженная кислотность — 265
Анацидный гастрит — 88
Ахилия желудка — 61
Опущение желудка — 267
Полипы в желудке — 166, 225
Желудочные колики — 139, 274
Боли в желудке (из-за плохого пищеварения) — 112, 207, 221, 232, 263, 265, 305
Спастические боли в животе — 203, 233, 261, 267
Спазм пищевода — 9
Воспаление слизистой желудка — 213
Воспаление толстого кишечника — 18, 213
Кишечные колики — 111, 139, 325
Сильные внутренние боли — 35
Потеря аппетита — 85, 88, 264
Синдром раздражённого кишечника — 165
Туберкулёз кишечника — 95, 120
Панкреатит — 5, 38, 111, 115, 143, 164, 196, 200, 203, 210, 220, 247, 256
Колит — 88, 165, 251, 258
Язвенный колит — 284, 286
Полипы в кишечнике — 166, 256
Трещины заднего прохода — 7, 101
Выпадение прямой кишки — 103
Анус — 118
Проктит — 216
Запор (атонический, хронический) — 7, 69, 173, 257
Диарея — 232
Расстройство желудка — 49
Дизентерия — 301
Сальмонеллёз — 160
Острый энтерит — 233
Вздутие живота — 111, 116
Метеоризм — 116, 229, 264, 297
Тошнота — 25
Икота — 88, 207
Дисбактериоз — 51, 182, 293, 313
Геморрой — 18, 123, 175, 142, 206, 232, 247, 262, 264, 265, 285, 289, 291, 294, 383
Геморроидальные кровотечения — 81, 181, 201, 301
Гельминтоз — 18, 28, 57, 122, 175, 264, 297, 303
Лямблии — 134, 313
Изжога — 135

ЗАБОЛЕВАНИЯ ПЕЧЕНИ И ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ

Желтуха — 3, 49, 58, 70, 174, 201, 220, 230, 265, 305, 325
Гепатит — 30, 73, 87, 122, 135, 166, 233, 268, 280
Гепатит (острый, эпидемический) — 127
Цирроз печени — 134, 171, 256, 301, 303, 305
Болезни печени и желчного пузыря (разные) — 3, 30, 49, 77, 222, 256, 265, 256, 325
Печёночные колики — 139
Опухоль печени — 127
Закупорки в печени и жёлчном пузыре — 247
Холецистит — 19, 30, 72, 89, 230, 233, 267, 302
Желчно-каменная болезнь — 30, 130, 183, 251, 301, 318
Дискинезия желчевыводящих путей — 5, 85, 295

ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК И МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ

Воспалительные заболевания почек — 30, 49, 55, 69, 111, 121, 162, 166, 222, 224
Пиелонефрит — 65, 134, 147, 263
Нефрит — 58, 120, 121, 129, 145, 173, 200, 210, 251, 266 (острый), 297
Гломерулонефрит — 22, 299, 326
Сосудистые заболевания почек — 22
Почечные колики — 112, 201
Песок в почках — 112
Почечно-каменная болезнь — 69, 81, 106, 110, 130, 142, 191, 233, 239, 271, 301, 318
Киста на почке — 99
Почечная недостаточность — 164
Анурия (недостаточность образования мочи почками) — 236
Гидронефроз — 58
Фосфатурия (повышенная экскреция фосфатов) — 121
Цистит — 8, 58, 221, 229, 236, 247, 251, 263, 270, 300
Простудные заболевания мочевых путей — 69
Воспалительные заболевания мочевого пузыря — 30, 111, 166, 187, 210, 224
Мочевой пузырь (хроническое воспаление, белок в моче) — 245
Болезни мочевого пузыря (разные) — 224, 244, 301
Язва мочевого пузыря — 250
Мочекаменная болезнь — 69, 110, 126, 142, 173, 183, 233, 270, 277, 318, 325
Задержка мочи — 247, 277
Недержание мочи (у стариков) — 210, 222, 251
Боли при мочеиспускании — 126, 201, 210
Полипы мочевого пузыря — 315
Энурез — 256
Охлаждение поясницы и почек — 264
Мочекислый диатез — 18, 121, 297
Белок в моче — 247

ЗАБОЛЕВАНИЯ СУСТАВОВ

Болезни суставов (общее) — 165
Артрит — 8, 51, 62, 65, 70, 116, 136, 147, 167, 198, 203, 236, 257
Ревматоидный артрит — 142, 195, 279, 280, 312
Полиартрит — 51, 65, 81, 270, 300

Ревматоидный полиартрит — 65, 80, 81, 270, 310
Ревматизм — 23, 30, 35, 50, 59, 62, 78, 99, 111, 165, 167, 178, 199, 210, 212, 221, 251, 257, 277, 294
Опухшие суставы — 318
Мышечный ревматизм — 62
Мышечные боли — 110, 144
Мышечная дистрофия — 179, 301
Деформирующий артроз — 203
Астралгия, миалгия — 187
Защемление нерва после падения — 239
Подагра — 23, 35, 51, 65, 69, 81, 111, 116, 136, 144, 165, 210, 212, 257, 277, 301
Отложение солей (вывод солей из организма) — 112, 267
Остеохондроз — 8, 51, 54, 81, 203, 251, 256, 257, 270, 299
Спондилёз — 3, 299
Деформация суставов — 54
Боли в суставах — 37, 146, 167, 199, 263
Шишки на больших пальцах — 99
Переломы костей — 30, 121, 204
Костный туберкулёз — 127
Вывихи — 30, 230
Растяжение связок — 30
Шпора пяточная — 54
Сильные ушибы — 204
Ушиб копчика — 118
Боли в области малого таза — 241
Боль в области шеи — 125
Воспаление сухожилий — 13
Миозит — 4, 10
Ишиас — 3, 37, 194
Радикулит — 125, 165, 194, 226, 260
Эрготизм (гангрена пальцев, кистей, стоп и при отравлении иржанным хлебом, заражённым грибом спорыньи) — 182
Травмы — 13
Травма головы — 118
Анкилоз (неподвижность суставов) — 239

КОЖНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Заболевания кожи (общее) — 49, 121, 221, 235
Хронические заболевания кожи — 198, 220
Острое воспаление кожи — 86, 162
Экзема — 23, 65, 86, 106, 141, 143, 171, 211, 221, 279, 305, 311
Экзема мокнущая — 31, 171
Зудящая экзема — 221, 283, 305, 311
Лишай — 21, 147, 247
Красный плоский лишай — 119
Псориаз — 131, 143, 166, 167, 187, 225, 250, 266, 271
Язвы — 31, 121, 233, 314
Язва трофическая — 2, 118, 131, 201, 239, 254, 305
Фурункулёз — 23, 44, 49, 195, 198, 251
Карбункулы — 86
Нейродермит — 65, 106, 143

Нейродермит атопический — 103
Гнойные раны — 86, 121
Раны — 44, 77, 314
Гнойные опухоли — 113
Дерматит — 31, 86, 94, 131, 187
Дерматозы (зудящие) — 322
Кожный туберкулёз — 121, 213 (у детей), 312
Твёрдые воспалительные инфильтраты — 86
Рожистое воспаление кожи — 162
Рожа — 184, 251
Герпес — 9, 101, 187, 195
Опоясывающий лишай — 184, 195
Детская экзема — 103, 213
Диатез (у детей) — 130, 213, 229, 326
Туберкулёз кожи у детей — 213
Розовые угри — 106
Угревая сыпь — 23, 86, 92
Диатез — 213, 221, 228
Диатез экссудативный — 85, 203, 251, 312
Диатез геморрагический — 284
Диатез мочекислый — 18, 297
Кожное воспаление — 71
Кожная сыпь — 44, 144
Кожный зуд — 25, 31, 65
Почесуха — 64
Пиодермит — 65, 200
Синяки — 86
Импетиго — 21
Пигментные пятна — 295, 307, 418
Витилиго — 118, 146, 200
Порезы — 121
Пролежни — 167
Дерматомиозит — 200
Микоз — 106
Аллергические заболевания кожи — 143, 146
Грибковые поражения кожи — 65, 94
Буллезный дерматоз — 200
Васкулит — 146
Склеродермия — 200
Красная волчанка — 200, 291

ЗАБОЛЕВАНИЯ УХА, ГОРЛА И НОСА

Отит — 25, 303
Гнойный отит — 181, 318
Воспаление среднего уха — 220
Боли в ушах — 220, 221
Шум в ушах (у пожилых людей) — 128, 264, 297
Воспаление горла — 162
Ангина — 147, 312
Опухоль горла — 127, 162
Опухоль миндалин — 127

Воспаление миндалевидных желез — 220
Туберкулёз горла — 274
Аденоиды — 92, 118, 301
Потеря голоса — 303
Хронический насморк, гайморит — 56
Стоматит — 62, 99, 171, 312
Полипы в носу — 263
Носовое кровотечение — 31, 81, 181, 264
Язвы в носу — 14
Снижение слуха — 317
Синусит — 254

ЗАБОЛЕВАНИЯ ГЛАЗ

Бельмо — 130
Катаракта — 108, 293, 297
Глаукома — 57, 103, 164, 169, 213, 248, 266, 297
Воспаление слизистой оболочки глаз — 30
Улучшение зрения — 1, 5, 57, 131, 178, 251, 254, 265
Конъюнктивит — 10, 25, 44, 142, 169, 213, 247, 311
Аллергический конъюнктивит — 10
Макулодистрофия (дистрофия сетчатки глаза в области жёлтого пятна) — 284
Внутриглазное давление — 129
Кровоизлияние в глаз — 164
Куриная слепота — 247
Ячмень — 167, 213, 227 (в тексте)
Отеки век — 38

ДИАБЕТ

Сахарный диабет — 38, 51, 55, 91, 92, 103, 120, 122, 133, 146, 165, 167, 175, 210, 247, 251, 258, 270, 286, 294
Несахарный диабет — 194

АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ

Гипертония — 9, 22, 30, 31, 37, 50, 69, 73, 92, 99, 101, 136, 175, 178, 221, 222, 247, 251, 268, 280, 303, 311
Гипотония — 16, 125, 128, 175, 179, 262, 267, 318, 322

ЗАБОЛЕВАНИЯ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Зоб — 43, 125, 199, 215, 265
Базедова болезнь — 124, 169
Болезни щитовидной железы — 93, 106
Гипертиреоз — 57, 312
Тиреотоксикоз (с поражением сердца) — 123

АСЦИТ, ОТЕКИ

Асцит — 3, 54, 87, 112, 113, 120, 146, 148, 170, 220, 256, 288, 325
Водянка живота — 2 (в рецепте порока сердца), 112, 113, 187, 238, 264

Водянка (почечная) — 53, 58, 235, 277
Отеки ног — 173
Отеки (сердечные) — 166, 180, 229, 235
Гипергидроз кистей — 56
Отеки (недостаточность кровообращения) — 301
Отеки (разные) — 13, 55, 58, 87, 120, 151, 225, 288, 295

ЗАБОЛЕВАНИЯ ВЕН, СОСУДОВ

Тромбофлебит — 8, 125, 174, 204, 264, 267
Варикоз — 38, 125, 174, 192, 219, 274, 302, 313
Тромбоз — 13, 63
Капиллярные геморрагии — 174
Закупорка вен, набухание жил — 63
Флебит — 140
Перифлебит — 174
Расширение вен — 110, 140, 219, 302, 313
Скрофулёз — 135, 291
Облитерирующий эндартериит — 165, 280, 313
Облитерирующий эндартериит нижних конечностей — 165, 280
Атеросклероз аорты — 165
Атеросклероз сосудов нижних конечностей — 165
Воспаление различных желез — 267
Воспаление лимфатических желез — 203
Воспаление лимфоузлов — 268, 277, 317
Лимфаденит — 196
Плохое кровообращение — 314

ИНФЕКЦИОННЫЕ БОЛЕЗНИ

Ветряная оспа — 229
Корь — 86, 229
Малярия — 201
Молочница — 62, 317
Молочница у детей — 192

РАЗНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Грыжа — 103, 301
Грыжа пупочная — 134
Адиссонова болезнь, стимуляция коры надпочечников — 277
Болезнь Меньера (заболевание внутреннего уха) — 179
Болезни селезёнки (доброкачественные) — 201, 305
Обильное потение — 128
Потливость рук и ног — 56, 125, 130
Ксеростомия (постоянная сухость во рту) — 7, 10
Нарушение обмена веществ — 70, 267, 301
Ожирение — 162, 195, 229, 254
Истощение, худоба — 211
Дистрофия, сильная слабость — 316
Седина — 146
Выпадение волос — 180

Облысение — 200
Преждевременное старение — 226
Низкий иммунитет — 184, 250
Гиповитаминоз С и А — 135
Приворот — 182
Зубная боль — 160
Кровотечения — 36, 44, 87
Внутренние кровотечения — 170
Метофизм — 116
Сенная лихорадка — 164
Аллергия — 99, 119, 181, 228, 270, 302
Алкоголизм — 118, 122, 229, 234, 240
Похмелье — 303

МУЖСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Аденома предстательной железы — 10, 109, 121, 140, 143, 165, 171, 174, 204, 210, 270, 279, 280, 294
Простатит — 10, 73, 94, 120, 125, 132, 143, 177, 229, 295, 318
Импотенция — 14, 73, 163, 178, 180, 231, 238, 241, 248, 266, 286, 274, 293 (на почве алкоголизма), 323, 324
Уретрит — 58, 120, 266
Приапизм — 71
Зуд наружных половых органов — 164
Непроизвольное истечение спермы — 294
Повышение половой деятельности — 180, 287
Кальцинаты в простате — 318

ЖЕНСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Эрозия шейки матки — 129, 160, 178, 235, 289, 324
Миома матки — 5, 165, 324
Фиброма матки — 9, 140, 165
Фибромиома — 130, 141, 165, 209, 268, 280
Фиброаденома — 268
Киста на матке — 280
Язва матки — 289
Воспаление придатков матки — 45, 65, 146, 178, 184, 187, 210, 324
Сальпингит (воспаление труб) — 14, 209
Параметрит (воспаление брюшного покрова матки) — 38
Полипы матки — 112
Цервицит — 55
Атония матки — 80
Кольпит — 55, 310
Трихомонадный кольпит — 160
Бели — 14, 103, 143, 166, 180, 230, 310, 324
Воспалительные заболевания женских органов — 55, 125, 312
Мастопатия — 9, 165, 210, 268, 295, 324
Мастит — 127, 136
Грудница — 314
Опухоль грудной железы — 314
Затвердение молочных желез — 158

Фиброзно-кистозная мастопатия — 140
Нарушение менструального цикла — 177, 296
Эндометриит — 235
Болезненные нерегулярные менструации — 146, 221, 229, 230, 264, 314
Длительные болезненные менструации — 70, 130
Дисменорея (болезненные менструации) — 170, 183, 194, 270, 325
Меноррагия (слишком обильная менструация) — 19, 80, 143, 215, 265, 311
Скудные менструации — 254
Задержка менструаций — 263
Аменорея (отсутствие менструаций) — 14, 101, 175, 241
Метроррагия (сильное маточное кровотечение в менструальный период) — 42, 80, 182
Маточные кровотечения — 7, 19, 30, 69, 81, 125, 196, 201, 222, 231, 301
Климакс — 52, 128, 143, 158, 162, 177, 222, 238, 262, 264, 268, 270, 300
Климакс (с повышенным давлением) — 57
Климакс (с головными болями, приливами) — 129
Климакс (с приливами и кровотечением) — 223
Аднексит — 125, 219
Воспаление яичников — 101, 146, 251
Киста яичников — 92, 130, 209, 280
Поликистоз — 92, 209
Фиброаденоматоз молочных желез — 165
Фригидность — 163
Острый вагинит — 263
Крауроз (зуд влагалища при атрофии вульвы) — 300
Повышенная половая возбудимость (у женщин) — 302
Зуд половых органов у пожилых женщин — 65
Бесплодие (из-за склеивания маточных труб) — 143
Женское бесплодие — 166, 182, 209, 143, 238, 323
Опущение матки — 175
Боли в области малого таза — 182, 240
Токсикоз беременности — 209
Угрожающий аборт — 130
Угроза выкидыша — 203, 241
Предупреждение выкидыша — 181
Родовспомогательное — 182, 248, 314
Послеродовое очищение — 175, 241
Грибковые заболевания женских органов — 324
Дисфункция яичников — 251
Зуд наружных половых органов — 164