



ПАНАЦЕЯ

ЛИСТЬЯ,

ПОЧКИ,

ПЛОДЫ,

СЕМЕНА,

КОРА

**ЛЕЧЕНИЕ
ДЕРЕВЬЯМИ**

СЕРИЯ «ПАНАЦЕЯ»

В. Д. Казьмин

ЛЕЧЕНИЕ ДЕРЕВЬЯМИ

Листья, почки, плоды, семена, кора

Ростов-на-Дону

Феникс

2005

УДК 615.89
ББК 53.58
КТК 331
К14

Казьмин В. Д.
К14 Лечение деревьями. Листья, почки, плоды, семена, кора/В. Д. Казьмин. — Ростов-н/Д: Феникс, 2005. — 219, [1] с.: ил. — (Панацея)

ISBN 5-222-06580-4

Различные виды деревьев издавна считались хорошими лекарями множества болезней. Мы нередко высаживаем вблизи своего дома рябину, березу, липу, сирень и др., используя при необходимости от своих недугов их плоды, семена, почки, листья, кору. Их цвет, аромат, да и биоэлектрическая энергия, исходящая от зеленых насаждений, укрепляют наше здоровье, оздоравливают психику.

Целительные силы природы приходят нам на помощь и помогают излечиться от болезней, не подвергая организм побочным действиям химических препаратов.

УДК 615.89
ББК 53.58

ISBN 5-222-06580-4

© Казьмин В. Д.
© Оформление
изд-во «Феникс»

СЛОВО К МОЕМУ ПАЦИЕНТУ

Многие болезни нападают на нас из-за употребления чрезмерного количества животных жиров, сладостей, сдобы. Немало болезней возникает и из-за употребления аптечных препаратов. Желудочно-кишечный тракт, печень, поджелудочная железа и, конечно, центральная нервная система не всегда могут справиться с такой чрезмерной нагрузкой на организм. Результат — масса ненужных шлаков, загрязняющих наши органы, его клетки. Отсюда и масса «болячек».

А вот природные лекарства — травы, кустарники, деревья, в отличие от аптечной «химии», практически не обладают побочным эффектом (если, разумеется, соблюдать нужную дозировку тех или иных фитопрепаратов). Обнимешь березку — и ты уже ощущаешь прилив сил. Ведь береза, да и многие другие целебные деревья способствуют укреплению иммунитета. Или — попьешь березового сока, понюхаешь веточку сирени — смотришь, становишься более здоровым и жизнерадостным. Деревья имеют память, они умеют «думать», и эту информацию они передают людям, оздоравливая их. Давно люди используют и приготовленный из яблок уксус, который оказывает целебное действие при различных хворобах, а также березовый гриб — чагу. А бактерицидные свойства хвойных деревьев избавляют нас от вредоносных бактерий и вирусов. Но подробнее о целебных свойствах различных деревьев мы расскажем в соответствующих главах книги.

Официальная медицина сегодня все чаще начинает приветствовать народные методы лечения лекарствами живой природы. И неудивительно поэтому, что не так давно ВОЗ (Всемирная организация здравоохранения) предложила объявить XXI век «веком демедикализа-

ции медицины», ориентировать врачей на использование природных средств для профилактики и лечения. Об этом давно знали наши мудрые древние врачеватели: Гиппократ, Парацельс, Авиценна и ряд других эскулапов. «Три оружия есть у врача: слово, растение, нож», — так говорил всемирно известный средневековый врач Авиценна. И он широко в своей практике использовал растительные дары природы, в том числе и многие виды деревьев.

В Древнем Китае считали, что если, несмотря на многочисленные войны, эпидемии и тяжелые социальные условия, многомиллионный народ выжил, то этим он в значительной мере обязан своей народной традиционной медицине. Еще в I в. до н. э. появились первые труды по фитотерапии, в которых немаловажную роль играли лекарственные препараты, приготовленные на основе деревьев-лекарей; использовались для этой цели не только их плоды, но и семена, листья, кора.

Наши далекие предки были уверены, что любое лекарственное растение — это целый набор таких его компонентов, каждый из которых сам по себе оказывает целебное воздействие на тот или иной больной орган. Наши предки были уверены, что натуральное — значит безопасное.

Сегодня все больше врачей многих стран мира приветствует стремление своих народов лечиться народными средствами. Но при этом подчеркивается, что такое лечение должно проходить в союзе с врачом, ибо только он, поставив правильный диагноз и назначив соответствующее лечение официально зарегистрированными препаратами, может давать дельный совет по использованию тех или иных фитотерапевтических средств, которые усиливают действие аптечных медикаментов.

В своей книге мы постараемся более подробно осветить медицинский аспект применения тех или иных деревьев (их плодов, семян, листьев, корней), обладающих терапевтическим эффектом, причем как профилактическим, так и лечебным действием при тех или иных

заболеваниях. А показаниями к применению наших лесных или садовых деревьев являются десятки самых разнообразных недугов.

Правда, здесь следует подчеркнуть одно обстоятельство, о котором все чаще стали говорить и биологи, и практические врачи, и научные работники, в том числе в области сельского хозяйства. А говорят они о том, что наибольшей целительной силой обладают те растения, которые произрастают в среде обитания больного человека, ибо их соки, содержащие определенный набор витаминов, макро- и микроэлементов и других биологически активных соединений, сродни во многом составу соков клеток и тканей человека. И это мы в первую очередь будем иметь в виду. Разумеется, мы расскажем не только о целебных свойствах лекарств, приготовленных из плодов, семян, почек, листьев и коры деревьев-лекарей, но и о показаниях и противопоказаниях к их применению при вашей болезни.

ЧАСТЬ 1. ДЕРЕВЬЯ-ЛЕКАРИ — АЛЬТЕРНАТИВА ОФИЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНЕ

1. НАЗАД — К ПРИРОДЕ! ВРАЧЕВАТЬ В СОЮЗЕ С ПРИРОДОЙ

Мода на здоровый образ жизни растет во всех странах. Люди все больше убеждаются, что лучше болезни предупредить, чем их лечить, а если все-таки придется лечить, то делать это надо своевременно, ибо болезнь может перейти в хроническую, трудно излечимую форму.

В середине прошлого века мы довольно мало знали о болезнях и лекарствах, практически полностью полагаясь на знания врачей и следуя их предписаниям (как правило, бесплатным). Мы радовались успехам медицинской науки и открытию новых лекарственных форм, средств и методов лечения. Но в конце прошлого века картина несколько изменилась. Волей-неволей мы стали более подкованными в вопросах медицины, как теоретической, так и практической, перестали путать гайморит с геморроем и наконец узнали, что такое предменструальный синдром и что такое СХУ (синдром хронической усталости). Однако от этих ли знаний или от чего другого, но мы стали меньше доверять врачам и особенно их рекомендациям, которые ко всему прочему теперь даются по большей части за деньги. Едва ли не каждый месяц объявляемые сенсации и панацеи от болезней века, а также незтичная

реклама («излечиваем диабет», «излечиваем рак») подрывают интерес к новой лекарственной продукции, особенно к БАД (биологически активные добавки), и заставляют с подозрением относиться ко всем нововведениям. Это народное мнение стали разделять и врачи. Вот что по этому поводу говорил в свою бытность наш министр здравоохранения Ю. Шевченко: «Отношусь к рекламе лекарств негативно. 80% препаратов, которые нам навязываются, никому не нужны. В лучшем случае они безвредны. Но официальную рекламу еще можно рекламировать. А что вы сделаете с агентом в очереди в больнице, который как бы между прочим начинает рекламировать какой-то препарат или добавку. В результате люди, попадая к врачу, начинают чуть ли не силой требовать от него выписать чудо-лекарство».

По оценкам российских таможенников, до 90% ввозимых в нашу страну биологически активных добавок — контрабанда или фальшивка. «Никто не может сказать точно, что в них. И часто в капсулах БАД оказываются просто опилки...», — заявил недавно председатель Государственного таможенного комитета И. Шукашвили.

Журнал Американской медицинской ассоциации опубликовал неутешительные результаты проведенного им специального исследования. Из него явствует, что ежегодно более двух миллионов американцев страдают от побочных эффектов лекарственных аптечных препаратов. Более 100 тысяч их просто гибнут по этой причине. Вот почему в ряде стран сейчас все чаще начинает звучать призыв: «Назад — к природе!», «Врачевать в союзе с природой!»

Один известный американский ученый-натуропат сказал: «Только у человека есть своего рода «встроенный механизм», который сам заботится о своих нуждах, сам осознает, что с ним происходит, и сам помогает себе, если только мы не мешаем ему. В человеческом организме заложена сила регенерации. Иногда эта сила

блокирована или недоразвита. Самое важное, что врач может сделать для своего пациента, — это оценить, насколько тот способен включить эту силу на полную мощность... Лечение будет более эффективным... если подключить естественное стремление организма к выздоровлению...» И этому естественному стремлению организма к здоровью поможет растительный мир, в том числе и наши друзья — деревья.

Вот почему мы все чаще начинаем вспоминать старые рецепты наших бабушек и прабабушек, знахарей и ведунов, а если и покупаем лекарства, то больше обращаем внимание на альтернативные официальной медицине целебные снадобья — травы, настои и различного рода другие фитопрепараты. Такой поворот в сторону традиционных народных методов лечения свойствен не только России: каждый пятый европеец и американец регулярно используют натуральную, или альтернативную, медицину. Все больше доверия оказывается природным, растительным препаратам, которые, в отличие от синтетических, может, и не дают быстрого эффекта, но и не обладают такой высокой концентрацией химически активных веществ, а значит, и серьезными побочными действиями.

Поскольку фитопрепараты изготавливаются из целых лекарственных растений (а в нашем случае — из плодов, семян, листьев, коры деревьев) или из их частей, то в отличие от аптечной «химии» они содержат не одно-два, а несколько активно действующих на организм человека веществ, которые и дают большую эффективность по сравнению с синтетическими средствами. Однако этот более сложный состав, конечно, требует и более серьезного отношения к растительным препаратам в плане их качества и переносимости. Поэтому так важно соблюдать не только дозировку растительных снадобий, но и сроки сбора и хранения получаемых из целебной флоры лекарств, например настоев, отваров, настоек.

2. ИСТОРИЧЕСКАЯ СПРАВКА

В течение многих тысячелетий, наблюдая и познавая природу, ее растительный и животный мир, многократно экспериментируя, наши предки по крупицам накапливали знания о различных свойствах целебных продуктов, получаемых из листьев, стеблей, плодов, почек, коры, корней различных растений. Древние врачеватели хорошо знали об удивительной способности окружающей флоры излечивать многие болезни, предупреждать их развитие. Не зная, например, что цинга — болезнь, обусловленная дефицитом витамина С в организме, не зная, что именно колючие иголки хвойных деревьев содержат в большом количестве именно этот витамин, наши ведуны и знахари с большим эффектом использовали целебные свойства хвойных деревьев для излечения страдающих от цинги. Именно древние врачеватели, прежде всего славяне, рекомендовали людям высаживать вокруг своих домов рябину, ибо считалось, что это дерево хранит от бед, болезней и дурного глаза. Хорошо знали они и о том, что рябина повышает аппетит у худосочных людей, что она снимает головную боль у гипертоников, что она помогает женщинам при обильных месячных, вызывающих снижение гемоглобина в крови, что приводит к развитию малокровия (анемии). Как видим, наши древние эскулапы хорошо знали об общих целебных свойствах, о бактерицидном действии не только хвойных, но и других видов деревьев.

А возьмем, к примеру, березу. Много хорошего связано у русского человека с этой белой красавицей. Березовые веники в баньке очищают поры, тело дышать начинает. Березовые почки с незапамятных времен считаются хорошим мочегонным, желчегонным и закрепляющим средством. Весомый вклад в здоровье нашего народа внес березовый гриб чага. Известно много случаев исцеления с помощью чаги различных кожных недугов, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки и даже ряда злокачественных опухолей. Именно

с помощью чаги придворные лекари вылечили Владимира Мономаха от тяжелого недуга.

Еще в I веке до н. э. в Китае появились первые труды по фитотерапии, в которых было дано описание 1897 лекарственных растений, среди них было немало представителей различных видов деревьев. Около 400 рецептов народной медицины этой страны сохранило свое значение до настоящего времени.

Возникает резонный вопрос: а как же народные лекари действовали? Знахарь собирал определенную композицию из тех или иных растений и лечил подобранным им составом 5, 10, может, 20 и более человек. И если достигалось 60% успеха, то такое лекарство можно было внедрять в широкую практику, установив при этом как показания, так и противопоказания к той или иной болезни. При этом знахарь лечил конкретного больного с конкретным заболеванием, а это означало, что данный набор (сбор) целебных растений поможет не всем. То есть подход к лечению был индивидуальным (чего, кстати, сегодня не хватает некоторым врачам). Поэтому, прежде чем купить в аптеке тот или иной лекарственный сбор (или отдельные растительные препараты), подумайте, зачем вы это делаете. Ведь чтобы начать лечение, нужно точно знать, чем болеешь.

Давно русским народом подмечено: зайдешь в сосновый бор, и сразу хочется расправить плечи, дышать полной грудью. В березовой роще на вас буквально наплывает волна положительных эмоций. А вот в ельнике невольно опускаются руки. Почему? Да потому что у каждого дерева есть своя энергетика, свое воздействие на нашу психику. Не случайно родилась пословица: в сосняке хочется молиться, в березняке — жениться, а в ельнике — удавиться. Значит, чтобы нормально себя чувствовать, горожанин, которому так не хватает большого живого леса, должен хотя бы на короткое время прогулок попадать именно в хвойно-лиственный оазис.

Наши предки также были осведомлены о том, что даже срубленное дерево может бороться с теми или иными недугами. Так, осиновое полено, подложенное под затылок, снимает головные боли при некоторых болезнях. Это и понятно: на протяжении многих лет такое полено может передавать накопленную целебную энергию тому, кто с ним контактирует. Старые лекари хорошо знали энергетику осины. В кадушку с квашеной капустой они клали осиновое полено, чтобы сильно не закисала. Купола церкви в Древней Руси тоже делали из осины. У В. Даля в «Толковом словаре» читаем: «Коли ноги сводит или голова болит, приложи осиновое полено».

Народы, населявшие в древности территорию бывшего СССР, издавна использовали различные виды целебной флоры, в том числе древесного происхождения, веками накапливая сведения об их лечебных свойствах, и передавали эти сведения от поколения к поколению, главным образом изустно. Сбор и применение лекарственных растений, включая фруктовые культуры, осуществляли повсеместно, стараясь по мере возможности выращивать их около своих домов. Спустя годы стали выходить из печати и травники, и залейники, и другие лечебники. Лекарственное сырье научились заготавливать впрок. Были обозначены показания и противопоказания к его использованию.

А теперь процитируем выдержки из древних трудов, в которых говорится о целебных свойствах древесных культур.

Из рецептов «Салернского кодекса здоровья» (отрывки из поэмы):

Если ты вишен поешь, то получишь немалые блага:
Чистят желудок они, а ядро от камней избавляет;
Будет хорошая кровь у тебя от мякоти ягод;
И охлаждают, и слабят, и польза немалая — сливы;
Ивовый сок, если в уши он залит, червей убивает.
В уксусе если отваришь кору — сведет бородавки.
Ивовый цвет вместе с соком ее — противник зачатья.

Вот что можно прочитать в «Монастырских рецептах оздоровления»:

Порошок из сожженной скорлупы грецкого ореха помогает при трофических язвах (использовать в виде присыпки).

Орех грецкий. Листья и кору дерева грецкого ореха используют для лечения хронического простатита (когда моча выделяется по каплям). 1 столовую ложку смеси измельченной коры и сухих листьев залить стаканом кипятка на 2 часа. Процедить и принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Спиртовую настойку коры осины (берут молодые веточки) применяют для лечения острого и хронического цистита, аденомы предстательной железы, при подагре и ревматизме. 10 столовых ложек измельченной коры заливают 1 л водки и настаивают в темном месте 10 дней, периодически встряхивая. Принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды.

А вот что говорил Авиценна:

Печеную айву прикладывают к глазам при воспалительных заболеваниях.

Айва сильно гонит мочу и месячные. Отваренная в меде, она действует сильнее.

Выжатый сок айвы полезен при «стоячем дыхании» (имеется в виду одышка — В. К.), астме и кровохарканье.

Если пускать каплями сок или масло айвы в мочеиспускательный канал, она снимает боли и жжение при мочеиспускании.

Из отвара айвы готовят клизмы при выпадении матки и прямой кишки.

Незрелый инжир прикладывают в виде лекарственных повязок на родимые пятна, бородавки для их выведения. Так же действуют и листья инжира.

Выжатый сок инжира так же, как и сок шелковицы, стирает следы татуировок.

Листья инжира используют при лишаях. Свежий и вяленый инжир помогает от эпилепсии.

Млечный сок инжира с медом помогает при начальных проявлениях катаракты. Листьями инжира натирают веки при их затвердении и трахоме.

Свежий инжир в виде порошка излечивает язвы на голени.

И вот что пишут о пищевых растениях в древней таджикской медицине:

сосна, кедр — применяют при болезнях легких и печени;

шелковица черная и белая — обладает согревающим действием;

абрикос — масло из косточек способствует росту волос (брови, усы), для лечения ран.

И, наконец, выдержки из древневосточной медицины:

черноплодная рябина — чрезвычайно полезна при заболеваниях щитовидной железы, при атеросклерозе. Обычно смешивают 1 кг рябины и 1 кг сахара или меда. Принимают по 1 чайной ложке 3–4 раза в день как лекарство. Особенно полезна черноплодная рябина людям пожилого и преклонного возраста;

лимоны и апельсины — применяются при всех формах гипертонической болезни, полезны при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, при женских болезнях и тиреотоксикозе;

яблоки — тибетцы говорят: «Кто съедает в день хотя бы одно яблоко, тот отдалает старость».

В конце XX в. Китай выдвинул лозунг об объединении народной медицины с официальной (государственной). Этот лозунг успешно претворяется в жизнь и принес уже огромную пользу здравоохранению этой страны, так как была обеспечена возможность проведения более широких и глубоких профилактических и гигиенических мероприятий. С этим лозунгом соглашается все больше и больше врачей нашей страны. Этим мы и будем руководствоваться при изложении материалов о болезнях и их лечении. Конечно, мы не будем предлагать своим пациентам врачебные рецепты, поскольку одна и та же болезнь у каждого протекает индивидуально, в связи с чем лечащий врач подбирает

индивидуально тот или иной медикамент. Поэтому предлагаемые рецепты народной медицины, повторяем, будут лишь дополнением к врачебным назначениям, хотя нередко при лечении тех или иных недугов можно без применения аптечных медикаментов воспользоваться нашими рецептами. И читатель, надеюсь, разберется, какой свой недуг можно пролечить данным народным средством.

В Древнем Китае очень слабо была развита хирургия, но это было следствием хорошо развитой терапии. От многих так называемых хирургических заболеваний можно избавиться совсем не хирургическим способом. Не следует доводить себя до необходимости операции. «Хирургия — брак терапии». И на помощь хирургии (да и официальной терапии также) могут прийти защитные силы живой природы, к которым относятся многие виды лечебной флоры, в том числе и деревья-лекари.

3. МЕХАНИЗМ ДЕЙСТВИЯ ВАШИХ ЛЕКАРЕЙ

В растениях, включая деревья, в процессе биосинтеза образуется ряд активных соединений, которые и оказывают то или иное воздействие на организм. Одни действуют на почки, другие — на печень, третьи — на кожные покровы, четвертые — на суставы и т. д.

Еще в глубокой древности многие знахари, шаманы, придворные и народные лекари пытались выяснить причину лечебной силы различных растений, включая деревья. Пытались понять, почему лекарственное сырье одного дерева лечит суставы, придает силы, другое — лечит кожные недуги, третье — гипертонию и т. д. Пытались также разобраться, почему иное дерево приводит к негативным результатам. Такое незнание порождало всевозможные домыслы, легенды. Тем или иным растениям давались зачастую суеверные названия, смысл которых обыч-

но соответствовал механизму их действия. Например, осину «величали» горечавкой, шептун-деревом, тополь черный — осокорем. Были распространены и такие названия лекарственных растений, как приворот, серпорез и др., и только с развитием химии появилась возможность проникнуть в механизм действия растительных (а также животных) тканей.

Из тканей различных деревьев выделены различные вещества, обладающие выраженной биологической и биохимической активностью. И хотя такие вещества содержатся в деревьях обычно в небольших количествах, они довольно часто оказывают сильное действие на те или иные органы или системы организма.

Химический состав целебного древесного сырья представлен, кроме воды (которая, как известно, составляет 70–90% массы дерева), органическими и минеральными веществами. Среди органических веществ различают:

1) продукты первичного синтеза, к которым относятся белки, жиры (представленные липидами), углеводы (сахаристые вещества), ферменты, витамины;

2) продукты вторичного синтеза, представленные алкалоидами, гликозидами (многие из которых стимулируют сердечную деятельность), фенольными веществами, эфирными маслами, смолами, органическими кислотами и некоторыми другими веществами и их соединениями.

Алкалоиды

Алкалоиды относятся к группе азотсодержащих органических веществ, обладающих выраженной физиологической активностью. Большинство алкалоидов являются ядовитыми или сильнодействующими веществами. Отдельные их представители обладают избирательным действием на те или иные органы или ткани.

Из алкалоидов фармацевты получают наибольшее количество высокоэффективных лечебных препаратов.

Гликозиды

Гликозиды относятся к важной группе биологически активных включений в ткани растений. Эти вещества довольно быстро разрушаются ферментами самих растений, поэтому для большей сохранности, а значит, для повышения эффективности растительного сырья его следует (при сборе) быстро подвергнуть сушке и хранить в сухом помещении, не допуская отсыревания.

Гликозиды некоторых деревьев (например сливы, черемухи) отличаются своей ядовитостью, в связи с чем обладают своим выраженным действием на те или иные органы. Гликозиды таких растений входят в состав капель и микстур, которые назначаются в качестве успокаивающих и обезболивающих средств. А вот сердечные гликозиды, содержащиеся в тканях некоторых деревьев (например олеандра), обладают сильным эффектом на сердечную мышцу.

Сапонины

Эти вещества растительного мира относятся по ряду своих свойств к гликозидам. Некоторые представители сапонинов обладают гипотензивным эффектом, т. е. снижают артериальное давление у страдающих гипертонией. Другие сапонины оказывают потогонное действие, третьи — рвотный эффект и т. д.

Фенольные соединения

Эти соединения обладают в большинстве своем ароматическим эффектом. Ряд фенолов оказывает противоглистное действие, другие фенолы — противоопухолевое, третьи — противогрибковое.

Фенольные соединения, известные под названием флавоноидов, способствуют выведению из организма радиоактивных веществ. К фенольным соединениям относятся и дубильные вещества, встречающиеся в тканях ряда видов деревьев. Особенно богаты дубильными веществами дуб (его кора), береза, черемуха и др.

Лекарства, приготовленные из такого рода деревьев, оказывают вяжущий эффект, бактерицидное действие и чаще всего используются для лечения ряда желудочно-кишечных заболеваний. Эти целебные средства хороши для полоскания горла. Они оказывают и неплохое кровоостанавливающее действие (при местном применении). Благодаря своей способности осаждать алкалоиды и гликозиды, соли тяжелых металлов, они употребляются в качестве противоядий.

ЭФИРНЫЕ МАСЛА

Таковыми маслами богат растительный мир. Эти масла нерастворимы в воде. Растения, содержащие эфирные масла, например кедр, эвкалипт, лимон, пригодны для приготовления целебных масел и мазей. Эти масла содержатся главным образом в листьях и плодах.

Эфирные масла обладают противовоспалительным, антимикробным, противоглистным действием. Некоторые из этих масел нашли применение в терапии сердечно-сосудистых заболеваний. Эти масла используются в качестве отхаркивающих и успокаивающих средств. Широко применяются для ингаляций.

СМОЛЫ

По своему химическому составу смолы близки к эфирным маслам. Большинство смол нерастворимы в воде, но хорошо растворимы в ацетоне, эфире. Кстати, долго не засыхающие смолы называют бальзамами. Такие душистые бальзамы получают из богатых смолами сосны, пихты, почек березы. Эти смолы широко используются для приготовления пластырей, настоек. Смола сосны издавна входит в состав известного многим клеола, который (в виде пластыря) оказывает прекрасное ранозаживляющее действие.

Смолы некоторых деревьев оказывают слабительный, мочегонный и седативный эффекты.

ОРГАНИЧЕСКИЕ КИСЛОТЫ

Такие кислоты имеются в каждом представителе растительного мира. Они определяют не только вкус растений, но в ряде случаев и его запах.

Органическими кислотами, относящимися к так называемому жирному ряду, богаты лимонная, яблочная кислота. Последняя содержится в значительных количествах в плодах рябины, кизила, граната, барбариса, ну и конечно, в яблоках. Эти кислоты оказывают мягкое раздражающее действие и способствуют улучшению аппетита, обменных процессов в организме.

ВИТАМИНЫ

Многие витамины (С, группы В) содержатся в тканях деревьев. Но особенно они богаты витамином С (аскорбиновая кислота). Богатыми этим витамином считаются лимоны, яблоки, персики, абрикосы, вишня, слива и др.

МИКРО- И МАКРОЭЛЕМЕНТЫ

Плоды, семена, листья, кора многих целебных деревьев содержат в своих тканях то или иное количество нужных для человека минералов, таких, например, как железо, медь, калий, марганец. При знакомстве с теми или иными лекарственными деревьями мы более подробно остановимся на микро- и макроэлементном их составе.

ФИТОНЦИДЫ

Фитонциды, продуцируемые растениями, особенно деревьями, — вещества, обладающие антимикробными свойствами и являющиеся одним из факторов естественного иммунитета флоры. Кроме антимикробного действия фитонциды могут иметь и антигельминтные свойства, а также оказывать общестимулирующее, противовоспалительное, регенерационное, противоаллергическое и другие воздействия на организм человека.

Особенно богаты фитонцидами такие деревья, как сосна, кедр, эвкалипт, черемуха, тополь. Они в большей степени обладают способностью подавлять рост болезнетворных бактерий и вирусов, а также патогенных грибов. И в этом отношении они приравниваются к фитонцидным характеристикам чеснока, лука и хрена.

Фитонцидосодержащие препараты, приготовляемые из вышеуказанных деревьев, назначаются при лечении различных воспалительных и инфекционных заболеваний, а также гипертонической болезни, атеросклероза.

ФЕРМЕНТЫ

Ферменты — специфические белки (деревьев, других растений, животных, включая человека), способные во много раз ускорять химические реакции, протекающие в живых организмах. То есть ферменты являются мощными биологическими катализаторами.

Всасывание и усвоение различными растениями питательных веществ, синтез и распад белков и других веществ в тканях растений (и, разумеется, любого другого живого организма) представляет собой совокупность ферментативных реакций.

Ферменты, содержащиеся в плодах, семенах, листьях и коре различных деревьев, оказывают соответствующий лечебный эффект на тот или иной больной орган. Ниже мы узнаем, какое дерево наиболее полезно использовать для лечения того или иного заболевания. И немаловажную роль в этом играют ферменты.

4. ЦВЕТ, ЗАПАХ (АРОМАТ), БИОЭНЕРГИЯ ДЕРЕВЬЕВ — ВАШ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ЛЕЧЕБНЫЙ ФАКТОР

А ВНАЧАЛЕ ПРИМИТЕ К СВЕДЕНИЮ...

Примите к сведению совет наших народных лекарей — знахарей и ведунов: не ждите проявления болезни и своей беспомощности. Во-первых, потому, что

болезнь легче предупредить, чем ее вылечить. Во-вторых, лучше обойтись без страданий и всю жизнь прожить полноценно. В-третьих, чем раньше начать жить по законам природы, тем дольше продлится молодость и на более длительный срок отдалится старость. А потому, говорят наши мудрые народные врачеватели, спешите заняться своим здоровьем, осваивайте естественные методы оздоровления, пока имеете возможность.

Организм, как бы мы плохо с ним ни обращались, всегда стремится улучшить свое состояние. В самом организме есть силы, которые могут вернуть его в нормальное состояние при условии, что для этого используются живые силы природы. Медицине давно известно, что нормально функционирующая клетка нашего организма, особенно клетка коры головного мозга, во много раз сильнее любого аптечного лекарства и, тем более, любого вируса и любой бактерии. Но надо такой клетке оказать посильную помощь. А методов и способов для этого существует множество. И одним из таких методов является деревотерапия.

Старые народные лекари советуют идти к своему дереву. Деревья способны нас сделать более здоровыми. Осина, тополь, черемуха снимают боль от ушибов, вывихов, ожогов, боли при радикулите, после операций и травм, при онкологических заболеваниях. Дуб, береза и сосна дают жизненную энергию. К ним рекомендуется подходить ежедневно и стоять хотя бы 3—4 минуты, прислонясь затылком и спиной или обхватив дерево руками. Для того чтобы узнать, какое дерево «ваше», вырежьте полоску фольги и поднесите ее к дереву. Если липнет, значит — «ваше», отталкивает — «враг».

Давно замечено: оптимистичные, жизнерадостные люди меньше болеют, их психика более устойчива к негативным явлениям. Снять отрицательный стресс, улучшить настроение, а значит и здоровье, нам в значительной степени поможет зеленый мир растений, в том числе и комнатные цветы, и деревья. Их цвет, аро-

мат, шелест благоприятно действуют на наши органы чувств, прежде всего на зрение, обоняние. И в этом многие из нас убеждались.

ЦВЕТОТЕРАПИЯ

Недаром говорят: глаза — зеркало души. Разнообразие душевного и физического состояния человека, его эмоции, болезни внутренних органов, последствия неправильного образа жизни, злоупотребления в питании, вредные привычки, физическое перенапряжение, депрессия — все отражается в глазах. Наши глаза работают постоянно, как бы живут отдельной от нас жизнью.

Солнечная энергия, аккумулируемая в цветах, листьях, может успешно лечить различные недуги человека, избавлять его от угнетенного состояния и благотворно влиять на характер. Цвет связывает человека с космосом и помогает ему обрести здоровье.

Американские врачи первыми признали важное значение световых ванн и угадали, какую солидную помощь больной может извлечь из них.

Доказано, что тот или иной цвет избирательно действует не только на акупунктурные точки, но и на целые структуры организма, в котором имеются резонансные структуры, реагирующие на определенную длину волны цвета, или света. То есть в организме, в том числе и в глазах, имеются специальные точки-мишени. Скажем, через орган зрения на зеленый цвет реагируют лейкоциты, костная ткань. На красный — эритроциты, мышцы, сухожилия. Инфракрасный свет вообще универсален: он дает тепло.

Сравнительно недавно ученые установили, что при большинстве хронических заболеваний большую услугу оказывают красный, желтый, оранжевый цвета. В острых случаях заболеваний — синий, индиго, фиолетовый способствуют выздоровлению. Так что пусть ваши глаза почаще останавливаются на зеленом и голубом в том разноцветном мире деревьев, которые вас окружа-

ют. Зелень травы и деревьев, особенно весной, — самое лучшее тонизирующее средство для глаз, а значит, и для организма в целом и его больных органов в отдельности.

Цвет, как известно всем, имеет важное значение для глаз, так как создает у человека определенное настроение. Это и понятно, если вспомнить, что видим мы не собственно глазами, а определенной зоной головного мозга, на которую и проецируется орган зрѣния. И через мозг рефлекторно импульсы определенной волны цвета (света) передаются на нужные органы, которые чувствительны именно к данной световой волне.

Люди, склонные к полноте, должны есть в окружении голубого цвета, так как он заметно снижает аппетит. А красный, наоборот, возбуждает. Приемы цветового лечения некоторых глазных болезней, физиологические опыты с людьми показали, что зеленый цвет снижает глазное давление (что очень важно для страдающих глаукомой), способствует полноценному кровоснабжению, оказывает антисептическое и антиспастическое действие, повышает работоспособность мышц глаза.

Желтый цвет стимулирует работу головного мозга, расширяет зрачки; фиолетовый также способствует улучшению работы головного мозга, но он в то же время стимулирует выработку гормона мелатонина, омолаживающего организм и снимающего депрессию. Так что окружайте свой дом насаждениями тех деревьев, цвет которых для вас благоприятен.

ЗАПАХИ ВАШИХ ДЕРЕВЬЕВ-ЛЕКАРЕЙ

На сегодняшний день воздействие ароматов эфирных масел на здоровье человека хорошо известно (а эфирными маслами богато большинство деревьев). Сделан однозначный вывод: ароматы растительного мира (мы говорим о целебных представителях флоры) благотворно влияют на человека. Сейчас во многих офисах и на

предприятиях с успехом используют запахи для повышения производительности труда. Например, если программист в течение 5 минут вдыхает запахи лаванды, число его ошибок снижается на 20%. А вдыхание запаха жасмина еще эффективнее. Пихтовое масло издавна считалось прекрасным антисептиком. То же самое можно сказать и о сосновых иглах.

Следует только помнить о том, что одни запахи улучшают настроение, другие — наоборот, вызывают раздражение и апатию. Существует немало растений, чей аромат оздоравливает человека.

Как известно, большинство людей, работающих за компьютером, страдают от глазного переутомления, головных болей, и, как следствие, наблюдается снижение трудоспособности, прежде всего умственной, концентрации внимания.

Японские ученые, проведя необходимые исследования, пришли к выводу, что ряд ароматов может заметно повышать работоспособность. Эвкалипт, например, снижает сонливость, сосна, кедр повышают настроение, делая человека более бодрым. Но ароматным победителем признано такое дерево, как лимон, запах которого заряжает человека энергией. Специалисты рекомендуют выращивать его на окнах рабочих помещений, своих домов и квартир, на столах. А в перерывах между работой ученые советуют лимон мять руками (можно мять руками и листья лимонного дерева). Кстати, лимонные брызги не причиняют вреда глазам. Наоборот, такой «аэрозоль» делает глаза блестящими, ясными и привлекательными.

Эфирные масла некоторых деревьев, оказывается, помогают человеку удерживать необходимую информацию. Лидерами в этом отношении являются кедровое и мандариновое деревья.

Их запахи — хорошая профилактика при ослаблении памяти и переутомлении. Магнолия хорошо снимает головную боль.

Если вы хотите, чтобы тот или иной аромат, который, как говорится, вам к «лицу», сопровождал вас

весь день, пропитайте маслом нужного вам дерева цветы, еловые шишки, старые пробки и разместите их рядом со своим рабочим местом. А дома можно поступить еще проще: капнуть 5–6 капель своего целебного масла на разогретую сковороду, и аромат распространится по всей квартире.

ЭНЕРГЕТИКА ВАШИХ ДЕРЕВЬЕВ — ПРИМИТЕ В ПОДАРОК ЕЕ

Вслед за мистиками физики доказали: человеческий организм держится не только на костном скелете. Он заключен еще в энергетический каркас. Между клетками организма идет постоянный обмен информацией с помощью волновых сигналов. И эти клетки улавливают ту информацию, которая в них поступает извне, в том числе и от окружающего живого мира, в частности от деревьев — их шелеста, цвета, энергетических сигналов. Таким образом, человек и растения, его окружающие, обмениваются информацией.

Такой обмен информацией происходит примерно так же, как и обмен информацией между матерью и ее ребенком. С давних времен у славян в обычай вошло при встрече подавать человеку веточку дерева, так называемую ветвь — оберег. На языке того времени это называлось «приветить». То же самое можно сказать и о букете цветов, который мы дарим близкой или просто знакомой женщине.

Вы знаете, что наши предки именовали духами. Особые запахи, которые источают цветы, деревья. Они не знали таких мудреных слов, как фитонциды, фитотерапия, энергетическая взаимосвязь. Они просто интуитивно это чувствовали и использовали растения в лечебно-профилактических целях. Да, наши предки наук не ведали, но они прекрасно усвоили: при живом растении жить — здоровым быть.

У людей, находящихся постоянно в окружении буйной зелени, возрастает величина биотоков головного мозга, улучшается работа всех желез внутренней сек-

реции (эндокринных желез). Результат? Мы начинаем лучше думать, лучше воспринимать информацию, становимся здоровее...

Все живое на Земле пребывает в безбрежном океане потоков вещества, энергии, информации, то есть все на нашей планете взаимосвязано. В последние годы ученые всерьез занялись изучением этой проблемы. Появилась и такая наука, как энергоинформатика. Возможности обнаружения, исследования невидимых энергоинформационных потоков и управления ими привлекают все более пристальное внимание исследователей. Этим заинтересовались и общественные, и правительственные организации в разных странах.

Таким образом, методом биолокации установлено, что все поля взаимодействуют между собой. Такие взаимодействия, а это доказано, существуют между человеком и растениями. Ряд деревьев передает информацию (энергию) положительного заряда, например береза, дуб, а другой ряд — отрицательного, например ель, осина. Положительные «космические» частицы укрепляют здоровье, отрицательные, наоборот, ухудшают. Правда, та же осина, обладая отрицательным зарядом, способна «высасывать» болезнь, например геморрой, о чем нашим предкам было хорошо известно. Наши прародители знали, что деревьями-донорами являются береза, дуб, липа, ясень, а деревьями-вампирами — тополь, ель, черемуха, ольха. Но и деревья-вампиры они применяли для лечения ряда заболеваний, о чем мы будем говорить ниже.

Механизм воздействия полей живой (и неживой) природы на организм человека еще недостаточно изучен. Но что такой механизм существует — факт. Поэтому вслед за народными целителями и традиционные врачи проводят клинические испытания различных растений. Так, «подпитывающие» нас целебные растения могут заживлять трофические язвы, укреплять иммунную систему. А растения, «отсасывающие» от человека энергию, снимают послеоперационные отеки, боли, облегчают кожные заболевания.

Народные целители за много веков накопили ценнейшие данные о деревьях-лекарях. Давно известно, что деревья-вампиры «отбирают» у больного организма избыток энергии. Не случайно кусочки осинового ствола клали на ушибленные места. А рябина, впитывая излишки энергии, снимает депрессию. Не уступает ей и ель — давно замечено, что еловый лапник прекрасно лечит от усталости и успокаивает.

Как учит народный опыт, липа дает мягкий заряд бодрости, береза избавляет от многих женских недугов, сосна способствует оптимальному протеканию обмена веществ, очищает дыхание, а энергия дуба укрепляет сердце. За каждым деревом, таким образом, водятся целебные свойства, главное — уметь их использовать.

У дерева с большим запасом энергии даже за метр-два можно почувствовать мягкое покалывание в ладонях. Особенно силен этот эффект утром, на восходе солнца. Традиционно принято, что к дереву-донору надо подходить с южной стороны. Сначала коснуться лбом, затем обнять ладонями на уровне головы, потом прислониться всем телом. А северная сторона, наоборот, способна избавить организм от лишней энергии, снять стресс. Только вставать к стволу нужно спиной, обнимая его опущенными вниз руками.

Вот почему предки наши ходили в лаптях, сплетенных из ивового, березового, липового лыка. Деревянная обувь своей энергией избавляла от многих болезней. А мастера, создававшие великолепные наборные паркетные во дворцах, прекрасно знали, как сплести в единый узор плашки дуба, бука, ясеня, березы, чтобы наделять произведение искусства еще и лечебными энергетическими свойствами. И натирали тот паркет специальной мастикой из натуральных эфирных масел, пропускавших, в отличие от нынешних синтетических лаков, запасенную в дереве энергию. Стоит вспомнить и о неизменных деревянных ложках, мисках, кадках, бочках, гребнях и даже о китайских и японских деревянных палочках, которые подпитывали энергией своих хозяев.

И лысели в молодости куда реже, и зубы были целее, плохо сегодня переносящие контакт с металлом или пластиком. Не случайно, например, головную боль в народной медицине рекомендуют снимать... обычной осиновой ложкой.

Во Всероссийском НИИ нетрадиционной медицины в этом аспекте народной медицины абсолютно сейчас уверены. Старые истины только сейчас получили вполне научное экспериментальное подтверждение. В свое время, обменяв деревянные лавки на металлические кровати с сетками, диваны из пропитанных древесно-стружечных плит, начав хранить одежду не в бабушкиных деревянных сундуках, а в облицованных пластиком шкафах, мы лишили себя мощной энергетической подпитки, которую несет нам дерево.

И вот на недавнем международном конгрессе нетрадиционной медицины московский скульптор Альберт Каукин продемонстрировал несколько деревянных приспособлений и устройств, позволяющих избавиться от различных недугов. Не случайно интересные новинки вышли из-под рук мастера, посвятившего себя декоративно-прикладному искусству, где даже появился особый термин — «лесная пластика».

Впрочем, по мнению Каукина, самый надежный и распространенный лечебный прибор — это... мебель. Добротнo сработанная с учетом народных традиций из цельных кусков дерева, она сама по себе заложеной в ней энергией избавляет людей от многих недугов. Особенно примечателен кап — десятилетиями формировавшиеся на стволах наросты обладают уникальной биоэнергетикой. Среди столяров кап считается «хитрым», сложным в обработке материалом, к которому нужен свой, душевный подход, но все труды окупаются сторицей. Примечательно, что именно в каповых креслах работы Альберта Каукина сживали люди великие — Майя Плисецкая, Людмила Зыкина, Аркадий Райкин, Наталья Сац, Евгений Евтушенко, Юрий Лужков.

Известно, что каждому знаку Зодиака соответствует свое энергетическое дерево. Козерогу — сосна, Во-

долею — инжир, Рыбе — вяз, Овену — слива, Тельцу — мирт, Близнецам — лавр, Раку — ива, Льву — дуб... Далеко не все их можно встретить в средней полосе России, но, как показывает опыт народной медицины, достаточно с собой иметь хотя бы небольшой кусочек своего дерева-«покровителя», будь то украшение или обычный спил.

И вот что еще рекомендуют старые знахари. Надо выбирать для целительства здоровые взрослые экземпляры дерева. Если при каком-то дереве ваше состояние угнетается, значит перед вами «отсасывающее» дерево. А друзьями могут быть и дерево-вампир, и дерево-донор. Вначале прислонитесь к осине или тополю. Они вытянут нездоровую энергетику. А затем идите к дубу или березе. Они у многих людей¹ восстанавливают силы.

В одной из газет мне удалось прочитать следующее. Автор статьи о деревьях пишет, что его дед, родившийся на безлесной курской земле, постигал секреты народного целительства в Красноярском крае на лесоповале, куда был отправлен в 1937 году. После срока с большим трудом нашел репрессированных домочадцев в глуши Удмуртии. Дарами леса и лечился после заключения. Как только заболит голова, так клал под нее осиновое полено, а ногами в это время упирался в березовую чурку. Недуг отступал. Ведь, по сути, такое двустороннее взаимодействие с разными по характеру деревьями — элементарный биокорректор, который восстанавливает естественное биополе человека.

Все вышесказанное дало врачам-практикам «ключ» к выяснению механизма действия лекарственных растений на больные и здоровые органы. В следующих главах книги, посвященных лечению тех или иных болезней, мы будем давать рецепты растительных сборов, которые способны либо «подпитывать» организм больного человека целебной энергией, либо «отсасывать» отрицательную, больную энергию от различных органов и тканей.

Согласно специально проведенным исследованиям, до 32% россиян страдают нехваткой энергии. А это, в свою очередь, значит, что у нас элементарно не хватает сил, чтобы жить нормальной, полноценной жизнью. Причем половина из приведенного количества ощущает эту нехватку ежедневно, что провоцирует развитие депрессий. Вот почему мы должны черпать недостающую энергию из растений, прежде всего растений целебных, и лечиться ими вместо аптечных препаратов, если, конечно, против этого не возражает ваш лечащий врач.

Итак, взаимодействие человека с деревьями — факт. К тому же деревья умеют «думать», умеют адекватно реагировать на поведение человека. И дополнительным доказательством этого служит статья в одном из номеров газеты «АиФ» (2004 г., № 46, с. 34), автором которой является Александр Беляев из фитоцентра «АиФ». Ее мы и предлагаем нашему читателю.

РЕВНИВЫЙ ФИКУС И ПЬЯНЫЙ КАКТУС

Владелец всякой домашней твари — при всей безумной любви к ней — все-таки не теряет бдительности. Муси-пуси — это одно, а вот если коту (собаке, хомяку и пр.) покажется, что его оскорбили, обидели, может и отомстить. Нагадить в тапки, «похвастаться» завтраком на деловые бумаги, «немотивированно» цапнуть, а то и похуже.

И что не совсем приятно, на «похуже» оказываются способны не только двигающаяся живность, но и растения, обретшие приют в вашем доме.

Убийца в кадке

«Случай «мести» со стороны растений не такое уж редкое явление», — рассказывает специалист по биохимии растений доцент Дина Балясова, много лет посвятившая изучению проблем взаимодействия растений и человека. Ничего удивительного в этом нет: растения такие же живые организмы, как и мы. Они

могут радоваться, испытывать ужас, симпатии и антипатии. Их «ответы» на различное воздействие очень схожи с нашими — картошка, когда ее чистят, «орет» благим матом, просто на соответствующей, не доступной нам, но доступной другим представителям флоры частоте.

Среди классических случаев мести — трагедия британского физиолога С. Мейсона. В его комнате много лет стоял заурядный фикус, о котором Мейсон хорошо заботился. В достаточно зрелом возрасте ученый женился, и супруга стала третьим, считая фикус, обитателем помещения. Короткое время спустя она стала испытывать различные недомогания, ранее ей совсем не свойственные, а забеременев, «схватила» такой токсикоз, что даже усиленная помощь врачей не помогла сохранить плод. К счастью, мужу пришла в голову смутная догадка, и он переместил фикус в домашнюю оранжерею вне дома. Болезни у жены быстро сошли на нет, и она родила-таки здорового ребенка. Так был научно установлен факт ревности растения — фикусу не понравилось делить хозяина с пришлым объектом, растение начало синтезировать вещества, «вбрасываемые» в воздух комнаты и пагубно действовавшие на женщин, но почему-то безвредные для самого Мейсона.

Другой пример. Жительница Санкт-Петербурга, пациентка моего знакомого врача, постоянно жаловалась на внезапно появившуюся тяжелую депрессию, хотя никаких видимых причин для этого не было. Медикаментозное лечение, консультации у психологов облегчения не приносили. Как-то в одной из таких бесед выяснилось, что у нее в квартире украшением одной из стен является сильно разросшаяся традиционная. А у этого растения репутация двоякая: с одной стороны, оно прекрасно гармонизирует пространство интерьера. Но с другой — способно навевать уныние (что свойственно вообще всем «висящим» растениям). Мы посоветовали сильно обрезать тради-

канцию и в дальнейшем не позволять ей разрастаться. И депрессия отступила.

Кстати, и у тех же фикусов, и у некоторых других комнатных растений могут не сложиться отношения не только с человеком, но и с домашними животными — чаще всего кошками. Зеленый друг может так угнетать друга четвероногого, что придется делать выбор: или-или».

Колючий собутыльник

«Реальные факты негативного влияния растений на нас с вами отражены в «народных приметах» типа: цветок в дом — мужик из дома вон. Под шелухой «приметности» скрывается рациональное зерно. Судите сами: дома о цветах печется, как правило, женщина. Она и польет, и покормит, короче — несет позитив. Мужчина чаще всего к растению равнодушен, а то и мешает ему жить. Если вы, например, имеете обыкновение гасить окурки в горшке, то неприязнь его обитателя вам обеспечена. Обругать или ударить вас растение не может, но исторгнуть летучие химические соединения, отнюдь не оздоравливающие вас, — вполне.

Зафиксированы случаи, когда некоторые виды кактусов становились причиной алкоголизма у мужчин. Мозг реагировал на алкалоидные выделения, усиливая потребность в выпивке. Невинная вроде бы помидорная рассада запросто может лишить сна — если на ночь вы устроились с ней в одном помещении, а полить забыли. Избежать же возможных неприятностей просто. Свыкнитесь с мыслью, что вы берете на себя определенные обязательства перед своим питомцем — не только соблюдать правила ухода за ним, но и общаться, да-да, именно так: хотя бы приветствуйте его по утрам. Правильно выберите место: определенные растения не рекомендуются держать в спальне, какие-то противопоказаны кухне и т. п. Понаблюдайте за вашими близ-

кими и, как говорилось выше, домашними животными: не появилось ли каких-либо неполадок в их самочувствии? Появились — переселите растения в другие места, если в итоге от растения придется избавиться, — ну не ужились, бывает...»

Александр Беляев

Кстати:

...самые активные противники мужчин в доме — спинарус (ярко-зеленая лиана с сочными листочками) и плющ;

...нагоняют бессонницу — сансевьера («щучий хвост»), плющ, душистая роза;

...способны погасить конфликтную ситуацию — перларгония зональная, герань душистая, алоказия;

...приносит деньги — толстянка портулаковидная («денежное дерево»).

ЧАСТЬ 2.

ЗНАКОМЬТЕСЬ СО СВОИМИ «ВРАЧАМИ».

ИХ ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

Прежде чем перейти к знакомству с целебными деревьями, поговорим о сборе, сушке и хранении лекарственного сырья, а также о правилах приготовления из него тех или иных лекарственных форм (порошков, настоев, отваров, настоек и др.).

1. СБОР И ЗАГОТОВКА ВАШИХ РАСТЕНИЙ. ИХ ХРАНЕНИЕ

Прежде чем приступить к сбору целебных растений, необходимо знать сами растения (что, кстати, нетрудно, если вы разбираетесь в деревьях хотя бы по внешним их характеристикам), уметь отличать от других близких видов (скажем, тополь от осины), знать места, где растут те или иные деревья. И не заготавливать целебное сырье вблизи дорог, заводов, свалок.

Нельзя собирать в одну тару несколько видов лекарственного сырья (например, листья и корни). Нельзя засорять сборы механическими примесями (землей, песком и др., а также примесями других растений, например цветов).

Сбору подлежат только те части деревьев, которые указаны как лекарственные.

Действующие лекарственные вещества накапливаются в тканях деревьев в различных их органах: в листьях, плодах, почках, в семенах. Содержание действующих начал в этих органах (тканях) неодинаково в течение

жизни дерева: количество их различно не только в разных органах, но и в одних и тех же органах в различное время года (и даже дня) и в различные фазы вегетации растения. Необходимо также знать, в каких тканях (плоды, семена, почки, листья, кора) содержатся целебные для вас вещества и когда их больше в этих тканях (но об этом мы расскажем, рассматривая те или иные болезни и их лечение).

Но, забегая несколько вперед, скажем, что наибольшее содержание действующих начал в растениях наблюдается по окончании цветения и созревания плодов или до начала распускания листьев или цветков (ива, ольха, дуб и др.). Лучше всего производить сбор плодов и семян тогда, когда дерево уже созрело для плодоношения и растение уже может размножаться в дальнейшем семенным путем. Листья, цветки и ветки наиболее богаты действующими началами перед наступлением полного цветения.

Кору с деревьев снимают ранней весной до начала сокодвижения или во время его, до распускания почек. Насыщенность соком тканей деревьев ранней весной позволяет легко сдирать кору.

Почки собирают весной, когда они набухли, но еще не раскрылись. Плоды и семена наиболее богаты лекарственными веществами в зрелом состоянии, но не переспелые; их заготавливают по мере созревания.

Для снятия коры необходимы ножи с острыми концами. На ветвях или стволах молодых деревьев с гладкой корой делают острием ножа на расстоянии 25—30 см поперечные надрезы до древесины, которые соединяются продольными надрезами, а затем трубкой снимают кору или, разрезав трубки коры вдоль, — двумя полутрубками.

Почки собирают вручную или обиванием пучков веток о землю или пол на разостланном рядне, полотенце и т. д.

Лекарственное сырье собирается в какую-либо тару. Листья, цветки, плоды складываются в корзины как можно рыхлее. Вообще туго набивать ни корзины, ни

мешки не следует, так как сырье самосогревается и часть действующих начал в растениях разлагается. Из тех же соображений нельзя оставлять собранные растения на ночь не разложенными, в кучках.

И еще: заготавливают растительное сырье, как правило, в сухую погоду. Сочные плоды следует собирать рано утром или вечером, стараясь не повреждать их, и укладывать слоями в плетеные корзины. Между слоями кладут веточки с листьями. Поврежденные червями, мятые и загрязненные плоды собирать не следует: они быстро загнивают.

Перед сушкой собранное лекарственное сырье перебирается, сортируется. Листья и цветки отбираются от посторонних примесей, удаляются побуревшие, заплесневелые и попорченные насекомыми. Семена, плоды и почки просеиваются и отсеиваются от сора и пыли. Сочные плоды перед сушкой провяливаются на солнце или в печи, но при этом следят, чтобы они не подгорели.

Сушка собранных растений проводится немедленно после сбора: они раскладываются тонким слоем на какой-либо подстилке. Большинство лекарственных растений нельзя сушить на солнце, так как при этом разрушается хлорофилл, и сырье теряет свой зеленый цвет, разрушаются и некоторые действующие начала, например гликозиды, эфирные масла.

Воздушная сушка производится под навесами, на чердаках, в сушилках, в палатках и других хорошо проветриваемых помещениях. Сырье раскладывается или рассыпается на чистых стеллажах, марле, полотне или рогоже и время от времени переворачивается, ворошится. Нельзя сушить в помещениях со специфическими запахами — керосина, бензина, близ скотных дворов. При огневой сушке температура для разного вида лекарственного сырья должна быть различна. Части растения, содержащие гликозиды и алкалоиды, следует сушить при температуре 50–60 °С, эфирномасличные — при температуре 25–30 °С, витаминосодержащие — при температуре 70–90 °С.

Готовое сырье должно быть высушено, ломаться с хрустом, но не крошиться.

Высушенное сырье требует определенных условий хранения. Места хранения должны быть совершенно сухими, темными, без сора и пыли, насекомых. Сырье с запахом должно храниться отдельно от запахающих.

Готовое сырье должно быть упаковано в тару и снабжено биркой с указанием названия сырья, его веса и времени заготовки.

Сроки хранения, как правило: для цветков и травы (листьев) — 1–2 года, для коры — 3–5 лет, почек — 2 года, плодов — 2 года.

2. ГОТОВИМ САМИ ПОРОШКИ, ОТВАРЫ, НАСТОИ, НАСТОЙКИ, МАЗИ, СОКИ

Многие больные самостоятельно в домашних условиях готовят для себя и близких различные лекарственные формы, прежде всего отвары, настои, настойки, порошки, мази и т. д. Но не все, к сожалению, грамотно это делают, в связи с чем считаем нужным напомнить правила приготовления этих лекарственных форм.

Порошки

Порошки являются наиболее простой лекарственной формой, и готовить их в домашних условиях довольно просто. Для этого берутся высушенные части лекарственного сырья и измельчаются в ступке (или размалываются в кофемолке). Таким образом получают порошки, которые используют для приема внутрь, для присыпки ран, язв, опрелостей, пролежней.

Отвары и настои

Отвары и настои относятся к жидким лекарственным формам и являются водными вытяжками.

Для приготовления отваров и настоев лекарственное сырье измельчают: листья, почки и цветки диамет-

ром не более 5 мм; стебли, ветки, кору — не более 3 мм; плоды и семена — не более 0,5 мм, после чего полученную массу помещают в эмалированную или фарфоровую посуду, заливают водой, закрывают крышкой и ставят на кипящую водяную баню. В большинстве случаев настой нагревают 15 минут, отвар — 30 минут при частом помешивании. После нагревания содержимое сосуда процеживают (например, через марлю или другой фильтр), а остаток сырья отжимают.

Полученный таким образом отвар или настой доводят кипяченой водой до первоначального (или нужного) объема и используют по назначению.

В народной медицине издавна настои готовят холодным и горячим способами. Холодный способ приготовления настоев состоит в том, что измельченные частицы лекарственного сырья заливают холодной кипяченой водой и настаивают в течение 4–6 часов в закрытом сосуде, после чего жидкую массу процеживают. При горячем способе приготовления настоев лекарственное сырье заливают кипятком и ставят на плиту на 15–20 минут или же в горячую печь на это же время, не доводя до кипения, после чего настой процеживают.

Для приготовления настоев и отваров общепринятой дозой в народной медицине является 1 столовая ложка сухого измельченного сырья на 1 стакан (примерно 250 мл) холодной воды или кипятка. Для сведения: 1 столовая ложка сухих измельченных корней соответствует 10 г, листьев — 5 г.

Отвары и настои готовят на 1–2 дня употребления, поскольку они довольно быстро портятся, особенно в летний период времени (или же при их хранении в теплом помещении). Хранить эти жидкие лекарственные формы следует в темном прохладном месте, не допуская попадания прямых солнечных лучей. Если же отвар или настой на следующий день надо принимать теплым, то его не подогревают, а разбавляют горячей водой.

Настойки

Настойки в домашних условиях готовят на 40–70 %-ном спирту (как правило). Измельченное лекарственное сырье заливают водкой или спиртом в соотношении 1:10, 2:10, 3:10 в стеклянной темной посуде, которую закрывают пробкой и выдерживают от 3 до 21 суток при периодическом помешивании. Затем настойку фильтруют через марлю или вату и вливают в темную склянку.

Справка. После сливания настойки следует остатки отжать и жидкость процедить через несколько слоев марли.

Принимают настойки в небольших дозах — по несколько капель в день в 2–3 приема, чаще с водой.

Срок хранения настоек 1–3 года.

О тех или иных изменениях в процессе приготовления настоев, отваров и настоек, используемых при лечении тех или иных заболеваний, будет дополнительно сказано в части книги, посвященной лечению болезней.

И еще. Обычно настойки (тонизирующие средства) принимают в холодное время года (осень, зима, весна), так как эти лекарства вызывают прилив крови к голове и сердцу. Правда, в теплый период времени настойки можно принимать как профилактическое средство, а также после перенесенных тяжелых операций, при длительных, изнурительных заболеваниях, при работе, связанной с большими физическими нагрузками.

Мази

Эту лекарственную форму чаще всего готовят из порошка того или иного дерева, используя для этого нужные его части (листья, цветки, корни). В качестве основы используют либо вазелин, либо топленый жир (скажем, свиной), а также растительное (желательно оливковое) или сливочное масло, с которыми и смешивают полученный порошок.

Соки

Лечебными свойствами обладают соки таких деревьев, как береза, липа, дуб, клен, ель, сосна. Для приготовления сока из корней (если того требует болезнь) или корневищ, эти части дерева перерабатывают сразу же после их выкапывания. Можно, разумеется, готовить соки из различных плодов. Для этого годятся плоды, только полностью созревшие.

3. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ЦЕЛЕБНЫХ ДЕРЕВЬЕВ

При лечении многих болезней используются десятки видов деревьев, из которых мы рассмотрим только те, которые чаще применяются в практической медицине, главным образом народной. Большинство из этих деревьев произрастает в среде обитания наших сограждан.

В этой части книги мы дадим общую характеристику целебных деревьев. Приведем перечень заболеваний, при которых применяются те или иные части различных деревьев, их отдельных органов. А в следующей, специальной части книги дадим не только характеристику заболевания, но и приведем рецепты, которые используются при лечении данного недуга.

АБРИКОС ОБЫКНОВЕННЫЙ

Абрикос относится к семейству розоцветных. Он культивируется в южных районах нашей страны. Дерево достигает высоты 5—7 м, кора его светло-бурая на старых деревьях, растрескивающаяся вдоль, молодые ветви красновато-коричневые, с чечевичками. Листья простые, яйцевидные, с заостренной вершиной. Цветки одиночные, бело-розовые. Плод — костянка, желтого или оранжевого цвета; мякоть плода сладкая, светло-коричневая; семена с плотной кожурой. Цветет абрикос в марте-апреле, плодоносит в июне-августе.



Рис. 1. Абрикос обыкновенный

Лекарственным сырьем абрикоса служат семена, получаемое из них масло. Кроме того, в медицинской практике широко используются плоды и абрикосовая камедь. Очень полезен для здоровья при болезнях печени и при гипертонии абрикосовый сок.

Мякоть плодов содержит много сахаров, небольшое количество инулина (полезного при сахарном диабете), крахмала, яблочную и лимонную кислоты, пектиновые вещества. Много в плодах абрикоса провитамина А, немало в них витамина В₁₂ и С. Абрикосы богаты солями калия.

Семена абрикосов содержат до 60% невысыхающего эфирного масла, которое по химическому составу близко к персиковому.

В связи с богатым содержанием солей калия в мякоти абрикоса его плоды (можно высушенные) рекомендуется употреблять при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

Мы выше говорили, что содержащийся в абрикосах инулин оказывает регулирующее влияние на углеводный обмен и поэтому эти плоды полезны при сахарном диабете. Но употребление абрикосов при этой болезни

рекомендуется ограничивать (до 5—6 штук в день), так как они богаты сахарами.

При кашле и икоте абрикос действует как успокоительное средство. Его употребление полезно при трахеитах, бронхитах, коклюше (эти рецепты, кстати, были предложены народными врачами Китая).

Сушеные абрикосы — курага и урюк — являются хорошими мочегонными средствами. Они богаты фосфором и магнием, которые требуются организму для активной работы головного мозга, и прекрасно его тонизируют. Недавно ученые установили положительное действие кураги и урюка на сосуды головного мозга. Абрикос улучшает память и повышает работоспособность.

Как сообщает иностранная пресса, 10 миллионов британцев по совету врачей ежедневно употребляют значительное количество витамина С. Давно доказано, что этот витамин укрепляет иммунную систему человека и способствует на ранней стадии предупреждению многих заболеваний. Но вот ученые из университета Южной Каролины в ходе интенсивных исследований установили, что употребление больших доз витамина С в таблетках (именно в таблетках) приводит к значительному сужению кровеносных сосудов за счет утолщения их стенок. А в итоге возрастает угроза инфаркта или инсульта (кстати, избыточное употребление тех или иных витаминов более вредно для организма человека, чем недостаточное их употребление).

Вместе с тем ученые объявили, что таблетки с витамином С с большим успехом можно заменить «живыми» его аналогами — абрикосами, апельсинами или лимонами.

Айва обыкновенная (или продолговатая)

Это деревце (или кустарник) культивируется у нас в южных районах, включая Северный Кавказ. Высота дерева достигает 5 м. Стволы и старые ветви с темносерой корой, гладкой; молодые — шерстисто-войлоч-

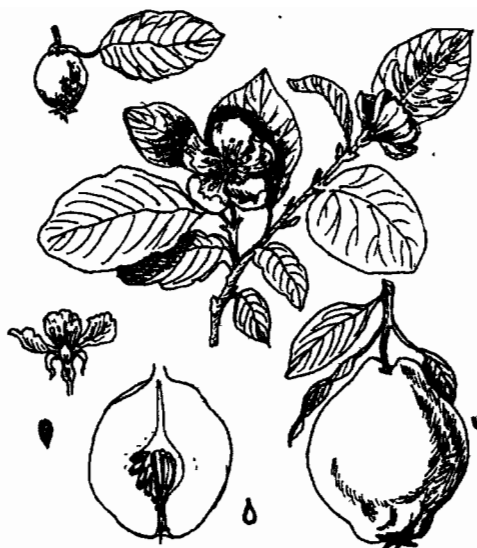


Рис. 2. Айва обыкновенная (или продолговатая)

ноопушенные. Листья короткочерешковые, эллиптические, коротко заостренные, сверху зеленые, снизу — сероватые от опушения.

Цветки одиночные, крупные. Плод — «яблоко». Семена красновато-коричневые, с сильно ослизняющей кожурой. Цветет айва в мае-июне. Плоды созревают в сентябре-ноябре. Растет айва на лесных полянах, вырубках и по берегам водоемов на равнинах и в нижнем горном поясе. Ее выращивают и в садах.

Лекарственным сырьем айвы являются семена и слизь на них, но в народной медицине с лечебными целями используются листья айвы, ее плоды. Сбор семян производится во время переработки плодов. Высушивают семена в сушилках при температуре не более 40–50 °С.

В плодах айвы содержатся пектин, дубильные вещества, яблочная, лимонная и винная кислоты, различ-

ные сахара, преобладающей среди которых является фруктоза. Айва богата железом, медью и витамином С. Семена айвы содержат около 20% слизи, легко разбухающей в воде, крахмал, эфирное масло, белковые, дубильные и минеральные вещества.

Свежие плоды айвы (в связи со значительным содержанием в них железа) рекомендуется применять при малокровии. Из свежих плодов можно приготовить настойки и экстракт и применять их с той же целью.

Высокое содержание в мякоти плодов айвы пектиновых и дубильных веществ обуславливает их использование при кишечных заболеваниях, сопровождающихся поносами. Припарки из сока айвы оказывают благоприятное действие при выпадении прямой кишки, трещинах заднего прохода. Отвары из семян плодов издавна применяют при кровохарканье, маточных кровотечениях.

В связи с высоким содержанием в семенах айвы слизистых и дубильных веществ из них готовят слизистые отвары, которые принимаются внутрь в качестве легкого слабительного и наружно в виде примочек как обволакивающее, а также при заболеваниях глаз.

Акация белая (робиния — ложноакация)

Акация белая — дерево высотой от 10 до 25 м, кора ее коричневая. Листья непарноперистосложные. Прилистники в виде колючек. Цветки акации белые, душистые, собраны в повислые кисти. Плод представлен бобом бурого цвета, он плоский и широкий. Цветет дерево в июне. Посадки его распространены, особенно в южных районах, повсеместно.

В цветках акации содержатся гликозид, робинин, эфирное масло (с запахом цветков дерева), содержащее метиловый эфир, и другие присущие акации вещества.

Лекарственным сырьем обычно является кора, которую заготавливают во время цветения акации. В народной медицине с лечебными целями используются и цветки, например при лечении варикозного расшире-

ния вен, а также при некоторых заболеваниях желудка. Поджаренные семена акации используют вместо кофе как общеукрепляющий напиток. Цветки ее обладают отхаркивающим эффектом, используются они и при лечении простудных заболеваний.

Апельсин сладкий

Это вечнозеленое дерево, достигающее высоты 10—12 м. Крона его компактная, листья темно-зеленые, с крылатыми черешками. Цветки апельсинового дерева белые, душистые, обоеполые. Плоды желтые, оранжевые или оранжево-красные. Мякоть кисло-сладкая. Цветет дерево почти постоянно.

Плоды апельсина содержат органические кислоты, сахара, азотистые и красящие вещества, минеральные соли, витамины А, В₁, В₂ и С. Богат апельсин и фитонцидами. Кожура плодов содержит несколько видов эфирных масел.

Для лечебных целей заготавливают плоды и кожуру.

Апельсин стимулирует аппетит, улучшает пищеварение. Применяются плоды при атеросклерозе, гипертонической болезни, болезнях печени, при ожирении, подагре, цинге. Апельсин обладает и послабляющим эффектом.

Апельсиновый сок хорошо утоляет жажду, особенно при лихорадочных состояниях. Соком, благодаря наличию в нем фитонцидов, промывают долго не заживающие раны и язвы.

Апельсины противопоказаны при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, гастритах с повышенной кислотностью желудочного сока.

БЕРЕЗА БОРОДАВЧАТАЯ (БЕРЕЗА ПОВИСЛАЯ)

Береза является лесообразующей породой в чистых или смешанных лесах. Дерево широко распространено на территории нашей страны. Высота его достигает 20 м.



Рис. 3. Береза бородавчатая

Ствол березы — белой, с гладкой корой и черными чечевичками по ней. Ветки тонкие, гибкие, часто повислые, со смолистыми бородавочками. Листья треугольные или почти ромбовидные, черешковые. Цветки однополые в поникающих кистях-сережках. Плоды — крылатые орешки. Цветет береза в мае-июне.

Почки березы содержат эфирное масло, смолистые вещества, флавоноиды, дубильные вещества, витамин С, каротин (провитамин А). Кора богата дубильными веществами, фитостеринами, смолистыми продуктами, танинами, эфирным маслом. Березовый сок богат сахарами, содержит дубильные вещества, минеральные соли, прежде всего калия, железа.

Лекарственным сырьем березы являются набухшие, но не распустившиеся смолистые почки и листья. Срезают также ветки, которые связывают в пучки и сушат в тени. Собранные ветки с почкам обиваются (или собираются вручную). Досушиваются почки в тени на воздухе или в сушилках при температуре 25–30 °С; нужно следить за тем, чтобы почки не распускались. Листья березы собирают в течение всего лета.

Готовое сырье — темно-коричневые или бурые почки — не должно содержать других частей растения (сережек, ветвей) более 8%, посторонних примесей.

Срок хранения лекарственного сырья — 2 года.

Кроме почек из березы получают березовый сок (патока), березовый уголь и березовый деготь, которые широко применялись в лечебных целях ещё нашими предками.

В медицинской практике применяют настой листьев березы, который обладает мочегонным эффектом, а отвар из почек — и желчегонным эффектом. Настой оказывает лечебный эффект при хроническом гастрите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Кроме того, настой обладает кровоочистительным действием при кожных заболеваниях. Он полезен больным, страдающим отеками, связанными с сердечной или почечной недостаточностью.

Препараты березовых почек используют для втираний, компрессов и ванн при миозитах, артритах, плохо заживающих ранах, экземе, пролежнях.

До нас дошли многие старинные рецепты, из которых явствует, что бруньки (так в древности назывались березовые почки) широко применялись при лечении заболеваний желудка и печени, для поднятия общего тонуса и эффективного очищения организма.

Наши далекие предки широко пользовались спиртовым настоем на березовых бруньках, которые являлись отличным ранозаживляющим средством. Такой настой лечит, например, такую страшную болезнь, как туберкулез. Березовый «бруньковый» настой применяют в качестве мочегонного, желчегонного и дезинфицирующего средства.

Спиртовые настойки на березовых брусничках эффективны также при лечении сердечных заболеваний. Еще они применяются наружно для втирания при невралгических болях, миозитах, при артритах, ревматизме в виде компрессов.

В солнечную погоду в начале мая обязательно собирайте пыльцу березы. Эта пыльца, бесспорно, один из драгоценнейших даров березы! Это прекрасный природный антибиотик, подавляющий болезнетворные микробы. Принимать пыльцу лучше натощак или незадолго до еды. Норма для взрослого — 20 граммов в день (4 чайные ложки), для детей старше 3 лет — 1 чайная ложка. Принимать нужно по месяцу в начале каждого сезона (4 раза в год).

Спиртовые настойки на березовых брусничках аналогичны действию березового сока. Поэтому всем без исключения полезно пить по утрам натощак стакан березового сока.

Свежий березовый сок действует на организм общеукрепляющее и мочегонно. Он полезен при мочекаменной болезни, простудных недугах, подагре, ревматизме. Наружно его применяют при различных кожных заболеваниях.

Березовый деготь издавна применялся наружно при лечении кожных заболеваний. Это вещество березы входит основной частью в известную многим мазь Вишневского, а также в состав дегтярного мыла.

Активированный уголь, получаемый из березы, издавна применяют при различных отравлениях, метеоризме, повышенной кислотности желудочного сока.

Березовые веники с древних времен используют в банях для закаливания организма. Они прекрасно стимулируют обменные процессы, улучшают кровообращение.

С незапамятных времен люди с большим успехом используют очень полезный для своего здоровья березовый гриб — чагу (кстати, такой гриб растет иногда на осинах и на рябине).

Для лечебных целей собирают неправильной, желвакообразной формы наросты с черной, сильно изры-

той и растрескавшейся поверхностью. Внутренняя ткань этих наростов темно-коричневая, очень твердая (не поддается царапанию ногтем). Собранные грибы высушивают при температуре не выше 50 °С. Высушенный гриб хранится обычно 4–6 месяцев.

Березовый гриб содержит много целебных компонентов, которые еще мало изучены, но которые обладают выраженным целебным эффектом. Этот целебный березовый продукт с давних времен применяют для лечения злокачественных опухолей различной локализации, особенно в тех случаях, когда не показано хирургическое вмешательство или лучевая терапия. В последние годы чагу применяют и для лечения язвенной болезни желудка. Особенно эффективна чага при лечении заболеваний желудка, сопровождающихся пониженной кислотностью его сока. В этих случаях при-

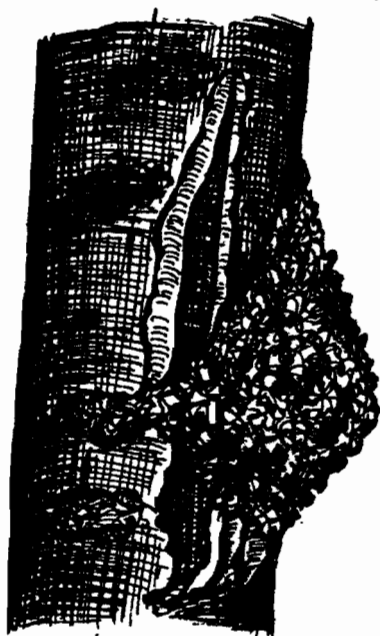


Рис. 3а. Чага

менение гриба приводит к улучшению общего состояния больных, снимает тошноту, болевые ощущения в подложечной области и нормализует деятельность кишечника.

Настой чаги применяют с успехом при заболеваниях, сопровождающихся задержкой жидкости в организме (но настой в этом случае должен быть двойной крепости, о чем мы будем говорить ниже, рассматривая заболевания почек и сердца, протекающие с отеками).

Из чаги медицинская промышленность уже давно выпускает полугустой экстракт под названием бефунгин. Этот препарат оказывает общетонизирующее и болеутоляющее действие, и применяют его при хронических гастритах, дискинезиях желудочно-кишечного тракта с явлениями атонии, а также при язвенной болезни желудка. Кроме того, врачи издавна назначают бефунгин в качестве симптоматического средства, улучшающего общее состояние онкологических больных.

Бефунгин выпускается во флаконах по 100 мл. Хранят лекарство в прохладном, защищенном от света месте.

Чага противопоказана больным с хроническим колитом и хронической дизентерией. При лечении чагой исключено применение пенициллина и внутривенное вливание глюкозы. Кроме того, при употреблении чаги необходимо соблюдать молочно-растительную диету, ограничивать употребление мяса, животных жиров, острых блюд.

Вишня обыкновенная

Вишня широко разводится в садах как на юге, так и в средней полосе России, в Западной Сибири.

Дерево достигает 2—7 м высоты. Стволы его — с серо-бурой корой. Листья простые, черешчатые, заостренные, по краям пильчатые. Цветки правильные, обоеполые, сидящие на длинных цветоножках в зонтиках. Чашечка после цветения опадает. Плод — костянка,

сочная, темно-красная. Косточка очень твердая, светло-желтая, односемянная. Семя ядовито.

В плодах вишни содержатся сахара (глюкоза, фруктоза), витамины А, В₁, С, РР, а также органические кислоты (лимонная, яблочная), дубильные, красящие вещества. В плодах вишни имеется такой жизненно важный микроэлемент, как медь, оказывающий благоприятное влияние на процессы кроветворения. Богата вишня и танинами, ферментами. Кора ее содержит дубильные вещества, гликозиды, лимонную кислоту.

Плоды и плодоножки вишни оказывают стимулирующее действие на аппетит, обладают противовоспалительным действием, способствуют выходу песка из мочеточников. Вишня полезна тем, кто страдает половой слабостью.

В народной медицине вишня применяется как лечебное средство с давних времен. Вишневый сок назначают как отхаркивающее средство при трахеитах, брон-



Рис. 4. Вишня обыкновенная

хитах и в комплексе лечебных средств при бронхоэктатической болезни. Водные настои из мякоти плодов употребляются как освежающее и жаропонижающее средство при простудных заболеваниях, и кроме того, эти настои рекомендуются для повышения аппетита, уменьшения процессов брожения в кишечнике и как нежное послабляющее средство.

Эмульсия из семян вишни и отвары из ее плодоножек обладают хорошим мочегонным эффектом и рекомендуются для лечения мочекислых диатезов и заболеваний сосудов. Отвары из веточек вишни оказывают хорошее противовоспалительное действие и назначаются при хронических колитах. Получен положительный эффект при применении отваров свежих листьев вишни в молоке при желтухах различного происхождения и при применении свежих листьев и тампонов из них при наружных кровотечениях (повреждение кожных покровов, слизистых оболочек, носовые кровотечения).

ГРАНАТ (ГРАНАТИК)

Это, как правило, многоствольное кустообразное дерево высотой до 5 м. Его молодые побеги зеленовато-серого цвета, а во вторую половину вегетации — коричневые. Кора старых побегов грязно-серая, трещиноватая. Листья простые, иногда сближенные в пучки, толстые, блестящие. Цветки у граната крупные, кувшинообразные, огненно-красные, формируются обычно в пазухах листьев побегов текущего года или на их концах. Плод крупный, округлый, несколько приплюснутый с концов, твердый, ярко-красный или желтоватый, с кожистым околоплодником. Внутри плода имеются 5—12 гнезд, разделенных пленчатыми перегородками; в гнездах находятся многочисленные семена — угловатые, окруженные сочной пурпурной прозрачной мякотью кислого или кисло-сладкого вкуса. Цветет гранат в мае-августе, а плодоносит в сентябре-октябре.

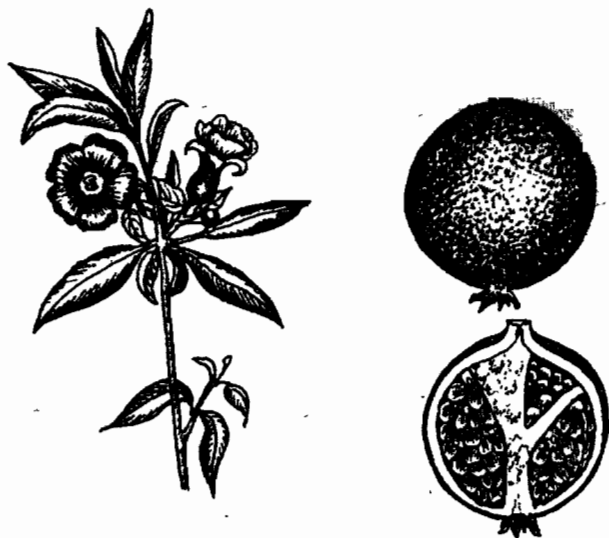


Рис. 5. Гранат

Кора корней и ветвей содержит дубильные вещества, алкалоиды, гликозид, минеральные соли и др. Цветки содержат красящие вещества и значительное количество дубильных веществ. Кожура плодов весьма богата дубильными веществами, кислотами (лимонной, урсоловой). В соке плодов имеются сахар, в том числе глюкоза, лимонная кислота, витамин С, соли кальция, калий, марганец, натрий, магний и др. Семена содержат эфирное масло.

Кора корней и ветвей обладает эффективным парализующим действием на ленточных глистов. Кожура плодов оказывает противовоспалительное, вяжущее и закрепляющее действие. Сок плодов обладает хорошим противоглистным свойством: он возбуждает аппетит, регулирует деятельность желудка и кишечника. Сок обладает мочегонным, желчегонным и сильным обезболивающим эффектом, а также оказывает противовоспалительное действие.

лительное действие. Цветки оказывают вяжущее и противовоспалительное действие, семена — мочегонное, желчегонное и возбуждающее аппетит.

Настой цветков граната применяется при обильных менструациях, жидком стуле. Наружно его используют для более быстрого заживления ран. Припарками из цветков пользуются для прикладывания к воспаленным местам. Гранатовым соком полоскают ротовую полость при воспалительных процессах в горле. Соком, разведенным водой, тщательно обрабатывают ожоговую поверхность кожи, после чего ее присыпают порошком из сухой кожуры плода. Внутреннее применение коры и корней граната требует большой осторожности и контроля лечащего врача.

Груша обыкновенная

Это обыкновенное плодовое дерево нашей страны, высота которого достигает 25 м. Листья груши яйцевидные или округлые, кожистые, блестящие. Цветки белые с нижней завязью и многими тычинками. Плод чаще грушевидный, но бывает и округлым. Цветет груша в мае, а плодоносит в августе-октябре. Имеется много сортов груши, отличающихся друг от друга как по своему внешнему виду, так и по вкусу.

Плоды груши содержат сахара, органические кислоты (в основном яблочную), дубильные, пектиновые, минеральные вещества, флавоноиды, энзимы, фитонциды. Груша довольно богата витаминами А, В₂, В₆, С.

Плоды груши обладают вяжущим, регулирующим пищеварение, противохерядочным, анестезирующим, антисептическим, мочегонным и закрепляющим эффектами. Груша всегда считалась прекрасным диетическим продуктом. Ее рекомендуют включать в рацион больных сахарным диабетом.

Вареные и печеные груши смягчают сильный кашель, удушье. Их рекомендуют включать в питание больных туберкулезом легких. Густой отвар плодов используют для примочек при головной боли.

Дуб обыкновенный

Дуб обыкновенный — широко распространен в лесах, лесостепных и степных районах юго-востока нашей страны. Нередко образует дубовые леса на водоразделах и по балкам.

Дуб может достигать высоты до 40 м, корни у него мощные, ветвистые. Ствол — до 7 м в диаметре, широкораскидистая крона. Кора темно-коричневая, растрескавшаяся. Листья обратно-яйцевидные, перистолопастные. Цветки однополые. Плод — желудь. Цветет дуб в мае. Плоды созревают в сентябре.

Главное действующее начало дерева — дубильные вещества, в основном и определяющие практическое использование лекарственного сырья, каковым является кора. Ее собирают ранней весной с молодых ветвей во время сокодвижения. Сушат кору в тени или провет-



Рис. 6. Дуб обыкновенный

риваемом помещении. Готовое сырье — куски коры длиной до 20–30 см, с поверхности слегка морщинистые, серо-бурые. Сырье не должно содержать потемневшей коры более 5%, посторонних примесей — более 1%. Срок хранения лекарства — 5 лет.

В народной медицине кроме коры в лечебных целях издавна используют желуди и листья дуба. Так, из очищенных поджаренных желудей варили кофе, который принимали при различного рода кишечных коликах, малокровии, а свежие листья дуба прикладывали к гнойным ранам для их скорейшего заживления.

Кора дуба издавна широко применялась при лечении всевозможных недугов. Отвар из нее применяли для ванн и полосканий при болезнях ротовой полости, ожогах, кожных трещинах, экземах, геморрое. Настой же использовали при поносе, желудочно-кишечных кровотечениях. Настойка с хорошим эффектом применяется для полосканий при воспалительных процессах полости рта. Она ускоряет избавление от прыщей, других гнойников. Ее применяют при лечении обморожений.

ИВА БЕЛАЯ (ИВА КОЗЬЯ, ВЕТЛА, РАКИТА)

Это дерево еще нередко называют вербой. Ива встречается обычно на песчаных почвах, служа для их укрепления. Но нередко растет в долинах рек, около прудов, озер. Ива белая широко распространена в нашей стране, в том числе в Западной Сибири.

Все ивы (а их насчитывается несколько видов) — многолетние древесные растения — деревца (ива белая) или кустарники (все остальные). Листья ее простые, с прилистниками, черешковые, цельные.

Цветки без околоцветника, однополые, собраны в кисти, часто поникающие — сережки. Плод — коробочка. Семена волосистые. Цветет в апреле-мае.

Действующие начала содержатся в коре — витамин С, флавоны, гликозид, салицин, дубильные вещества. Кору



Рис. 7. Ива козья

собирают ранней весной. Сушка и хранение аналогичны дубу.

В народной медицине применяется кора ивы в виде отвара, который используется при лихорадочных состояниях, ревматизме, а также как вяжущее и противовоспалительное средство при стоматитах, гингивитах и катарах верхних дыхательных путей. Используют настой как кровоостанавливающее (желудочные и маточные кровотечения), мочегонное и желчегонное средство.

Порошок из коры ивы применяется как кровоостанавливающее средство (он наносится на раневую поверхность).

Инжир (смоковница, фиговое дерево)

Это дерево относится к семейству тутовых. Встречается в Закавказье, в Крыму и в Средней Азии на каменистых открытых склонах. Разводится инжир в садах южной зоны России.

Инжир — однодомное или двудомное листопадное дерево (или ветвистый кустарник) с гладкой светлосерой корой и млечниками во всех органах. Листья простые, крупные, черешковые. Цветки однополые, сидящие в полости мясистой шаровидной или грушевидной разросшейся оси соцветия. Плоды — многочисленные мелкие орешки, заключенные внутри фиги.

Сбор плодов производится по мере созревания. Для лечения используются и соплодия — винные ягоды. Народные лекари применяют с лечебной целью и млечный сок инжира.



Рис. 8. Инжир обыкновенный

Соплодия инжира очень ценны, так как содержат много сахара. Довольно много в инжире белков, которые хорошо усваиваются организмом, витаминов; очень много солей калия, кальция, магния, фосфора и железа, клетчатки и щавелевой кислоты. Кроме того, плоды инжира содержат растительный фермент фицин, обладающий свойством фибролизина (что способствует разжижению сгустков крови).

В народной медицине инжир, сваренный в молоке, применяется как лечебное средство при острых катарах верхних дыхательных путей, трахеитах, бронхитах, бронхоэктатической болезни. Инжир издавна рекомендуется при гастритах, хронических запорах, а также для улучшения состава крови, как отхаркивающее и мочегонное средство. Отвар инжира, варенье и приготовляемый из сушеных фиг кофе обладают потогонным и жаропонижающим эффектом и оказывают благоприятное действие при ларингитах, трахеитах и бронхитах. Разваренные в молоке плоды инжира ускоряют созревание нарывов (при наружном употреблении).

Инжир противопоказан больным сахарным диабетом, острыми воспалительными заболеваниями кишечника и больным с нарушением обмена щавелевой кислоты.

КАШТАН КОНСКИЙ

У нас в стране каштан конский произрастает в южных регионах и в средней полосе европейской части. Высота дерева достигает 30 м, у него широкая и густая крона с темно-бурой корой. Листья черешковые, пальчато-сложные, средний листочек больше других. Цветки белые, неправильные. Соцветия — прямостоячая пирамидальная метелка. Плод — округлая коробочка, усеянная шипами. Семена крупные, бурые. Цветет конский каштан в мае-июне, плодоносит в сентябре-октябре.

Лекарственным сырьем является кора, реже семена и их кожура, цветки. Сбор цветков производят в мае-



Рис. 9. Каштан конский

июне, коры — ранней весной, а семян — по мере созревания. Цветы каштана употребляются как в свежем, так и в сушеном виде, семена — в свежем.

Кора ветвей содержит гликозиды, дубильные вещества и эфирное масло. В цветках найдены флавоноиды, рутин и пектиновые вещества. В семенах содержатся флавоноиды, дубильные вещества, крахмал.

Наши предки хорошо знали, что каштан конский повышает устойчивость кровеносных сосудов, улучшает состав крови. Доказано, что лекарственное сырье из этого дерева благоприятно влияет на деятельность сердечно-сосудистой системы, поэтому отвар из листьев каштана полезен при коронарной болезни, ревматизме. Биохимические исследования показали, что при употреблении каштана уменьшается свертываемость

крови, предотвращается тромбообразование и снижается артериальное давление. Проведенные клинические испытания подтвердили выводы биохимиков: препараты из конского каштана эффективны при лечении варикозного расширения вен, тромбозов, геморроя.

Настои и отвары, приготовленные из листьев или семян конского каштана, применяются при лечении туберкулеза легких, подагры, при нарушении желчной секреции, ишиасе, расстройстве желудка и кишечника.

КЕДР СИБИРСКИЙ (СОСНА СИБИРСКАЯ)

Это мощное дерево сибирских лесов за свою долгую жизнь достигает высоты 20–40 м. Его крона густая, колоновидная. Хвоинки дерева длиной 6–13 см, трехгранные, собранные по пять в торчащие темно-зеленые



Рис. 10. Кедр сибирский

пучки. Шишки кедрa длиной 5–13 см, прямостоячие, бочковидные, светло-бурые. Орехи (семена) длиной 8–14 мм, шириной 5–10 мм, с тонкой темно-коричневой скорлупой, съедобные.

Цветет кедр, или, как говорят, пылит, в конце мая — июне. Семена созревают на второй год жизни кедрa (осенью), который начинает плодоносить в возрасте 25–30 лет, а иногда даже и в 60 лет.

Заготавливают хвою в течение года; живицу — весной и летом; орехи — осенью. Лучше всего собирать хвою с тонких, небольших веточек длиной 3–4 мм. После сбора хвои ее моют холодной кипяченой водой, измельчают ножницами, высыпают в эмалированную посуду (для лечебных целей) в соотношении 1 стакан хвои на 4 стакана горячей воды. Воду слегка подкисляют уксусом. И спустя несколько часов настой процеживают через двойной слой марли. Хранят настой в прохладном месте не более 10 дней.

Хвоя кедрa богата витамином С и каротином. Кроме того, в хвое, а также в почках и молодых побегах содержатся эфирные масла и микроэлементы (марганец, медь, железо, магний, никель, кобальт, йод). Ядра кедровых орехов содержат много (до 60%) масла, крахмал, белки, углеводы, клетчатку, витамины группы В, Д и Е, органические кислоты, дубильные вещества.

Хвоя кедрa обладает антимикробным, отхаркивающим, противоцинготным действием. Орехи обладают как противоцинготным, так и кровоочистительным действием, а смола — ранозаживляющим и дезинфицирующим свойствами.

Кедр и его составные части, в том числе и скорлупу орехов, применяют при туберкулезе, болезнях почек и мочевого пузыря, при различных нервных расстройствах. Хороший лечебный эффект наблюдается при использовании настойки из толченых кедровых орехов для лечения ревматизма, болезней печени, артритов. Молоко, получаемое из орехов, полезно при лечении туберкулеза легких. Смола кедрa помогает избавиться от фурункулеза. Кедровые орехи полезны страдающим

атеросклерозом, гипертонией, гастритами (с повышенной кислотностью желудочного сока), язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки. Полезны орехи и при малокровии.

Хвойный напиток обогащает организм витаминами, прежде всего витамином С.

Клен платановидный

Клен растет в наших европейских широколиственных и смешанных лесах. Культивируется он в парках и садах. Дерево достигает высоты 20 м. Крона его раскидистая, кора серо-бурого цвета, молодые побеги — красноватого. Листья на длинных черешках, пальчато-пятилопастные. Цветки клена желтовато-зеленые. Плод плоский, с двумя крыльями (распадается на

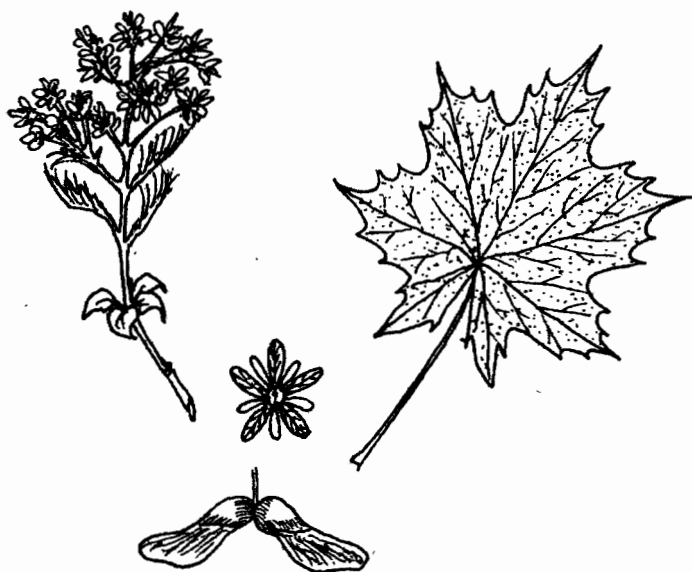


Рис. 11. Клен платановидный

2 орешка). Цветет дерево в апреле-мае, а плодоносит в сентябре.

Для лечебных целей заготавливают кору корней и ветвей. Листья заготавливают летом, плоды — осенью, а сок — весной.

В плодах клена, его корнях и ветвях обнаружены алкалоиды, сапонины, дубильные вещества. Сок содержит витамин С и различные органические кислоты.

В народной медицине клен издавна используется при лечении болезней почек и мочевого пузыря, а также как отхаркивающее средство при простудных заболеваниях. Настоем из измельченных плодов промывают гнойные и трудно заживающие раны. Сок клена восполняет в организме витамин С, его принимают и как общеукрепляющее лекарство.

Лавр благородный (Бобковое дерево)

Редкая хозяйка не бросит в суп лаврушку, ведь благодаря ей блюдо получается более вкусным и ароматным. В Элладе и Древнем Риме лавр считался священным деревом. Его высаживали у храмов, посвященных богу Солнца и эталону мужской красоты: победитель всегда изображался с лавровым венком на голове. Издавна лавр был символом величия и победы. Но не все знают, что лавр — настоящий лекарь.

Лавр благородный — вечнозеленое дерево высотой до 18 м. Кора его бурая, гладкая, а крона густая. Листья продолговато-ланцетные, заостренные, кожистые, сверху блестящие, с пряным своеобразным запахом. Цветки однополые, состоящие из 4 листочков, они собраны в многочисленные пазушные зонтики. Плод — черно-синяя эллиптическая костянка. Цветет лавр в марте — мае, плодоносит в октябре-ноябре. Культивируется дерево как декоративное растение.

Заготавливают листья зимой, а плоды — после их созревания.

Лавр богат фитонцидами, содержит множество необходимых нам микроэлементов, дубильных веществ. Его



Рис. 12. Лавр благородный (бобковое дерево)

листья богаты эфирным маслом, кислотами (уксусная, валериановая, капроновая). В плодах имеются эфирное масло, фитостерин, смолы, спирт.

Лавр способен выводить шлаки из организма, повышать иммунитет. Настой из него выгоняет песок и камни из почек, снимает спазмы, возбуждает аппетит. Он входит в состав растительного масла, которое используется при лечении артритов, миозитов, невралгии. Настой полезно пить при заболеваниях кожи, при ревматизме, остеохондрозах.

Лавровое масло используют наружно при вышеуказанных заболеваниях.

Лимон (цитрус лимон)

Лимон, как известно, вечнозеленое дерево, достигающее высоты 3–4 м, крона дерева пирамидальная или раскидистая, колючая. Листья продолговато-яйцевид-



Рис. 13. Лимон (цитрус лимон)

ные, заостренные, кожистые, блестящие, с характерным запахом. Плод белый, ягодообразный, морщинистый, с семенами. Цветет лимон в мае-июне, плодоносит в ноябре-декабре.

С лечебными целями заготавливают плоды, кожуру (цедру), сок.

В плодах имеется лимонная кислота, сахара, соли калия, медь, витамины А, В₁, В₂, С, Р, флавоноиды, фитонциды. В кожуре плодов, в листьях и в семенах содержится эфирное масло.

Лимон, благодаря большому содержанию в нем лимонной кислоты, хорошо утоляет жажду, оказывает мочегонное и желчегонное действие. Обладает лимон и противовоспалительным, бактерицидным, противоглистным эффектами:

Настойка из лимонной цедры возбуждает аппетит, действует успокаивающе. Оказывает она и болеутоляющее действие при ревматизме, подагре, радикулите.

Лимонный сок показан больным при отложении солей, подагре, ревматизме, хроническом гастрите с пониженной кислотностью желудочного сока. А разведенный водой лимонный сок используют для полоскания полости рта и горла. Им протирают кожу, пораженную грибками, а также используют для выведения веснушек и родимых пятен.

Липа мелколистная (липа сердцевидная)

Липа — общеизвестное широколистное дерево, широко распространенное в качестве лесообразующей породы. Встречается на юго-востоке в лесостепных районах, в подлеске лиственных лесов.



Рис. 14. Липа мелколистная (липа сердцевидная)

Липа — дерево высотой до 30 м, кора ее гладкая, темно-коричневая. Листья черешковые, без прилистников, сердцевидные при основании, мелкопильчатые по краю. Цветки душистые, бледно-желтые, в полужонтиках. Цветет липа в июне-июле.

Цветки липы содержат эфирное масло, гликозид, дубильные вещества, воск, сахар, слизь, витамин С, каротин. Листья содержат фитонциды.

С лечебными целями заготавливают цветки с прицветниками и листья в июне — августе; кору — ранней весной или поздней осенью.

Липовый цвет издавна применяется в качестве потогонного средства. Настой из цветков рекомендуется для полоскания полости рта, зева при воспалительных процессах.

Разваренная молодая липовая кора дает много слизи и применяется для лечения ожогов, подагры, геморроя. Отвар из свежих цветков употребляется внутрь при резах в мочеиспускательном канале. Измельченные свежие почки или свежие листья употребляются местно в качестве противовоспалительного, болеутоляющего и смягчительного средства при ожогах, воспалении молочных желез. Порошок из листьев употребляют для остановки носовых кровотечений. Листьями липы обвязывают голову при головной боли.

Магнолия крупноцветная (магнолия крупноцветковая)

Магнолия крупноцветная разводится у нас на черноморском побережье Кавказа. Это вечнозеленое дерево со светло-бурой корой достигает высоты до 30 м.

Листья его простые, продолговатые, кожистые, короткочерешковые, сверху голые, блестящие, снизу густо короткоопушенные. Цветки одиночные, крупные, душистые. Плодики кожистые, односемянные. Семена красные, в зрелых плодиках висящие на тонких нитях. Цветет магнолия в июне. Растение ядовито!

Заготавливают с лечебными целями листья и цветки во время цветения; кору — в марте; плоды и семена — осенью.

Листья магнолии содержат алкалоиды, рутин, эфирное масло.

Магнолия вызывает длительное и стойкое понижение артериального давления, расширяет кровеносные сосуды, уменьшает сердцебиение и боли в области сердца, улучшает общее состояние больных, обладает мочегонным эффектом.

Настой из листьев магнолии применяют при облысении, а настойку — при ревматизме. Жидкий спиртовой экстракт назначают при гипертонической болезни, главным образом на ранних стадиях ее развития.

Мандарин японский (цитрус уншу)

Это вечнозеленое дерево достигает высоты 4 м, ветки его сероватые, с кожистыми душистыми листьями, содержащими многочисленные вместилища эфирного мас-



Рис. 15. Мандарин японский (цитрус уншу)

ла. Цветки мелкие, душистые, белые. Плоды округло-приплюснутые, оранжево-желтые, кисло-сладкие, с легко отделяющейся тонкой ароматной кожурой, содержащей эфирное масло. Цветет мандарин в феврале — апреле. Плодоносит в октябре — декабре.

С лечебными целями заготавливают плоды и кожуру спелых плодов.

Мякоть мандарина содержит сахара, органические кислоты, в частности лимонную, витамины (прежде всего витамин С), фитонциды. Кожура содержит оранжевые и желтые пигменты, включая каротин, спирты, ароматное эфирное масло, состоящее из альдегидов и метилового эфира, который и придает своеобразный запах и вкус мандариновому маслу. Эфирное масло содержится также в цветках, листьях и молодых побегах.

Отвар из сухой кожуры мандарина способствует повышению аппетита, улучшению пищеварения, оказывает отхаркивающее действие. Сок мандарина рекомендуется втирать в участки кожи, пораженные грибами.

ОЛЕАНДР ОБЫКНОВЕННЫЙ

Это ядовитое (!) дерево или кустарник снабжено крепкими, прямыми, торчащими ветвями. У нас в стране культивируется как декоративное растение на Черноморском побережье Кавказа.

Листья олеандра многочисленные, кожистые, узколанцетные, длиной 10—20 см и шириной 2—3 см, заостренные, сидящие по три в мутовке. Верхняя сторона листьев темно-зеленая, слегка блестящая, нижняя — светло-зеленая. Цветки олеандра крупные, красные, розовые или белые. Цветет дерево в июне-июле.

С лекарственной целью заготавливают листья до начала активного роста или осенью, после вегетационного периода.

Олеандр в своем составе содержит гликозиды, оказывающие выраженное действие на сердечную мышцу.

Настойку, приготовленную из листьев олеандра, рекомендуют принимать при нервном истощении, слабой памяти, головной боли, бессоннице, рвоте, метеоризме, мокрой экземе, лишаях, а также при сердечной недостаточности.

ОЛЬХА СЕРАЯ

Это дерево распространено по всей территории европейской части страны и в Сибири.

Достигает высоты 5–15 м, встречается по сырым лесам, у водоемов с проточной водой, по берегам рек и озер, в поймах рек, часто образуя сплошные заросли — ольшаники.

Кора у ольхи серо-бурая, листья цельные) яйцевидно-эллиптические, клейкие. Цветки однополые, собраны в сережки. Плоды сложные, известные под названием шишек, зимуют на растениях и опадают на второй год после обсеменения.



Рис. 16. Ольха серая

С лечебными целями заготавливают кору молодых деревьев до начала распускания листьев; шишки — осенью или зимой, после того как они почернеют; листья употребляют свежими. Готовое сырье не должно содержать осыпавшихся семенных чешуек более 3%, стеблей без шишек — более 3%, соплодий с длинными (более 1 см) стеблями — более 10% и прочих примесей. Срок хранения шишек и коры — 4 года.

Ольховые шишки, кора и соплодия содержат дубильные вещества. В листьях имеются гликозиды, различные кислоты. Кроме того, в коре имеются смолы.

Настои из измельченных шишек ольхи используют при простудных заболеваниях, ревматизме. Им полощут рот, горло. В качестве противовоспалительного средства настои применяют для обработки ожоговых ран, а также при ревматизме в виде компрессов, ванн. Настойку применяют при простудных заболеваниях, ревматизме. Измельченные молодые листья прикладывают к ранам и нарывам. Препараты из шишек, листьев и коры, кроме того, нашли применение для лечения подагры.

ОРЕХ ГРЕЦКИЙ

Это дерево широко культивируется на Кавказе и других южных регионах страны. Высота его достигает 20 м и более, кора дерева светло-серая, крона раскидистая, листья черешковые, непарноперистые, до 45 см и более длины, с 3–4 парами листочков. Цветки мелкие, невзрачные, однополые, тычиночные, собраны в длинные висячие соцветия-сережки длиной до 8–10 см, плод — ложная костянка. Скорлупа ореха серовато-коричневая, деревянистая. Цветет орех грецкий в апреле-мае.

В народной медицине заготавливают листья во время цветения; зеленые околоплодники — в августе; плоды — после их созревания, в сентябре.

Листья содержат гликозиды, дубильные вещества, минеральные соли, витамин С, каротин, эфирное масло.

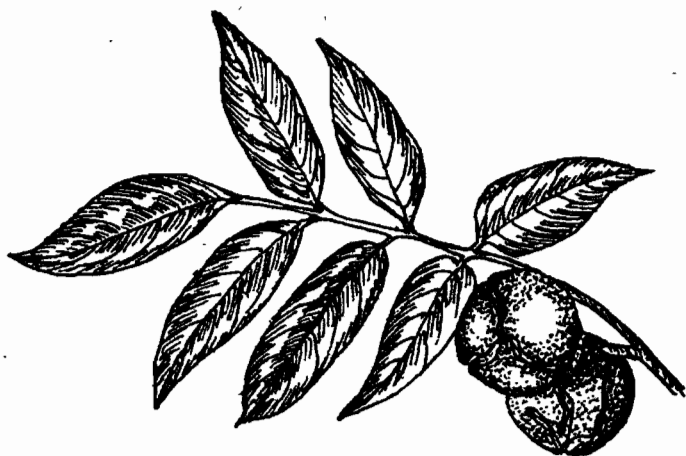


Рис. 17. Орех грецкий

Обладают антисептическим, тонизирующим, общеукрепляющим, вяжущим, легким слабительным и противоглистным действием. Они улучшают обмен веществ при кожных заболеваниях, рассасывают инфильтраты, подавляют воспалительные процессы.

Еще Авиценна рекомендовал употреблять толченый грецкий орех с медом для лечения туберкулеза легких. В древности этот плод считался средством, предупреждающим отравления самыми сильными ядами. Для изгнания остриц и ленточных глистов давали больным свежесжатое масло или сухие орехи с вином. Издавна в народе пользуются при кожном туберкулезе ваннами с добавлением отвара из листьев грецкого ореха. Кора ореха, высушенная и превращенная в мелкий порошок, оказывает нежное слабительное действие.

Отвар из листьев грецкого ореха применяют для ванн при лечении ревматизма, подагры, рахита, угревой сыпи, гнойников, экземы и для полосканий полости рта при ангине и воспалении десен. С этой же

целью используется и настой. Мазь, приготовленную из свежих листьев, применяют наружно при ранах и язвах на коже. Свежие измельченные листья также прикладывают к ранам и язвам для их быстрого заживления.

ОСИНА (ГОРЕЧАВКА, ШЕПТУН-ДЕРЕВО)

Растет осина по лесам и кустарникам, часто по вырубкам и пожарищам, в березняках во многих регионах России. Дерево достигает высоты до 30 м. Его кора серая, гладкая. Почки мелкие, остроконечные, коричневатые, вначале мохнатые, потом становятся голыми. Листья осины на коротких ветвях, длинночерешковые, округлые или треугольные, голые. Семена мелкие, черные. Цветет осина в конце апреля — начале мая.

Для лечебных целей заготавливают кору молодых ветвей весной. Весной заготавливают и почки, листья — в мае-июне.

В почках содержатся гликозиды, смолистые вещества, спирт (маннит), минеральные соли. Свежие листья содержат значительное количество витамина С, каротин, эфирные масла. Из коры выделены галловая кислота, ферменты.

Почки осины обладают потогонным, мочегонным, вяжущим, отхаркивающим, противовоспалительным, обезболивающим и ранозаживляющим действием. Настойку из листьев осины применяют при желудочных заболеваниях, хроническом воспалении мочевого пузыря, болезненном мочеиспускании, геморрое, фурункулезе, подагре, ревматизме. Применяют настойку и наружно для лечения ожогов, экземы, геморроя, фурункулеза. Настой из почек полезен больным, страдающим циститом, геморроем, острым гастритом, простатитом. Настой обладает хорошим мочегонным действием.

Мазь из измельченных почек осины применяют при воспалительных процессах на коже, геморрое, ушибах, ревматизме. Припарки из молодых измельченных лис-

тьев, обваренных кипятком, прикладывают к пораженным суставам (при ревматизме, подагре), к геморроидальным шишкам. Уголь, получаемый из древесины, применяют при отравлениях (аналогично активированному углю).

Персик обыкновенный (жердели)

Персик обыкновенный достигает высоты 3—5 м, разводится он в садах как ценное плодое дерево в южных районах страны. Крона персика широкая, кора красновато-коричневая. Листья удлинленно-ланцетные, с заостренной верхушкой. Цветки многочисленные, почти сидячие. Плод — костянка, крупная, шарообразная, зеленовато-белая с румянцем. Косточка крупная, крепкая. Семя горьковатое, с запахом миндаля. Цветки персика распускаются раньше листьев или одновременно с ними — в марте-апреле.

Для лечебных целей заготавливают цветки во время цветения; плоды и семена — после их созревания.

Плоды персика содержат сахара, клетчатку, эфирное масло, белки, органические кислоты (яблочную, винную, лимонную, хинную), группу витаминов В, А, С, Е, микроэлементы (калий, кальций, магний, кремний, серу, йод, фтор, фосфор, железо, никель, цинк). Семена содержат жирное масло, гликозид, горькое эфирное миндальное масло.

Листья и цветки персика обладают мочегонным и слабительным действием; плоды — слабительным, улучшающим пищеварение действием. Обладают они также противорвотным и противодиагонным свойством.

Отвары из листьев персика помогают больным, страдающим ревматизмом, головными болями. Их используют для горячих ванн, при экземе. Отвар из цветков рекомендуют принимать в качестве мочегонного и слабительного средства. Персиковый сок показан больным с нарушениями сердечного ритма, при пониженной кислотности желудочного сока (при гипоацидных гастритах), при запорах. Противопоказан этот сок при

аллергических заболеваниях, сахарном диабете, ожирении.

Плоды персика рекомендуется употреблять при сердечно-сосудистых заболеваниях, болезнях органов дыхания, а также для улучшения пищеварения при пониженной кислотности желудочного сока. Полезны плоды и больным, страдающим энтероколитом.

ПИХТА СИБИРСКАЯ

Пихта относится к вечнозеленым хвойным растениям. Высота дерева достигает 30 м, ствол диаметром до 60 см, с темно-серой гладкой корой и желтовато-серыми побегами. Хвоя пихты мягкая, душистая, узколинейная, длиной 1–2 см, цветки однополые, собраны в колоски. Шишки светло-коричневые, цилиндрические, длиной 5–6 см, при созревании растрески-



Рис. 18. Пихта сибирская

ваются. Семена у пихты светло-бурые. Цветет дерево в мае-июне. Семена созревают ближе к осени (в августе-сентябре).

С лечебными целями заготавливают почки и хвою ранней весной (в марте). Кору заготавливают в течение всего года, но лучше всего зимой; семена — осенью.

Хвоя и молодые ветви богаты эфирным маслом. Свежая хвоя содержит витамин С. В жирном масле семян содержится витамин Е. Кстати, камфару получают из эфирного масла пихтового дерева. Из коры его получают живицу, называемую пихтовым бальзамом. Живица богата эфирным маслом и смолой (из живицы получают скипидар).

Настой из измельченной хвои используют как мочегонное и противодиазотное средство. Мазь, приготовленную на основе камфары, применяют при ревматизме, миозитах, невралгиях.

Особенно ценится пихтовое масло, получаемое из хвои и молодых побегов дерева. Различные кремы на основе такого масла делают кожу более мягкой и эластичной. Такой крем способствует более быстрому заживлению ран на коже.

Хорошо укрепляют здоровье, помогают человеку почувствовать себя более бодрым, избавиться от стресса горячие пихтовые ванны. Сон после принятия таких ванн (а всего-то добавляется в ванну 5–6 капель пихтового масла) становится спокойным и более глубоким. Если после приема такой ванны использовать пихтовое масло для растирания, то обычно исчезают болевые симптомы у страдающих радикулитом, миозитом, полиартритом, невралгией.

При ангине рекомендуется смазывать 4–5 раз в день пихтовым маслом гланды. При гриппе натирать маслом руки и ноги через каждые 5–6 часов.

Хорошо помогает пихтовое масло женщинам, большим маститом. Это масло снимает зубную боль, избавляет детей от диатеза, уменьшает симптомы стенокардии.

При пневмонии и бронхите прекрасно действуют ингаляции с добавлением в кипяток 3—6 капель пихтового масла.

Чтобы избежать развития нагноений (при ранениях, порезах, царапинах и других повреждениях кожи), соответствующие участки кожи обрабатывают чистым пихтовым маслом.

РЯБИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

Рябина широко распространена в лесной и лесостепной зонах России. Это дерево с серой корой до 10 м высоты. Листья его очередные, непарноперистые, с 11—12 продолговатыми, почти сидячими, по краю остропильчатыми заостренными листочками. Почки рябины войлочно-пушистые. Цветки белые, мелкие, собраны в соцветия в виде круглого щитка на концах ветвей.



Рис. 19. Рябина обыкновенная

Плоды ягодообразные, оранжево-желтые или красные, блестящие. Цветет в мае-июне. Плоды созревают в конце сентября.

Лекарственным сырьем рябины являются плоды, собираемые в октябре и высушенные в печах или на солнце. Плоды весьма богаты витаминами В₂, Р, РР, Е, К, А, а витамина С в них больше, чем в лимоне. Кроме того, рябина богата такими микроэлементами, как калий, железо, медь, йод, цинк, магний. Вот почему рябину используют для лечения многих болезней. В рябине имеются и дубильные вещества, эфирное масло, лимонная кислота, что еще в большей степени усиливает ее целебный эффект.

В народной медицине рябину издавна используют для лечения желудочных заболеваний, как мочегонное и кровоостанавливающее средство. Она помогает страдающим гипертонической болезнью снижать артериальное давление. Полезна она и больным малокровием, благодаря высокому содержанию в ней железа, меди и витаминов. Применяют рябину и при холецистите, и при обильных менструациях, и при простудных заболеваниях. Рябина хорошо обеспечивает человека разнообразными витаминами. Лучше всего для этого подходит поливитаминный чай, который представляет собой смесь равных частей плодов рябины и плодов шиповника. Чай готовится следующим образом: 1/2 столовой ложки смеси плодов залить 2 стаканами кипятка, кипятить 10 минут, оставить в закрытом сосуде на сутки и по вкусу добавить сахар. Принимать такой, весьма богатый витаминами, чай по 1/4 стакана 2-3 раза в день.

Следует отметить и тот факт, что рябина способствует выведению из организма различных вредных веществ, снимает отек внутренних органов.

СИРЕНЬ ОБЫКНОВЕННАЯ

Сирень — это небольшое дерево или кустарник высотой 2-6 м, с коричневатой корой. Листья темно-зе-

ленные, сердцевидные, блестящие, зеленеют раньше всех кустарников и сохраняются зелеными до глубокой осени. Цветки мелкие, душистые, сиреневые (или белые), собраны в пирамидные метелки.

В медицинской практике, главным образом народной, используются листья и цветки. Заготавливают их в мае, срывая вручную, и сушат в тени в хорошо проветриваемых помещениях.

Цветки сирени содержат эфирное масло, феногликозид, а листья — аскорбиновую кислоту, горький гликозид.

Листья и цветки обладают потогонным, противовоспалительным, обезболивающим свойством. Листья ускоряют созревание нарывов и очищают их от гноя. В народной медицине свежие или высушенные цветки в виде настоя применяют при коклюше, от камней в почках, а в смеси с цветками липы — как потогонное и противовоспалительное средство. Чай из цветков сирени используют при эпилепсии. Измельченные листья прикладывают к ранам и язвам для их более быстрого заживления. Мазь из цветков используют для втираний при ревматизме, а мазь из почек — при невралгии.

Слива домашняя

Слива может достигать высоты до 12 м, кора дерева потрескавшаяся, серовато-белая. Листья обратнояйцевидные, снизу волосистые, зубчатые. Цветки белые, душистые. Плод — костянка, мясистая, зеленая, желтая, красная или фиолетовая, с сизым восковым налетом. Цветет слива в апреле-мае. Семена ее ядовиты.

С лечебными целями заготавливают листья (сразу после цветения), плоды — после их созревания.

Листья содержат кумаринопроизводное вещество скополетин, которое оказывает лечебное воздействие на организм. Свежие плоды сливы богаты сахарами, органическими кислотами, пектиновыми веществами, танинами, минералами (калий, кальций, магний, железо



Рис. 20. Слива домашняя

фосфор), витаминами С, В₁, В₂, Р и РР, каротином. Семя сливы содержит жирное масло.

Народной медицине давно известно, что листья сливы обладают ранозаживляющими свойствами; а плоды возбуждают аппетит, дезинфицируют кишечник, усиливают его перистальтику и улучшают пищеварение. Свежие или вареные сливы обладают мочегонным и мягким слабительным эффектом.

Плоды сливы издавна употребляют (в свежем или сушеном виде) при длительных запорах, изжоге. Они полезны для больных, страдающих атеросклерозом, болезнями почек, желчного пузыря, ревматизмом, подагрой.

Измельченные свежие или распаренные сухие листья сливы прикладывают к гнойным ранам и язвам для их скорейшего заживления.

СОСНА ОБЫКНОВЕННАЯ

Сосна является лесообразующей породой хвойных и смешанных лесов России на песчаных почвах. В лесостепных районах юго-востока сосна распространена преимущественно в правобережье Волги.

Сосна — дерево до 25—30 м высотой с прямым стволом, красноватой корой, у основания темно-бурой. Ветви образуют крону пирамидальную у молодых экземпляров и широкую — у старых. Почки ее смолистые, густо покрытые бурыми чешуями. Листья-хвои — 4—6 см длины. Цветки голые, однодомные. Цветет сосна в мае-июне.



Рис. 21. Сосна обыкновенная

Лекарственным сырьем являются почки, весенние побеги и хвоя. Собирают почки ранней весной в момент набухания, когда верхние чешуи замкнуты, почки еще не раскрываются. Срезают «коронки» (собрание почек по 5—7 штук) с частью стебля. Сушат почки в хорошо проветриваемом помещении или на воздухе.

Почки содержат эфирное масло, дубильные вещества, фитонциды. В хвое содержатся: аскорбиновая кислота (витамин С), дубильные вещества, алкалоиды, фитонциды, а также эфирное масло. Семена содержат жирные масла.

Применяются сосновые почки в виде отвара, настоя и настойки, для ингаляций, как отхаркивающее, дезинфицирующее при заболеваниях дыхательных путей и как мочегонное средство. Кроме того, почки сосны входят в состав грудного сбора. Экстракт и настой хвои используются для приготовления хвойных ванн, которые обладают регулирующим действием на центральную нервную систему.

Из сосны, как известно, получают скипидар, который широко применяется наружно в виде мазей, линиментов, как раздражающее и отвлекающее средство при невралгиях, подагре, а также для ингаляции при катаре верхних дыхательных путей.

Деготь, получаемый из сосны, обладает раздражающим, дезинфицирующим и инсектицидным действием, его препараты применяются наружно для лечения кожных заболеваний: экземы, чешуйчатого лишая, чесотки и др.

В народной медицине широко используется отвар из почек сосны, который назначается внутрь при бронхитах, ревматизме, водянке и как желчегонное.

При кашле народные лекари рекомендуют вдыхать пары водного отвара почек. Спиртовая настойка из сосновых почек употребляется при лечении туберкулеза.

Тополь черный (осокорь)

Тополь распространен во всех областях страны. Разводится он также в парках, садах, вдоль улиц. Это дерево высотой до 25 м, с грязно-серой корой и широкой раскидистой кроной. Ветви его почти голые, горизонтальные. Почki верхушечные, очередные, продолговато-яйцевидные, смолистые, клейкие. Цветки мелкие, однополые. Плод — многосемянная коробка, раскрывающаяся двумя створками. Цветет тополь в августе.

Лекарственным сырьем тополя являются листовые почки, собранные ранней весной до распускания листьев и высушенные в тени или сушилках. Готовое сырье не должно содержать других частей растений более 10%.

В почках черного тополя содержится эфирное масло, воск, горькие смолы, гликозиды, кислоты (галловая, яблочная) и красящие вещества.

Почки тополя (как листовые, так и почки мужских сережек) обладают бактерицидным, противовоспалительным, смягчительным, отхаркивающим, мочегонным, жаропонижающим и седативным действием.

Отвар из почек тополя применяют для сидячих ванн при геморрое, для промываний и примочек при ревматизме, подагре и как средство для роста волос. Настой используется при лечении полиартрита, простатита, цистита.

Из экстракта почек готовят мазь, употребляемую в народной медицине в комплексе средств для лечения ран: она снимает боль и зуд и оказывает вяжущее, противовоспалительное действие. Такая мазь используется при подагре, геморрое, ожогах и других ранах. Ее используют также для втираний в кожу головы, что помогает усиленному росту волос.

Черемуха обыкновенная

Черемуха распространена во всех областях России. Она встречается в подлесках лиственно-увлажненных лесов, по кустарникам, оврагам и поймам рек.

Черемуха — дерево или кустарник с черешковыми, цельными листьями, с пильчатой по краю пластинкой. Цветки белые, душистые, собраны в повислые кисти. Плод — черная костянка. Цветет черемуха в мае-июне, плоды созревают в августе — начале сентября.

Лекарственным сырьем являются плоды черемухи. Заготавливают свежие плоды и сушат их в тени при хорошей вентиляции; кору — осенью или ранней весной.

Плоды черемухи содержат дубильные вещества и другие органические кислоты (яблочную, лимонную), а также эфирное масло горького миндаля и гликозид. Много в плодах и фитонцидов, витамина С и каротина. Вообще все части растения, особенно цветы, почки и листья, содержат эти биологически активные фитонциды.

Плоды черемухи обладают вяжущим, противовоспалительным и антимикробным действием; кора — мочегонным и потогонным действием; цветки и листья — противовоспалительным и противомикробным действием.

В народной медицине настой из плодов черемухи применяется для лечения воспалительных заболеваний слизистой оболочки глаз в виде примочек, а также как противопоносное в виде морсов и киселей. Отвар из плодов черемухи принимают при бессоннице и нарушении обменных процессов (обменный полиартрит, подагра, мочекаменная болезнь). Настой из свежих плодов и листьев применяют при поносе, пневмонии, бронхите, радикулите и миозите.

Свежие листья черемухи прикладывают в виде компрессов к фурункулам, опухолям.

ШЕЛКОВИЦА ЧЕРНАЯ (ТУТА)

Различают два вида шелковицы — черную и белую. Первая — прекрасное дерево с густой шаровидной кроной, возвышающейся на 15–20 м, ствол покрыт темно-бурой корой с продольными трещинами. Ветви красно-

вато-бурые, несущие яйцевидные листья длиной 6–10 см, растение цветет в апреле, образуя соцветия — сережки. Соплодия созревают с июня. Они кисло-сладкие, ароматные, сочные. Ягоды имеют вишневую или черную окраску.

Белая шелковица ростом пониже, ветви ее серо-бурые, а соплодия-ягоды меньше по размерам, зеленовато-белого, кремового или розового цвета, на вкус пригорно-сладкие, созревают дней на 20–30 раньше, чем у шелковицы черной.

Шелковица — однодомное дерево высотой 5–10 м (в среднем). Ее плоды содержат сахара, кислоты (лимонную и яблочную), жир, витамины, в первую очередь С. Они богаты железом, дубильными веществами. Заготавливают соплодия (плоды) в июле-августе, кору ветвей — весной, кору корней — осенью. В листьях шел-



Рис. 22. Шелковица черная (тута)

ковицы содержится целый букет стероидных соединений. Богатые питательными веществами и другими биологически активными соединениями, листья и ягоды шелковицы с древних времен ценились как высоко целебные продукты.

Так, жители Кавказа верят, что ягоды туты продлевают жизнь человека. А в исфаханской народной сказке утверждается, что листья шелковицы способны возвращать зрение слепым.

Соплодия шелковицы и в самом деле целебны: они могут быть с успехом использованы в качестве профилактического средства при малокровии, гипертонии. В Японии из шелковицы изготавливается косметический крем для удаления различных пятен на лице. Листья и кора дерева с давних времен в народной медицине применяются при сердечно-сосудистых заболеваниях, в качестве мочегонного средства. Кашица, приготовленная из них, ускоряет заживление ран.

Плоды шелковицы способствуют кроветворению, улучшают нарушенный в связи с кожными заболеваниями обмен веществ (обладая кровоочистительными свойствами). Они усиливают выделение пота и мочи, обладают отхаркивающим и противовоспалительным действием. Настой из измельченных плодов используется для полоскания полости рта и горла при их заболеваниях. Мазь, приготовленную из измельченной коры шелковицы, смешанную с растительным маслом, применяют при ушибах и ранах.

Эвкалипт

Эвкалипт культивируется на черноморском побережье Кавказа. Произрастает на заболоченных почвах. Деревьев насчитывается 11 видов. Они достигают высоты 80–100 м, кору свою они могут сбрасывать и не сбрасывать.

Листья почти у всех деревьев гетероморфные. Цветки довольно мелкие (7–8 мм), в простых зонтиках или го-



Рис. 23. Эвкалипт

ловках. Плод — коробочка, срastaющая с чашечной трубкой, деревянистая, открывающаяся створками.

В качестве лекарственного сырья используют листья эвкалипта, собираемые в течение всего летнего периода. Однако лучшими считаются по качеству и более богатыми эфирным маслом листья, собираемые осенью. Сушку их производят на открытом воздухе.

Высушенные листья эвкалипта содержат эфирное масло, которое и является основным действующим

началом растения, а также дубильные вещества, горечи, смолы.

Настой и отвар из листьев эвкалипта применяют наружно для лечения инфицированных ран, флегмон, абсцессов, а также при плевритах, гнойных маститах, открытых переломах, гинекологических и других заболеваниях.

Настойку эвкалипта назначают внутрь при бронхите, гриппе, протекающих с сильным кашлем. Настойка оказывает и успокаивающее действие. Эфирное масло, которое по своим дезинфицирующим свойствам превосходит в 3 раза карболовую кислоту, принимают внутрь как отхаркивающее и противомикробное средство при заболеваниях верхних дыхательных путей. Наружно это масло применяют в качестве болеутоляющего и отвлекающего средства при невралгиях, ревматизме, люмбаго и в качестве средства, отпугивающего комаров, москитов, муравьев и других насекомых.

Яблоня домашняя (садовая)

Это дерево, произрастающее повсеместно в наших садах, высотой от 3 до 12 м. Листья его яйцевидные, заостренные, голые или снизу пушистые. Цветки яблони душистые, бело-розовые. Плоды — яблоки разнообразной окраски, сочные. Цветет яблоня в апреле-мае. Плоды заготавливают осенью.

Лекарственным сырьем являются свежие плоды, листья. Плоды содержат различные сахара, органические кислоты (яблочную, лимонную, винную и другие), дубильные, пектиновые вещества, минеральные соли (железо, фосфор), витамины С, В и провитамин А (каротин), эфирное масло.

Яблоки в сыром, печеном или вареном виде принимают натощак при ослабленном пищеварении и различного рода желудочно-кишечных расстройствах. Они оказывают легкое слабительное действие, особенно при длительных запорах; действуют как мочегонное. По-

лезны яблоки при атеросклерозе, подагре, приступах почечнокаменной болезни. Особенно ценны яблоки для страдающих малокровием (так как они богаты железом и витаминами), головной болью.

Яблоки входят в состав разгрузочных дней при ожирении, при декомпенсации сердечной деятельности.

Полезен и яблочный чай, в первую очередь при простудных заболеваниях, в том числе при ларингите (с охрипlostью голоса). Рецепт яблочного чая: 3–5 неочищенных свежих яблок на 1 л воды (дневная доза). Варят 10–15 минут, настаивают 4 часа. Пьют чай теплым несколько раз в день.



Рис. 24. Яблоня домашняя (садовая)

Кашицу из свежих яблок прикладывают для ослабления воспалительных процессов к обожженным и обмороженным участкам тела. Применяют эту кашицу и для лечения долго не заживающих ран.

Мазь, приготовленную из яблок (яблоки протирают со свежим сливочным маслом или жиром в соотношении 1:1), используют для наложения на участки кожи с целью более быстрого заживления ссадин и трещин.

Еще в древности говорили, что яблоки, употребляемые на ужин, доставляют покойный и легкий сон и несколько слабят.

ЧАСТЬ 3.

РЕЦЕПТЫ ВАМ «ВЫПИСЫВАЮТ» ВАШИ ДЕРЕВЬЯ

В этой части книги мы рассмотрим те заболевания, при которых рекомендуется использовать лекарства, приготовленные из «ваших» деревьев: из плодов, семян, почек, листьев, коры. Свой материал мы расположим (для удобства читателя) в том порядке, в котором они располагаются в различных врачебных руководствах: болезни органов дыхания, болезни органов пищеварения, болезни сердечно-сосудистой системы и т. п.

1. БОЛЕЗНИ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ

Грипп

Прежде всего о том, чего далеко не все знают: грипп — не бактериальная, а вирусная инфекция, и она не подлежит лечению антибиотиками или сульфаниламидными препаратами (они здесь просто не будут эффективными и могут даже нанести вред). Эти препараты врач может назначать лишь тогда, когда грипп осложняется бактериальной инфекцией (например пиелонефритом, пневмонией). В связи с тем, что мы практически ежегодно подвергаемся нашествию гриппозных эпидемий, следует отличать грипп от других простудных заболеваний органов дыхания.

Так грипп ли это или просто простуда? Такие вопросы нередко стоят перед заболевшими. Прежде всего потому, что меры профилактики и лечения той или другой инфекции (вирусной или бактериальной) бывают нередко существенно различными. К тому же имеется и ряд клинических отличий гриппа от подобных ему ОРЗ.

Так как же отличить простуду с катаральными явлениями верхних дыхательных путей (КВДП) бактериальной природы от острого респираторного вирусного заболевания (ОРВИ), и прежде всего гриппа?

Катары (а речь, прежде всего, идет о воспалении бактериальной природы слизистой оболочки какого-либо органа дыхания, например носа, горла). Болезнь здесь обычно начинается с воспалительных изменений в носоглотке без общих выраженных симптомов (температурной реакции, заметного недомогания, ознобов и др.), тогда как вирусные инфекции, и в первую очередь грипп, проявляют себя, как правило, ознобом, ломотой в теле, повышением температуры (нередко до 38 °С и выше) в день заболевания. И эти основные симптомы следует знать, чтобы выбрать правильное лечение с первого же дня болезни.

При лечении гриппа используются следующие рецепты.

Эвкалипт. Приготовить настойку: 20 г сухих измельченных листьев залить 100 мл спирта. Плотнo закрыть и настаивать 10 дней. Процедить и отжать. Принимать по 20 капель 3 раза в день.

Приготовить сбор:

цветки бузины — 1 часть;

цветки ромашки аптечной — 1 часть;

липовый цвет — 1 часть;

лист мяты перечной — 1 часть.

Все перемешать. 1 столовую ложку сырья заварить стаканом кипятка, настоять 1 час. Процедить и принимать по 2–3 стакана ежедневно в горячем виде.

Каштан конский. Приготовить отвар: 5 г измельченной оболочки плодов залить 200 мл кипятка, кипятить 15 минут. Принимать в теплом виде по 1/4 стакана 3 раза в день как жаропонижающее.

Акация белая. Приготовить настой: 1 чайная ложка цветков на 250 мл кипятка. Настоять 30 минут, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день (лекарство действует как отхаркивающее и как легкое слабительное).

Апельсин сладкий. Приготовить настойку: 20 г корки плода на 50 мл спирта, настаивать 20 дней. Процедить и принимать по 10 капель, разведенных в воде, 4–6 раз в день.

Груша обыкновенная. Приготовить отвар: 100 г сухих груш на 500 мл воды. Варить 10–15 минут, настаивать 2 часа, процедить. Принимать по 100 мл 4 раза в день натощак (рецепт особенно эффективен при выраженной лихорадке и сильном кашле).

Шелковица черная. Приготовить настой: 2 столовые ложки измельченных плодов на 250 мл кипятка. Настоять 4 часа, процедить. Принимать по 50 мл 4 раза в день до еды (средство действует как потогонное).

Бронхит

Бронхит — воспаление бронхов. Бывает острым и хроническим. При остром бронхите больные жалуются на недомогание, ощущение стеснения в груди, чувство щекотания по ходу бронхов. Температура может повыситься до 37–38 °С. Появляется сухой мучительный кашель. Постоянным спутником бронхита является насморк.

Основными жалобами при хроническом бронхите являются кашель с выделением довольно большого количества мокроты, одышка, общая слабость.

При лечении бронхитов используются следующие рецепты.

Береза. Весной очень полезно пить свежий березовый сок или сок кленового дерева с молоком, особенно при остром бронхите.

Липа. Приготовить настой из соцветий липы: 3 столовые ложки высушенного сырья залить стаканом кипятка, нагреть на кипящей водяной бане 15 минут, помешивая. Охладить, процедить, долить кипяченой воды до полного стакана. Принимать в горячем виде по 1/2 стакана 3 раза в день.

Эвкалипт. Приготовить настойку: 10 г сухих листьев на 200 мл 70%-ного спирта или водки, настоять

14 дней в закрытой посуде, процедить. Принимать по 25 капель 3 раза в день.

Мандарин. Приготовить отвар: 2 столовые ложки сухой кожуры плода на 300 мл воды варят 5 минут, настаивают 2 часа, процеживают. Принимают по 100 мл 3 раза в день за 30 минут до еды как отхаркивающее средство.

Лимон. Вымыть в холодной воде 150 г корня хрена, пропустить через мясорубку. Добавить сок 2 лимонов. Хорошо перемешать и поставить в холодильник. Принимать по 1 чайной ложке утром 1 раз в день до улучшения состояния.

Приготовить сбор:

- корень алтея — 1 часть;
- корень солодки — 1 часть;
- плоды аниса — 1 часть;
- лист шалфея — 1 часть;
- трава тимьяна — 1 часть.

2 столовые ложки смеси заварить 3 стаканами кипятка. Настоять 1 час, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3–4 раза в день.

«**Чайник-ингалятор**». Это так называемая сухая ингаляция, которая хорошо помогает при бронхитах и при других воспалительных заболеваниях органов дыхания.

Вам понадобится небольшой заварной чайник, лоскут хлопчатобумажной марли размером 50×50 см, мясорубка или терка и любые фитонциды, например хвоя сосны, кедр, почки тополя, эвкалипт.

Измельчите сырье (к примеру 50 г) и немедленно, пока не улетучились фитонциды, смажьте приготовленным лекарством всю поверхность марли. Быстро опустите в пустой, холодный, но чистый и сухой чайник и закройте его крышкой. Возьмите носик чайника в рот. Зажмите ноздри пальцами и медленно вдыхайте фитонцидный аромат в течение 3–10 минут. Выдыхайте через нос, чтобы выделяемый воздух не попал в чайник.

Скоро вы убедитесь в высокой эффективности этой незамысловатой процедуры. Эффект такого рода ингаляций достигается тем, что в качестве фитонцидосодержащего вещества выбрана хлопчатобумажная марля. Это, по сути дела, сетка с ворсистыми нитями, имеющая огромную поверхность фитонцидов. Через нее почти беспрепятственно проходит воздух, а чайник не что иное, как резервуар, не позволяющий фитонцидам рассеиваться.

При повторных ингаляциях используйте новый (или выстиранный с мылом и высушенный) лоскут марли и свежую порцию фитонцидной кашицы. Естественно, чайник каждый раз должен быть чистым и сухим.

Пневмония (воспаление легких)

Начало острой пневмонии как у взрослых, так и у детей характеризуется повышением температуры до 38—39 °С, появлением сильного озноба, лихорадкой, кашлем, вначале сухим, затем с выделением мокроты, которая иногда имеет ржавый цвет из-за примеси крови. Могут быть боли в боку, усиливающиеся при вдохе. Дыхание обычно поверхностное, учащенное и сопровождается чувством нехватки воздуха. Если лечение пневмонии (острой) не начато своевременно и проводится неинтенсивно, она переходит в хроническую.

Хроническая пневмония протекает волнообразно и характеризуется периодами затихания воспалительного процесса и его обострения. В период обострения клинические проявления заболевания имеют много общего с острой пневмонией (кашель с мокротой, одышка, боли в грудной клетке, довольно высокая температура). Но, в отличие от острой пневмонии, эти проявления стихают медленнее и полного выздоровления в большинстве случаев не происходит.

При лечении пневмонии используются следующие рецепты.

Пихта. Его применяют 2 раза в день для ингаляций. Взять 20 капель масла на 200 мл воды.

Эвкалипт. Приготовить настой: столовую ложку измельченных сухих листьев залить 500 мл кипятка. Пить настой горячим по 100 мл перед едой 3–4 раза в день. Или использовать листья эвкалипта для ингаляций (берут 2 чайные ложки сырья на 100 мл воды).

Сосна. Приготовить настой: 1 столовую ложку почек залить стаканом кипятка, плотно закрыть крышкой и настаивать 2 часа, процедить. Принимать по 1–2 столовые ложки 3–4 раза в день как отхаркивающее и потогонное средство.

Шелковица белая (черная). Приготовить настой: 1 столовую ложку измельченных листьев залить стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Принимать в теплом виде по 1/4 стакана 4 раза в день как жаропонижающее средство.

Яблоня домашняя. Приготовить чай: 5–6 неочищенных свежих яблок порезать и варить в 1 литре воды 10–15 минут, настаивать 2–4 часа. Принимать в теплом виде как чай, по 1/2–1 стакану несколько раз в день.

Липа. Приготовить настой: 2–3 столовые ложки цветков липы на 2 стакана кипятка. Настоять 1 час, процедить. Принимать по 1/2 стакана 3–4 раза в день.

Грецкий орех. Взять 250 г орехов, 250 г ядер косточек абрикоса и 500 г меда.

Пожарить ядра косточек абрикоса, добавить 500 мл воды и кипятить 1 час. Затем засыпать измельченные ядра грецкого ореха и кипятить, пока не выкипит вся вода. Добавить мед и варить 5 минут на медленном огне. Принимать по десертной ложке 3 раза в день. Курс лечения — 20 дней. Лекарство уменьшает одышку, проявления хронического кашля.

ПЛЕВРИТ

Плеврит — воспаление легочной оболочки (плевры). Болезнь бывает «сухой» и «влажной» (выпотной). Последняя, как правило, характерна для туберкулеза легких.

Сухой плеврит начинается остро, сопровождается повышением температуры до 39 °С, появлением в боку резкой боли колющего характера, кашля и одышки. Из-за боли дыхание становится вынужденно поверхностным. Может возникать мучительный кашель. При сухом плеврите больные, как правило, лежат на больном боку, так как в противном случае стенка грудной клетки больше соприкасается с легкими и боль усиливается.

При плеврите (прежде всего сухом) рекомендуются следующие лекарственные средства.

Лавр благородный. Измельченную в порошок смесь лаврового листа (6 частей) и игя можжевельника (1 часть) растереть со свежим сливочным маслом (12 частей). Полученную мазь употреблять для втирания в больную часть грудной клетки.

Ель (кедр). Приготовить мазь: по 1 весовой части смолы хвойного дерева и воска желтого. Расплавить, остудить, кусочки смеси класть на раскаленные угли и вдыхать выделяющийся дым. Эту мазь можно использовать и для растирания.

Сосна. Приготовить мазь: 1 столовую ложку скипидара смешать с одной столовой ложкой подсолнечного масла. Втирать в больную половину грудной клетки.

Липа. Припарки: 3-4 столовые ложки сухих измельченных листьев обваривают кипятком, заворачивают в марлю, применяют в качестве болеутоляющих и противовоспалительных припарок.

Приготовить сбор:

цветки бузины — 1 часть;

трава фенхеля — 1 часть;

цветки липы — 2 части;

трава фиалки — 2 части.

1 столовую ложку смеси залить 2 стаканами воды, довести до кипения, настоять 2 часа. Процедить и принимать по 1/3 стакана 3-4 раза в день.

Смола-живица (берется от деревьев любых хвойных пород). Если смола густая, то ее нужно настоять на 96%-ном спирте. Смолу кладут в посуду и заливают

спиртом так, чтобы он покрывал живицу на 1—2 см. Через 3—4 дня смола растворится. 1 часть смолы смешивается с 2 частями свиного внутреннего жира и перетапливается. Снять с огня, остудить примерно до 60 °С и добавить липовый мед (на 1 часть смолы и сала надо положить 1 часть меда по весу). Перемешать. К полученному составу добавить жженые кости домашних животных и перемешать. Принимать по 1 чайной ложке 3 раза в день.

Грецкий орех. Приготовить настой: 3 чайные ложки околоплодников ореха на 500 мл кипятка (дневная доза). Настаивают 2 часа, процеживают. Принимают теплым за несколько приемов в течение дня как общеукрепляющее средство.

БРОНХОЭКТАТИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ

Бронхоэктатическая болезнь — заболевание, характеризующееся расширением и деформацией бронхов, сопровождающихся нарушением их дренажной функции, задержкой секрета (мокроты) с дальнейшим развитием гнойно-воспалительного процесса. Бронхи все больше и больше расширяются. Эти расширения, «карманы», и называются (в переводе с греческого) бронхоэктазами.

Начало заболевания постепенное, но прогрессирующее. Спустя несколько лет больной начинает постоянно, в большом количестве (до 400 мл в сутки) выделять гнойную мокроту.

Болезнь периодически обостряется, протекая по типу обострения хронического бронхита или хронической пневмонии. В мокроте (слизистого или слизисто-гнойного характера) периодически обнаруживаются прожилки крови. Мокрота обычно выделяется полным ртом, имеет неприятный запах.

При лечении бронхоэктатической болезни применяются следующие рецепты.

Вишня. Регулярно употреблять вишневый сок как отхаркивающее средство.

Шелковица. Приготовить состав: 1 л сока этой ягоды, 0,25 л воды, 800 г сахара, сок 1–2 лимонов. В воде прокипятить сахар, добавить сок тутовой ягоды и лимона. Проварить и залить в бутылки. Принимать как отхаркивающее средство по 1/3 стакана 2–3 раза в день.

Инжир. Приготовить отвар: 2 столовые ложки плодов (брать сухие плоды) отварить в 200 мл молока, растереть. Принимать в теплом виде 2–3 раза в день по 1/2 стакана.

Сосна. Скипидар, приготовленный из сосны (аптечный препарат), применяют по 15–20 капель на стакан кипящей воды для ингаляций. Или: терпингидрат (аптечный препарат, приготовленный на основе скипидара) принимать по 2 таблетки 3 раза в день в качестве отхаркивающего средства.

Береза. Приготовить отвар: 1 чайная ложка березовых почек на 0,5 стакана кипятка. Принимать отвар теплым по 2 столовые ложки 3 раза в день.

ЭМФИЗЕМА ЛЕГКИХ

Эмфизема (от греческого — расширение) — заболевание легких, обусловленное расширением легочных пузырьков — альвеол. Суть этой болезни состоит в повышенном, по сравнению с оптимальной нормой, содержании воздуха в легких, что мешает нормальной вентиляции воздуха в органах дыхания.

Заболевание развивается медленно, годами. Постепенно доминируют жалобы на кашель (чаще сухой), одышку, которая прогрессирует из месяца в месяц. Кашель приобретает приступообразный характер. Нарастают симптомы дыхательной недостаточности. Чаще всего больному приходится во время кашля резко напрыгаться, чтобы как-то суметь вытолкнуть из легких оставшийся там отработанный воздух. При напряжении лицо и грудь краснеют, шейные вены набухают, приобретая синеватый оттенок. Мокрота с каждым разом становится все более вязкой, в связи с чем ее при-

ходится с трудом откашливать. Одышка становится все более выраженной.

При эмфиземе легких применяются следующие рецепты.

Приготовить сбор:

герань кроваво-красная (корневище) — 100 г;

липа сердцелистная (цветки) — 100 г;

валериана лекарственная (корневище с корнями) — 30 г;

золототысячник малый (трава) — 50 г.

2 столовые ложки сбора заливают 400 мл кипятка, кипятят 5 минут. Остудить и процедить. Принимать по 100 мл 3 раза в день перед едой.

Эвкалипт. На 1 л кипящей воды 1 столовая ложка измельченных листьев эвкалипта. Делать ингаляции: вдыхать пар 10–15 минут 1–2 раза в день.

Приготовить сбор:

листья березы — 10 г;

корни одуванчика — 10 г;

ягоды можжевельника — 10 г.

1 столовую ложку сбора поместить в эмалированную посуду и залить 200 мл воды (горячей). Кипятить на водяной бане 30 минут. Охладить при комнатной температуре в течение часа, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 2 раза в день за полчаса до еды.

Лимон. Приготовить состав: 350 г чеснока, растолочь, выжать сок 24 лимонов. Слить все в банку с широким горлом. Настоять 24 часа в теплом месте, неплотно завязать марлевой салфеткой. Принимать 1 чайную ложку 1 раз в день перед сном. В 100 мл воды добавить 1 чайную ложку смеси, размешать и выпить. Одышка уменьшается уже через 15–17 дней. Больной начинает лучше спать, снимается чувство усталости.

ТУБЕРКУЛЕЗ

Все чаще среди населения встречается туберкулез легких и туберкулез костей. Главными причинами воз-

никновения и дальнейшего развития туберкулезной инфекции являются ухудшение жизненного уровня определенной части населения, недоброкачественное питание с недостаточным содержанием в пищевых продуктах витаминов и макро-, микроэлементов, в том числе кремния.

Различают остропротекающие, подострые и хронические формы туберкулеза легких. При попадании в легкие туберкулезных бактерий (палочек Коха) возникает очаг воспаления с творожистым некрозом, который сочетается с воспалением бронхиального лимфатического узла, а позже в процесс вовлекаются и внутригрудные лимфатические узлы.

В самой ткани легких появляется один или более туберкулезных очагов, которые, если не принять своевременных мер по лечению, начинают увеличиваться. Заболевание иногда может протекать долго и малосимптомно.

Первые жалобы бывают на постепенную потерю аппетита и связанное с этим похудение. Появляется кашель, а также повышается температура. Больного начинают беспокоить ночные, но чаще предутренние поты. Вначале кашель бывает сухим, и с ним, как правило, не происходит выбрасывания туберкулезных микробов наружу.

В дальнейшем периоды сначала невыраженного, а потом все более выраженного обострения сменяются периодами затихания болезненного процесса, даже со склонностью к заживлению. Такие периоды видимого благополучия могут длиться месяцами и даже годами. Но обычно ранней весной вновь наступает обострение: появляется слабость, одышка, усиливается кашель, увеличивается количество отделяемой мокроты, повышается температура.

Для лечения туберкулеза легких применяют следующие рецепты.

Приготовить сбор:

алоэ (измельчить) — 1 стакан;

прованское (оливковое) масло — 200 г;

березовые почки — 150 г;

липовый цвет — 50 г;

липовый мед — 1,2 кг;

вода — 2 стакана.

Растопите в кастрюле мед, добавьте в него алоэ и хорошо прокипятите. Отдельно в 2 стаканах воды заварите березовые почки и липовый цвет, кипятите их 1 минуту. Когда мед остынет, то, выжав сок из березовых почек и липового цвета, влейте его в мед, смесь разлейте в 2 бутылки, добавив в каждую поровну прованского масла. Перед употреблением смесь обязательно взбалтывать. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Сосна. Приготовить состав: 15 г верхушек молодых побегов залить 500 мл вскипевшего молока, настаивать 1–2 часа, процедить, выпить в 3 приема в горячем виде небольшими глотками в течение дня.

Черемуха. Приготовить настой: 1 столовую ложку листьев или цветков залить стаканом кипятка, настаивать 6–8 часов, процедить. Принимать в горячем виде как чай.

Груша. Вареные и печеные плоды груши рекомендуются употреблять при туберкулезе.

Каштан конский. Приготовить отвар: 1 столовую ложку листьев или 1 чайную ложку порошка из коры этого дерева на 500 мл воды кипятят на малом огне 15 минут, процеживают. Принимают по 100 мл 4 раза в день.

Шелковица черная. Приготовить отвар: 1,5 чайной ложки коры ствола варят в 300 мл воды 15 минут, настаивают 1 час, процеживают. Принимают по 50 мл 4 раза в день как отхаркивающее средство.

Кедр. Молоко, выжатое из кедровых орехов, регулярно вводить в свой рацион.

Береза (старинный рецепт). Приготовить настойку: 100 г почек (брунок) на 500 мл 70%-ного спирта настаивают 2 недели. Принимают по 1 чайной ложки 4 раза в день.

2. БОЛЕЗНИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ

РЕВМАТИЗМ

Ревматизм — инфекционно-аллергическое заболевание, при котором поражаются не столько суставы, сколько сердце. Если ревматизм своевременно не вылечить, то это в большинстве случаев приводит к развитию того или иного порока сердца.

Есть старая крылатая медицинская фраза: «Ревматизм лижет суставы, но кусает сердце». И это действительно так.

Больных (а болезнь обычно возникает через несколько дней после перенесенной ангины) беспокоят выраженные боли в суставах (чаще рук или ног). Боли носят симметричный характер. Но они носят еще и «летучий» характер. После стихания болей в одной группе суставов они появляются в другой. Боли в суставах такой интенсивности, что даже при прикосновении к ним руками (или одеялом) они резко проявляют себя. Кроме этого, у больных температура тела повышена (обычно до 37,5–37,8 °С).

При ревматизме с успехом используют следующие рецепты народной медицины.

Желтая акация. Приготовить настойку: на 30 г веточек с листьями — 200 мл водки. Настаивать 10 дней, процедить. Принимать по 20 капель 3 раза в день (на воде).

Яблоня. Приготовить отвар: 4 неочищенных, нарезанных дольками яблока заливают 1–1,5 л воды и кипятят около 15 минут, добавляя по вкусу сахар. Принимают в теплом виде по 2–3 чашки в день, лучше с лимоном.

Береза. Принимать ванны с добавлением в воду свежих березовых листьев.

Липа. Для приготовления припарок использовать 4–6 стаканов соцветий, которые заливают 500 мл кипятка. Настаивают 1 час, процеживают.

Магнолия. Приготовить настойку: семена, плоды и кору в соотношении 1:1:1 настаивают на спирту 20 дней, процеживают. Принимают по 10–20 капель с водой 4 раза в день как противолихорадочное и тонизирующее сердечную деятельность средство.

Ольха. Приготовить настой: 1 столовую ложку измельченных шишек на 250 мл кипятка. Настаивают на водяной бане 30 минут, процеживают. Как противовоспалительное средство этот настой используют в виде ванны или компресса.

Грецкий орех. Приготовить отвар: 250 г листьев на 1 л воды. Варят 10 минут. Применяют для ванн.

Лимон. Плод моют, режут кружочками, едят вместе с кожурой, посыпая сахаром.

Лавр благородный. Измельчить 25–30 листьев, залить 1 стаканом подсолнечного масла и настаивать в течение недели в теплом месте (желательно ежедневно 2–3 раза встряхивать емкость с содержимым). После настаивания масло сливают, отжимают растительное сырье, процеживают и втирают в больные места.

АТЕРОСКЛЕРОЗ

Это наиболее распространенное заболевание у людей среднего и пожилого возраста. Избыток холестерина в крови приводит к отложению «извести» на стенках кровеносных сосудов, что чревато таким серьезным осложнением, как инфаркт миокарда, инсульт. У больных атеросклерозом нередко развивается хроническая ишемическая болезнь сердца (ИБС).

Это и понятно, так как при атеросклерозе происходит постепенное сужение коронарных (сердечных) сосудов, что приводит к постепенному нарастанию жалоб на область сердца (а при сужении сосудов головного мозга это может привести к развитию инсульта, а значит и параличей).

Чаще всего больных с кардиальным атеросклерозом беспокоят сжимающие боли в области сердца, что говорит о развитии стенокардии — характерного симптома ИБС.

Если клинически атеросклероз не проявляет себя или проявляется слабо выраженными симптомами, то совсем не поздно приостановить этот процесс или же уменьшить его тяжесть. А для этого надо своевременно обратиться к врачу — терапевту или кардиологу.

При атеросклерозе используются следующие лекарственные средства.

Рябина. Сок из свежих ягод принимают 3–4 раза в день до еды. Или: 2 г коры рябины кипятить 2 часа в 500 мл воды. Остудить и принимать по 30 капель 3 раза в день до еды.

Орех грецкий. Употреблять их по 100 г в день в течение 45 дней.

Береза бородавчатая. 50 г листьев залить 1 л кипятка, настаивать 10 минут, профильтровать. Принимать 3–4 чашки в день, добавляя в каждую чашку 1 столовую ложку препарата одуванчика на мед.

Приготовить состав:

чеснок посевной (луковицы) — 1 шт.;

лимон обыкновенный (плоды) — 1 шт.

Равномерно все измельчить на терке, залить 1 л кипятка, настаивать в закрытом сосуде 2 суток и принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Приготовить сбор:

боярышник кроваво-красный (плоды) — 15 г;

рябина черноплодная (плоды) — 15 г;

земляника лесная (плоды) — 15 г.

2 столовые ложки измельченной смеси залить 50 мл воды. Приготовить как отвар. Принимать по 1/2 стакана 3–4 раза в день за 30–40 минут до еды.

Приготовить сбор:

хвощ полевой (трава) — 40 г;

береза бородавчатая (листья) — 40 г;

омела белая (трава) — 20 г.

Приготовить как отвар. И пить по несколько раз в день по чашке.

Яблоня. Длительный прием 1–2 яблок в сутки нормализует холестериновый обмен, постепенно освобождает кровеносные пути, в первую очередь сердца и мозга,

от атеросклеротических и других шлаков, в результате чего замедляются процессы зарастания проходного сечения кровеносных сосудов, пораженных атеросклерозом.

Стенокардия

Стенокардия характеризуется сужением кровеносных сосудов сердца. Она характеризуется сжимающими болями в области сердца, иррадиирующими чаще всего в левую руку, левую лопатку. Это состояние образно именуют «крик сердца, задыхающегося от кислородной задолженности», а для профессионалов это ишемическая болезнь сердца, которая, если ее своевременно не лечить, может осложниться инфарктом миокарда.

Ослабить проявление стенокардии можно с помощью следующих рецептов.

Рябина. Приготовить настой: 200 г коры измельчить и кипятить на слабом огне 30 минут в 500 мл воды. Настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за полчаса до еды.

Лимон. Приготовить состав: взять 1 л меда, 10 лимонов выжать и прокрутить с кожурой через мясорубку, начистить 10 головок чеснока (головок, а не долек!), все смешать и оставить на неделю в закрытой посуде. Принимать 1 раз в день по чайной ложке, но не сразу, а медленно, смакуя, не торопясь. Дни не пропускать. Принимать, пока не кончится лекарство, в течение 2 месяцев.

Пихта. Втирать в область сердца 5–6 капель пихтового масла. Если втирание проводить с помощью эбонитового кружка, боли снимаются в течение 10–15 минут.

Хроническая ишемическая болезнь сердца (ИБС)

Это самый распространенный сердечный недуг. Понятие «ишемическая болезнь сердца» включает как острые формы заболеваний (стенокардия, инфаркт миокарда), так и хронические (очаговый, или диффузный;

кардиосклероз, то есть поражение мышечной ткани сердца). В основе болезни — коронарная недостаточность, когда мышца сердца хуже снабжается кровью, чаще всего из-за атеросклероза.

В большинстве случаев ИБС развивается исподволь, хотя возможна и «острая разрядка» инфаркта миокарда. Почти всегда болезнь проявляет себя симптомами стенокардии той или иной степени выраженности.

При ишемической болезни сердца можно использовать лекарства, рекомендуемые при стенокардии, а также следующие препараты.

Лещина (орех лесной). Болгарская народная медицина рекомендует использовать листья и кору лещины при лечении хронической ишемической болезни, для чего сырье используют для приготовления настоя: 1 столовую ложку измельченных и высушенных листьев или коры залить 1 стаканом кипятка. Настоять 2 часа. Принимать по 2 столовые ложки 3–4 раза в день.

Приготовить состав: 5 столовых ложек измельченных пихтовых или еловых иголок смешать с 2–3 ложками измельченных плодов шиповника и 2 столовыми ложками луковой шелухи. Все залить 700 мл воды, кипятить на слабом огне 10 минут, настоять ночь в тепле. Процедить и принимать вместо воды до 1,5 л в сутки. Лечение проводить в течение 2–3 месяцев.

Каштан конский. Приготовить отвар: 1 столовую ложку листьев или 1 чайную ложку порошка из коры дерева на 500 мл воды. Кипятят на малом огне 15 минут, процеживают, принимают по 100 мл 4 раза в день до еды.

Персик. Его плоды рекомендуются употреблять при ишемической болезни сердца, протекающей с нарушением сердечного ритма (аритмия).

СЕРДЕЧНАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ (ХРОНИЧЕСКАЯ)

Собственно говоря, сердечная недостаточность — это не самостоятельное заболевание. Она как симптом

диагностируется при многих сердечно-сосудистых заболеваниях, когда сердце «устает» и не может справиться со своими обязанностями, что объясняется, прежде всего, слабостью сердечной мышцы.

Основными симптомами хронической сердечной недостаточности являются одышка, повышенная утомляемость, особенно при подъеме на любую возвышенность.

Хроническая сердечная недостаточность может быть слабо выраженной (1-я стадия) и отчетливо выраженной (2–3-я стадии). При 2-й и 3-й стадиях у больных обычно развиваются отеки, прежде всего нижних конечностей, и, конечно, развиваются серьезные дистрофические изменения не только в сердце, но и в других органах.

При сердечной недостаточности хорошие результаты достигаются при применении следующих рецептов народной медицины.

Береза. Приготовить настой: 20 г свежих измельченных листьев залить 1 стаканом кипятка. Настаивать 4 часа, процедить. Принимать по 1/4 стакана 4 раза в день, добавив немного питьевой соды при отеках сердечно-сосудистого происхождения.

Сосна обыкновенная. Приготовить настой: 1 столовую ложку почек залить 1 стаканом кипятка, плотно закрыть крышкой. Настаивать 2 часа, процедить. Принимать по 1–2 столовые ложки 3–4 раза в день как мочегонное.

Чага (березовый гриб). Приготовить настой: 200 г сырья заливают 500 мл воды (кипяченой) на 4 часа для размягчения, после чего гриб измельчают на терке и заливают 500 мл кипяченой воды при температуре 50 °С (при более высокой температуре чага теряет свои лечебные свойства), настаивают 2 суток, принимают по 100 мл 3 раза в день. Настой чаги может храниться до 4 суток. Лекарство эффективно при задержке жидкости в организме.

Яблоня. При сердечных отеках рекомендуются яблочно-творожные разгрузочные дни, когда за сутки

больной съедает только 600—800 г яблок и 300—400 г творога (нежирного). При больших отеках такую диету назначают на 5 дней.

Лимон. При одышке сердечного происхождения размолоть 350 г чеснока, выжать сок из 24 лимонов. Слить все в банку с широким горлом. Настоять 24 часа в теплом месте, неплотно завязать марлевой салфеткой. Принимать по 1 чайной ложке 1 раз в день перед сном. В 100 мл воды добавить 1 чайную ложку смеси, размешать и выпить. Эффект проявляется уже через 15—17 дней. Больной начинает лучше спать, одышка уменьшается, снимается чувство усталости. Или: взять 1 л меда, 10 лимонов выжать и прокрутить с кожурой через мясорубку, начистить 10 головок чеснока. Все смешать и оставить на неделю в закрытой посуде. Принимать 4 чайные ложки 1 раз в день, глотать не сразу, а подержать во рту, медленно пережевывая ложечку за ложечкой. Дни не пропускать, курс лечения — 2 месяца.

ГИПЕРТОНИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ

Это одно из самых распространенных заболеваний людей как пожилого, так и молодого возраста. Гипертоническая болезнь — хроническая сердечно-сосудистая патология, характеризующаяся постоянным или почти постоянным повышением артериального давления (АД). «Стартером», или пусковым механизмом развития этого недуга обычно становится так называемая нервная ошибка — часто повторяющиеся негативные стрессовые ситуации.

Болезнь развивается постепенно, и если ее своевременно не лечить, то в своем развитии она проходит три стадии. В последних двух стадиях обычно развивается хроническая сердечная недостаточность.

При гипертонической болезни наиболее частыми являются жалобы на головные боли, головокружение, нервозность, повышенную утомляемость, которая постепенно прогрессирует.

Артериальное давление у здоровых людей колеблется от 100 до 135–140 мм рт. ст. (так называемое оптимальное систолическое давление — до 60–90 мм рт. ст.).

При гипертонической болезни народная медицина предлагает следующие рецепты:

Рябина. Сок из свежих ягод принимать по 3–4 раза в день до еды.

Грецкий орех. Употреблять орехи по 100 г в день в течение 1,5 месяца (курс лечения).

Шелковица (рецепт китайской народной медицины). Приготовить отвар: 2 столовые ложки измельченной коры залить 500 мл кипятка, кипятить 40 минут на медленном огне, настоять 1 час, процедить. Принимать в течение дня вместо воды.

Арония (рябина черноплодная). Пить ее сок по 50 мл (2–3 столовые ложки) 3 раза в день за полчаса до еды. Лекарство хранить в прохладном месте. Или: употреблять плоды по 100 г на прием за полчаса до еды 3 раза в день.

Приготовить сбор:

барвинок малый (листья) — 15 г;

астрагал шерстисто-цветный (трава) — 15 г;

рябина черноплодная (плоды) — 15 г;

боярышник колючий (цветки) — 15 г.

2 столовые ложки измельченной смеси залить 500 мл воды. Приготовить как настой. Принимать по 1/3 стакана 4–5 раз в день за полчаса до еды.

Лимон. Приготовить состав: стакан меда, стакан морковного сока, стакан сока хрена, сок 1–2 лимонов. Все хорошо смешивают деревянной ложкой в темной стеклянной банке, плотно закрывают и хранят в темном месте. Принимать по 1 чайной ложке 3 раза в сутки за час до еды или через 2–3 часа после еды. Продолжительность лечения около 2 месяцев.

Приготовить сбор:

сирень (измельченные листья) — 1 чайная ложка;

айва (измельченные листья) — 1 чайная ложка;

шелковица (измельченные листья) — 1 чайная ложка.

Смесь залить 1 л кипятка, настоять 1 час, процедить. Пить вместо воды. Лекарство держать в холодном месте.

ВАРИКОЗНОЕ РАСШИРЕНИЕ ВЕН, ТРОМБОФЛЕБИТ

Термином «варикозное расширение вен» называют изменения вен, характеризующиеся неравномерным увеличением их просвета с образованием выпячивания в зоне истонченной венозной стенки. При этом наблюдается узлоподобная извитость вен и функциональная недостаточность клапанов с извращением кровотока.

Наиболее ранние признаки заболевания — это появление умеренно расширенных вен на бедре или голени. Болезнь постепенно прогрессирует. Набухание вен становится все более выраженным. Больные отмечают повышенную утомляемость, тяжесть и распирающие в ноге.

В нелеченных случаях болезнь может осложниться тромбофлебитом. Он характеризуется воспалением венозной стенки, в результате чего образуются тромбы, закупоривающие просвет сосудов. Заболевание нередко протекает с обострениями, которые проявляются внезапно возникающей болью (острой), повышением температуры (до 38 °С). Кожа обычно имеет синюшный оттенок.

При варикозном расширении вен и тромбофлебите эффективными могут быть следующие рецепты.

Каштан конский. Приготовить водно-спиртовой раствор: 50 г цветков или измельченных плодов настаивают в 0,5 л водки в течение 14 дней. Принимают по 30–40 капель 3–4 раза в день (с водой) в течение 4 недель. Этот настой можно также использовать и для наружного применения в виде компрессов и растираний.

Орех лесной (фундук). Приготовить настой: 1 столовую ложку сухих измельченных листьев залить 200 мл кипятка, настоять 30 минут. Пить как чай (свежие листья ореха собирать в июне, сушить в тени).

Белая акация. Весной, когда начинает цвести акация, надо собрать кисти цветов и положить их в 3-литровую банку, заполнив ее на 1/3 (цветы должны лежать в ней не очень плотно). Туда же влить 0,5 л водки и 0,5 л медицинского спирта. Закрывать крышкой. Поставить в темное место на 2 недели. Затем этой жидкостью не менее 5 раз в день обильно смачивать венозные узлы и потихоньку растирать. Цветы акации при этом остаются в банке. Лечение продолжать, пока не закончится вся жидкость.

Эвкалипт широкий. Трофические язвы лечат примочками из настоя эвкалипта (100 г свежих листьев заварить 1 л кипятка, кипятят 5 минут).

Береза. 1 кг березовой золы просеять через мелкое сито и залить 10 л крутого кипятка. Настоять, укутав, 2 часа. В еще теплый раствор опустить больную ногу на 30 минут. Если язва расположена в неудобном месте, то делать компрессы из полученного раствора. Для этого сложить марлю в несколько слоев, намочить в растворе и приложить к язве на 8 часов. Компрессы и ванночки делать 2 раза в день. Обычно самая долго не заживающая рана проходит после такого лечения через 2-3 недели.

Ольха. К пораженным участкам прикладывают истолченные листья или смазывают очаги поражения соком из листьев.

Сосна. Залить 0,5-1 кг хвои 1 л воды, кипятить в течение 10 минут. Процедить и отжать. Применять как растирку при массаже ног.

3. БОЛЕЗНИ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ

ГАСТРИТ

Гастрит (воспаление желудка) бывает острым и хроническим. Чаще всего болезнь возникает из-за нерационального питания или из-за отравлений, чаще всего недоброкачественной продукцией.

При остром гастрите больные жалуются на боли в области желудка, неприятные ощущения в подложечной области, чувство жжения в верхней половине живота, тошноту, нередко рвоту, отрыжку. Обычно эти жалобы появляются спустя 2—3 часа после еды.

Хронический гастрит может протекать с нормальной, повышенной или пониженной кислотностью желудочного сока.

Больных беспокоят: чувство тяжести в области поджелудочной железы и распираания живота, отрыжка воздухом и пищей, плохой вкус во рту и запах тухлых яиц изо рта, срыгивание, тошнота — обычно после еды; аппетит нарушен.

При лечении гастритов рекомендуются следующие рецепты.

Яблоня. Использовать яблоки зеленых сортов. Суточную дозу — 2 средних яблока — натирают на мелкой терке и съедают утром натощак. Следующий прием пищи — не ранее чем через 4—5 часов. В течение 1-го месяца лечения кашицу принимают ежедневно, во второй — 1 раз в 2—3 дня, в третий — 1 раз в неделю.

Приготовить сбор:

цветки липы — 1 часть;

семя льна — 2 части;

корень солодки — 2 части.

Столовую ложку смеси залить стаканом кипящей воды, кипятить 10 минут. Принимать по $\frac{3}{4}$ стакана 3 раза в день за 20—30 минут до еды.

Рябина. Свежий сок из плодов или свежие ягоды принимают при пониженной кислотности желудочного сока.

Ольха. Приготовить чай: взять 2 части соплодий ольхи и 1 часть горца змеиноного. 2 чайные ложки смеси залить стаканом кипятка, настоять 1 час. Процедить. Принимать по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день.

Осина. Приготовить отвар: 1 чайную ложку почек или молодых веточек осины залить стаканом воды. Кипятить 10 минут. Принимать по 1 столовой ложке 5—6 раз в день (при остром гастрите).

Айва. Приготовить настой: 5 г листьев на 250 мл кипятка. Настаивают на водяной бане 15 минут, через 1 час процеживают, отжимают и разбавляют до первоначального объема. Настой хранят не более суток в холодильнике. Принимают по 2 столовые ложки 4 раза в день до еды.

Гранат. 50 мл сока плодов принимают 4 раза в день за 20 минут до еды.

Акация белая. Приготовить настойку: 2 чайные ложки цветков на 100 мл водки или спирта. Настаивают 14 дней, процеживают. Принимают по 15–20 капель с водой 2 раза в день при повышенной кислотности желудочного сока.

Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки

Это болезнь, как правило, молодых людей.

Характер жалоб позволяет судить о локализации язвенного процесса в желудке или двенадцатиперстной кишки.

Основная и самая частая жалоба пациентов — боль в подложечной области. Ее появление связано с приемом пищи. При язвенной болезни желудка боли обычно возникают через полчаса-час после приема пищи и ощущаются, как правило, или под ложечкой, или в левом подреберье. При язвенной болезни двенадцатиперстной кишки боли бывают «голодными», то есть появляются через 2 часа и более после еды, иногда ночью («ночные» боли). Локализуются эти боли в подложечной области и в правой верхней части живота и обычно исчезают после приема пищи. Нередко боль той или иной степени выраженности отдает в спину, в грудную клетку.

Кроме болей, язвенной болезни свойственна изжога, которая порою носит мучительный характер. У многих больных наблюдается тошнота, отрыжка, аппетит при язвенной болезни обычно не страдает. Язва двенадцатиперстной кишки нередко приводит к запорам, а ис-

пражнения напоминают овечий кал («горошками»), иногда темно-коричневого цвета, что обусловлено кровоточивостью язвы. При язвенной болезни желудка запоры отсутствуют.

Народная медицина при лечении язвенной болезни издавна применяет следующие средства.

Ольха. Приготовить настой: 1 столовую ложку измельченных шишек залить стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за полчаса до еды.

Грецкий орех и береза. Приготовить состав: 1 кг орехов, 1 кг майского цветочного меда, 250 г сухой глюкозы, 50 г валерианового корня, 50 г березовых почек, 3 измельченных мускатных ореха настоять 2 недели в 2 литрах коньяка в темном месте. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за полчаса до еды.

Приготовить состав:

изюм — 1 кг;

урюк (сушеные абрикосы) — 1 кг;

ядра грецкого ореха — 1 кг;

лимоны — 3-4 штуки.

Состав пропустить через мясорубку, добавить 1 кг жидкого майского меда и принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день перед едой. Курс лечения — 1 месяц. При необходимости повторить курс через 1-1,5 месяца. Приготовленное лекарство держать в холодильнике.

Чага (березовый гриб). Приготовить настой: 100 г чаги заливают теплой кипяченой водой на 4 часа для размягчения, после чего гриб измельчить на терке и залить 500 мл кипяченой воды при температуре 50 °С (при более высокой температуре чага теряет свои лечебные свойства), настаивают 2 суток. Принимают по 1 стакану 3 раза в день за полчаса до еды.

Береза. Приготовить настой: 1 столовую ложку березовых почек на 250 мл холодной воды настаивают на водяной бане 20 минут, после остывания процеживают. Принимают по 1 столовой ложке 4 раза в день.

Приготовить сбор:

кипрей узколистный (листья) — 20 г;

липа сердцелистная (цветки) — 20 г;

фенхель обыкновенный (плоды) — 10 г;

ромашка лекарственная (цветки) — 10 г.

2 чайные ложки сбора залить стаканом кипятка, настоять 30 минут, процедить. Принимать по 1 стакану 2–3 раза в день.

Колит

Колит — воспалительно-дистрофическое поражение толстой кишки. Неизлеченный своевременно острый колит переходит со временем в хронический. Чаще всего хронический колит бывает не только исходом острого, но и следствием ослабленного иммунитета, внедрения в организм болезнетворных микробов. Нередко причиной заболевания является и глистная инвазия. Кроме того, хронический колит (так называемый вторичный) может возникнуть при воспалительных заболеваниях печени, поджелудочной железы, двенадцатиперстной кишки.

Течение хронического колита характеризуется периодами обострения и ремиссии. Ведущими симптомами болезни являются боли в животе и нарушения стула. Боли различаются по интенсивности и локализации. Наиболее типичные боли ноющего характера — в нижних и боковых отделах живота. Локализация болей обусловлена, как правило, местом поражения толстой кишки. Боли редко интенсивные, усиливаются обычно после приема пищи. После стула и отхождения газов боли уменьшаются. При распространении болей на близлежащие оболочки кишки они приобретают постоянный характер, усиливаясь при движении (особенно при тряске), дефекации, очистительной клизме. Усиливают боли тепловые процедуры (грязи, деатермия, парафин, озокерит, грелки).

Метеоризм — частый признак заболевания. Постоянны и разнообразны диспепсические явления. Боль-

ных беспокоят неприятный вкус или горечь, а также сухость во рту, отрыжка, тошнота, изжога, ощущение дискомфорта в животе. У большинства пациентов нарушен аппетит, чаще он бывает понижен.

Нарушения стула разнообразны. У одного и того же больного могут быть и поносы, и запоры в разные периоды заболевания, а также сочетания их (неустойчивый стул). Часто встречается так называемый синдром недостаточного опорожнения кишок: выделение небольших количеств кашицеобразного или жидкого кала, иногда с примесью оформленных кусочков, часто со слизью, несколько раз в день. При этом больные жалуются на ощущение неполного опорожнения кишечника после дефекации. Позывы возникают преимущественно в утренние часы с короткими интервалами или сразу после еды.

При лечении этих заболеваний применяют следующие средства.

Ольха. Приготовить отвар: 15 г ветвей (измельченных) на стакан воды, кипятить 15 минут. Остудить и применять по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Ива. Приготовить настой: 1 чайную ложку сухой коры настаивать 4 часа в 2 стаканах холодной воды (кипяченой). Процедить и принимать по 1/2 стакана 3-4 раза в день до еды.

Приготовить состав: смешать 3 части плодов черемухи с 2 частями черничных ягод. 2 столовые ложки смеси заварить 2 стаканами кипятка, кипятить 20 минут, процедить. Принимать, остудив, по 1/4-1/2 стакана 3 раза в день как вяжущее средство.

Айва. Приготовить настой: 5 г листьев на 250 мл кипятка. Настаивают на водяной бане 15 минут. Через 1 час процеживают, отжимают и разбавляют до первоначального объема (настой хранят не более 3 суток в холодильнике). Принимают по 2 столовые ложки 4 раза в день до еды (настой уменьшает перистальтику кишечника).

Гранат. Приготовить настой: 1 чайную ложку цветков на 200 мл кипятка настаивают 1 час, процеживают.

Принимают по 1 столовой ложке 4–5 раз в день через час как вяжущее средство при поносе или по 50 мл сока плодов 4 раза в день за 20 минут до еды.

Орех грецкий. 20 г зеленых плодов заварить в стакане кипятка, настаивать 20 минут, процедить и отжать. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день при поносе.

Приготовить состав: лапчатка прямостоячая (корневище с корнями) — 40 г и дуб обыкновенный (кора) — 1 чайную ложку. Столовую ложку смеси залить в термосе на ночь стаканом кипятка, процедить и принимать по 1 столовой ложке 5–6 раз в день при поносе.

Приготовить сбор:

тмин обыкновенный (плоды) — 10 г;

апельсин (кожура) — 10 г;

крушина ломкая (кора) — 80 г.

Приготовить отвар из 1 столовой ложки сбора на стакан воды. Принимать утром и вечером по 1 стакану отвара при запорах.

ХОЛЕЦИСТИТ

Холецистит — болезнь желчного пузыря. Бывает острым и хроническим.

Острый холецистит проявляется болезненными приступами в правом подреберье и подложечной области. Такие приступы обычно сопровождаются тошнотой, рвотой, резким ухудшением самочувствия. Температура часто повышается до умеренных цифр (38 °С), но иногда и выше.

Клиническую картину острого холецистита определяет внезапность приступов боли: они возникают на фоне вполне удовлетворительного самочувствия. Больные нередко говорят, что вчера вечером съели всего лишь 2 кусочка соленого сала, «в охотку», или 1–2 маринованных помидора, а утром «ни с того, ни с сего» вдруг появились очень сильные боли в подреберье, да такие, что пришлось вызвать «скорую помощь».

И это действительно так: приступообразные болевые синдромы у страдающих хроническим холециститом нередко развиваются от грубого нарушения диеты.

Боли при остром холецистите, возникая внезапно, часто бывают нестерпимыми. Они часто отдают в правые плечо или лопатку (вспомним, что при остром панкреатите приступообразная боль локализуется в подложечной области живота или ближе к левому подреберью), во время приступа больные обычно ведут себя беспокойно: долго не могут найти удобное положение тела, чтобы облегчить боли. На 2–3-й день после возникновения болевого приступа часто отмечают желтушность кожных покровов и склер, выраженную в разной степени; при этом моча приобретает окраску темного пива.

Как уже говорили, приступ острого холецистита появляется спустя несколько часов (порой через 2–3 часа) после употребления острой или жирной пищи. Врачам, кстати, хорошо известно, что вызовы на дом по поводу острого холецистита заметно учащаются после праздничных дней.

Хронический холецистит — одно из наиболее частых заболеваний печени и желчевыводящих путей. В ряде случаев он может развиваться после нескольких приступов острого холецистита, тем более при наличии камней в желчевыводящих протоках и желчном пузыре. Нередко болезнь развивается без предшествующей патологии органов пищеварения и тогда протекает в форме хронического бескаменного холецистита.

Обычно больные жалуются на тупые, ноющие боли в области подреберья, обостряющиеся после приема пищи, главным образом жирной или острой. Да и при любом переедании желчный пузырь зачастую болезненно реагирует на избыточную пищевую нагрузку. При холециститах рекомендуются следующие лекарственные средства.

Рябина. Принимать ее сок по 1 чайной ложке за полчаса до еды перед каждым приемом пищи.

Каштан конский. Приготовить настой: 1 чайную ложку измельченной коры залить 2 стаканами кипятка, настаивать 8 часов, процедить. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день до еды.

Приготовить сбор:

барбарис обыкновенный (плоды) — 20 г;

береза повислая (листья) — 20 г;

можжевельник (плоды) — 20 г;

полынь горькая (трава) — 20;

тысячелистник обыкновенный (трава) — 20 г.

Все смешать. 1 столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1–2 стакана 3 раза в день за полчаса до еды.

Приготовить сбор:

цветки бессмертника песчаного — 10 столовых ложек;

цветки ромашки лекарственной — 6 столовых ложек;

цикорий дикий (все растение) — 6 столовых ложек;

листья или почки березы бородавчатой — 3 столовые ложки.

6 столовых ложек сбора парят ночью в 1 литре кипятка плотно закрытым и тепло укутанным. Утром выдерживают в водяной бане 15 минут, процеживают, отжимают и принимают по 1 стакану (3–4 раза в день). Детям дают по 1/2 стакана 3 раза в день или назначают в виде клизмы по 75–120 мл на ночь.

Приготовить состав (высокоэффективный при заболеваниях желчевыводящих путей): берется по 10 г семян укропа благородного, плодов можжевельника, цветков ноготков, листа березы, травы сушеницы травяной, по 20 г цветков ромашки, плодов земляники лесной, лепестков розы, по 30 г плодов шиповника, травы хвоща полевого, рылец кукурузы, корня одуванчика и 40 г цветков бессмертника песчаного. 5–6 г смеси заварить в 500 мл кипятка, томить до охлаждения и принимать по 150 мл полученного настоя 3 раза в сутки за 10–15 минут до еды.

ЖЕЛЧНОКАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ

Эта болезнь характеризуется образованием камней в желчном пузыре или желчевыводящих протоках.

Каков же механизм образования камней? Напомним, что желчь содержит холестерин, билирубин, другие составляющие, а по физико-химическим свойствам они относятся к коллоидным растворам, т. е. растворимые вещества находятся во взвешенном состоянии, что играет свою роль.

Частицы билирубина окружены защитным слоем. Если в желчном пузыре развивается патологический процесс, скажем, хронический холецистит, то кислотно-щелочное равновесие в тканях сдвигается в «кислую сторону». Защитная оболочка билирубина разрушается, после чего различные органические и минеральные соединения из взвешенного состояния выпадают в осадок в виде кристаллов. Образуется «песочек», «песок», «камешки».

Желчнокаменная болезнь встречается у людей среднего и пожилого возраста, причем у женщин эта патология диагностируется в 4–5 раз чаще, чем у мужчин.

Желчнокаменная болезнь, как и многие другие, развивается постепенно, часто исподволь. В течение многих лет человек ощущает тяжесть в правом подреберье, возникающую чаще всего после плотной еды, а также после употребления алкоголя — врага печени и поджелудочной железы. Особенно неприятные ощущения появляются после употребления жареного мяса, бараньего или говяжьего жира, а также соленых или маринованных продуктов, копченостей... А если к тому же человек еще и ведет малоподвижный образ жизни, да еще страдает ожирением, то застой желчи, как говорится, ему обеспечен.

Постепенно больной начинает ощущать распирание и вздутие живота. Периодически появляется тошнота, иногда — рвота. А боли в области желчного пузыря становятся все продолжительнее. Подолгу не проходит чувство горечи во рту. Когда в желчном пузыре или в

ослаблена вследствие длительного нерационального питания (переедание, злоупотребление жирами, кондитерскими, алкоголем и т. д.). Печень может страдать из-за длительно текущего хронического холецистита, если он периодически обостряется.

При гепатитах рекомендуются следующие лекарства.

Липа сердцелистная. Взять 30 г цветков и залить 1 л воды, кипятить 15 минут. Отстоять и профильтровать. Выпить все в течение дня. Это лечение знахари рекомендуют проводить на протяжении 1 месяца.

Кедр сибирский. Приготовить настойку: 100 г толченых орехов вместе со скорлупой на 500 мл водки, настаивают 14 дней, процеживают, принимают по 20 капель 4 раза в день.

Вишня (рецепт болгарской народной медицины). Рекомендуется применять плодики сырья (с плодоножками), приготовив из них отвар: 15–30 г сухого сырья заливают 500 мл кипятка и варят в течение 15 минут на слабом огне. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день. Кроме того, рекомендуется съедать по 15–20 свежих плодиков в день или пить по 20 мл сока из них.

Ива. Приготовить настой: 60 г сушеной и измельченной коры кипятить в 1 л воды 15 минут. Настоять сутки в теплом месте, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день до еды.

Орех лесной (лещина). Свежие листья высушивают в духовке или на солнце. 1 столовую ложку измельченных в порошок листьев настаивают 12 часов в стакане белого вина. Принять в течение дня в 3 приема. Курс лечения 10–12 дней.

Приготовить сбор:

мелисса лекарственная (листья) — 20 г;

липа сердцелистная (цветки) — 20 г;

орех грецкий (листья) — 30 г;

бузина черная (цветки) — 30 г.

20 г смеси залить 500 мл кипятка, настаивать 15 минут, профильтровать. Принимать по 2–3 чашки в день, одну из них натощак.

ЦИРРОЗ ПЕЧЕНИ

Цирроз печени — хроническое прогрессирующее заболевание, характеризующееся повреждением и гибелью печеночных клеток с их постепенным замещением разрастающейся соединительной (нерабочей) тканью. При этом нарушается функция печени — этой главной биохимической «лаборатории» организма. Причинами цирроза печени нередко являются болезнь Боткина, хронический алкоголизм.

Больные обычно жалуются на общую слабость, отсутствие аппетита, вздутие живота и чувство давления в его верхней половине. В период обострения болезни нарастает слабость, больной еще сильнее худеет, у него умеренно повышается температура, увеличивается живот за счет скопления жидкости в брюшной полости.

Тяжелыми осложнениями цирроза печени являются кровотечения из расширенных вен пищевода и желудка. Может развиваться и печеночная кома. На коже отмечаются обильные высыпания в виде печеночных «звездочек» (мелкоочаговое расширение кровеносных сосудов).

При циррозе печени применяются следующие препараты.

Ива. Приготовить настой: 60 г сухой измельченной коры кипятить в 1 л воды 15–20 минут. Настоять, укутав, сутки в теплом месте, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день до еды.

Береза. Пить березовый сок по 200 мл в день.

Приготовить сбор:

мелисса лекарственная (листья) — 20 г;

липа сердцелистная (цветки) — 20 г;

орех грецкий (листья) — 30 г;

бузина черная (цветки) — 30 г.

20 г смеси залить 500 мл кипятка, настаивать 15 минут, профильтровать. Принимать по 2–3 чашки в день, одну из них натощак.

Приготовить сбор:

смородина черная (листья) — 10 г;
березка бородавчатая (листья и почки) — 10 г;
багульник болотный (корневище с корнями) — 10 г;
шиповник коричный (плоды) — 10 г;
осина обыкновенная (почки) — 10 г;
зверобой продырявленный (трава) — 10 г.

Приготовить настой (по обычному рецепту) из 20 г семян на стакан воды. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Приготовить сбор:

дуб обыкновенный (желуди) — 20 г;
пассифлора мясо-красная (все растение) — 30 г;
расторопша пятнистая (все растение) — 50 г.

50 г смеси залить 1 л кипятка, настаивать 15 минут, профильтровать. Принимать 3–5 чашек в день, добавляя в каждую 1 столовую ложку препарата одуванчика на меду.

Приготовить сбор:

герань кроваво-красная (корневище) — 200 г;
колючник бесстебельный (корни) — 50 г;
анис обыкновенный (плоды) — 50 г;
хвощ полевой (трава) — 50 г;
боярышник кроваво-красный (цветки) — 50 г;
ландыш майский (листья) — 25 г;
наперстянка шерстистая (листья) — 25 г;
вишня обыкновенная (плодоножки) — 25 г;
можжевельник обыкновенный (плоды) — 25 г;
пырей ползучий (корневище) — 25 г;
горечавка крестовидная (трава) — 25 г.

2 столовые ложки сбора залить 400 мл кипятка, кипятить 5 минут. Принимать по 100 мл 3 раза в день перед едой. Это лекарство эффективно при сердечном застое на почве цирроза печени.

4. БОЛЕЗНИ МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМЫ

ПИЕЛОНЕФРИТ

Пиелонефрит — воспалительное заболевание почек и почечных канальцев. Нередко при этом поражаются и почечные лоханки. Болезнь может протекать как остро, так и хронически, в результате внедрения патогенных микроорганизмов в почечную ткань.

В остром периоде болезни отмечается сильный озноб, температура может повышаться до 40 °С. Больные жалуются на выраженную потливость, головную боль, резкую общую слабость. Боли в области поясницы могут быть как односторонними, так и двухсторонними. Кроме вышеописанных симптомов у пациента наблюдается тошнота, рвота, сухость во рту, мышечные боли.

Если острый пиелонефрит не был активно пролечен, то он обычно переходит в хронический. Больные при этом жалуются на периодически возникающие тянущие, ноющие боли в области поясницы, отечность под глазами, периодическое усиление головных болей. Эти симптомы становятся более выраженными при обострении болезни.

Диагноз пиелонефрита подтверждается лабораторными данными (повышенное количество лейкоцитов, а иногда и эритроцитов в моче, повышенная СОЭ — скорость оседания эритроцитов, наличие белка в моче) и другими анализами.

При пиелонефритах народная медицина применяет следующие препараты.

Береза. 100 г молодых весенних листьев измельчить и залить 2 стаканами теплой кипяченой воды. Настоять 6 часов. Процедить, отжать и принимать по 1/2 стакана 3 раза в день перед едой.

Яблоня. Постоянно пить молодую кожуру яблок (в порошок), для чего 1 столовую ложку порошка кожуры залить стаканом воды. Кипятить 3 минуты. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Осина. Пить вместо воды отвар коры (2 столовые ложки измельченной коры на 1 л воды).

Вишня. Приготовить настой: 30 г измельченных плодоножек на 1 л кипятка (дневная доза). Горячим настоем заливают 500 г вишен (или яблок) и через 20 минут процеживают. Напиток выпивают в течение дня.

Инжир. Приготовить отвар: 2 столовые ложки сухих плодов на 250 мл воды, варят 10 минут. Настаивают 1 час. Принимают по 100 мл 2–4 раза в день.

Рябина. Приготовить настой: 1 столовая ложка плодов на 300 мл напитка, настаивают 4 часа. Принимают по 100 мл 2–3 раза в день.

Приготовить состав:

льняное семя — 40 г;

стальник полевой (корень) — 30 г;

листья березы — 30 г.

Все смешать, измельчить, залить 1 л кипящей воды, настоять 2 часа в теплом месте. Принимать по 1/3 стакана 3–4 раза в день.

Приготовить сбор:

земляника лесная (листья) — 10 г;

крапива двудомная (листья) — 10 г;

ежевика сизая (листья) — 10 г;

береза бородавчатая (листья) — 20 г;

лен обыкновенный (семена) — 50 г.

Столовую ложку сбора настоять на стакане холодной воды 6 часов, кипятить 15 минут. Принимать по 1–2 стакана в день.

Приготовить сбор:

можжевельник обыкновенный (плоды) — 30 г;

шиповник коричный (плоды) — 30 г;

айва продолговатая (семена) — 30 г.

Столовую ложку смеси настоять на стакане холодной воды 6 часов, кипятить 15 минут. Выпить за день в несколько приемов.

Цистит

Цистит — воспаление стенки мочевого пузыря. Он может протекать как остро, так и хронически.

Острый цистит возникает обычно внезапно (как правило, после простуды). Основными его симптомами являются: частое болезненное мочеиспускание, боли внизу живота. Боли при мочеиспускании нарастают и принимают постоянный характер, исчезая после соответствующего лечения.

Хронический цистит протекает длительно. Симптоматика его такая же, как и при остром цистите, но выражена заметно слабее. Болезнь может периодически обостряться.

Народная медицина при циститах пользуется следующими средствами.

Приготовить сбор: листья толокнянки, листья березы, корень солодки, кукурузные рыльца.

Всего взять по 2 столовые ложки, измельчить, смешать. 1 столовую ложку сбора поместить в эмалированную кастрюлю, залить 200 мл горячей дистиллированной воды, нагревать на кипящей водяной бане 30 минут. Охлаждать при комнатной температуре 45 минут, процедить, отжать. Довести объем настоя до 200 мл. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день за полчаса до еды.

Тополь черный. Приготовить настой: 2 чайные ложки высушенных и измельченных почек залить 2 стаканами кипятка, настоять 30 минут. Процедить. Пить в течение дня в несколько приемов.

Приготовить сбор:

- листья черной смородины — 50 г;
- трава душицы — 30 г;
- трава фиалки трехцветной — 20 г;
- листья эвкалипта — 10 г;
- трава чабреца — 40 г.

3 столовые ложки сбора залить 1 л воды, довести до кипения, охладить, процедить. Использовать для

сидячих ванн. Продолжительность ванны 15 минут. По 2 процедуры в день. На курс лечения 12 процедур.

Клен платановидный. Приготовить настой: 1 чайная ложка измельченных плодов, 2 столовые ложки листьев или 1 столовая ложка измельченной коры на 250 мл кипятка. Настаивать на водяной бане 1 час, принимать по 50 мл 4 раза в день.

ПОЧЕЧНОКАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ

Другое название почечнокаменной болезни — мочекаменная. Как видно из названия этого недуга, сущность его заключается в образовании камней в органах мочеотделения. Обычно камни образуются в почечных лоханках и в верхних отделах мочевыводящих путей.

Клиническая картина болезни отличается своей вариабельностью. Многое зависит от того, в каком именно отделе мочевыводящих путей находится камень. Болезнь может протекать в течение нескольких лет скрыто. Камень в почечной лоханке или мочеточнике дает о себе знать нередко тогда, когда он преграждает отток мочи из почечной лоханки. В таких случаях боли проявляют себя почечной коликой. Эти боли носят весьма интенсивный характер, сопровождаются тошнотой, рвотой. На лбу выступает холодный липкий пот. При таких симптомах больному приходится вызывать «скорую помощь».

Предлагаемые народной медициной рецепты могут способствовать освобождению мочевыводящих путей от песка и камней.

Береза. Приготовить настой: 1 столовая ложка березовых почек на 250 мл холодной воды. Настаивают на водяной бане 20 минут. После остывания процеживают. Принимают по 1 столовой ложке 4 раза в день. Или: свежий березовый сок пить регулярно — вплоть до выхода песка и камней из почек.

Приготовить сбор:

цветки бузины — 1 часть;

цветки терновника — 1 часть;

лист березы — 1 часть;

травя крапивы двудомной — 1 часть.

Столовую ложку сбора измельчить, заварить стаканом кипятка, кипятить на слабом огне 5 минут, процедить. Утром во время завтрака выпить 1 стакан отвара для повышения мочеотделения и удаления песка и мелких камней.

Сосна. Приготовить настой: 1 столовую ложку почек залить 1 стаканом кипятка, плотно закрыть крышкой, настаивать 2 часа, процедить. Принимать по 1–2 столовые ложки 3–4 раза в день (лекарство действует как мочегонное).

Рябина (рецепт болгарской народной медицины). При камнях в почках болгарские фитотерапевты рекомендуют следующую методику лечения: 1 столовую ложку плодов рябины варить 5 минут в 200 мл воды, настоять 4 часа. Полученный отвар принимать по 70–100 мл в день.

Лавр благородный (рецепт старого знахаря). Приготовить настой: 5 г лавровых листков (примерно 15 штук) залить 300 мл воды, довести до кипения и дать 5 минут покипеть. Потом залить в термос и настаивать в течение 4–5 часов. Процедить и принимать по 1 столовой ложке в течение дня, пока не закончится лекарство. Это средство не только выгоняет камни из почек, но и снимает спазмы, вызывает аппетит и нормализует работу желудка. На следующий день приготовьте свежий настой лавра и принимайте его так же. Курс лечения — 3 дня. После этого сделайте перерыв на 2 недели. И снова повторите 3-дневный курс.

УРЕТРИТ

Уретрит характеризуется воспалительным процессом в стенке мочеиспускательного канала. Болезнь возникает в результате внедрения в уретру патогенных микробов, нередко гнойных (например при гонорее).

При остром течении болезни отмечается боль, жжение или зуд в начале мочеиспускания, наличие выделе-

ний из наружного отверстия мочеиспускательного канала. При осмотре обнаруживают покраснение, отек слизистой оболочки в области наружного отверстия, выделения из него.

При хроническом уретрите жалобы больных разнообразны и нередко они слабо выражены. Периодически отмечаются выделения серозного или гнойного характера из мочеиспускательного канала. При обострении болезни симптомы ее аналогичны таковым острого уретрита, хотя и выражены заметно меньше.

При уретритах народная медицина использует следующие лекарства.

Тополь черный. Приготовить настой: 2 чайные ложки сухих измельченных почек на 300 мл кипятка. Настоять 1 час, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Приготовить сбор:

толокнянка обыкновенная (листья) — 50 г;

хвощ полевой (трава) — 40 г;

пажитник сенной (трава) — 40 г;

брусника обыкновенная (трава) — 30 г;

лещина обыкновенная (листья) — 30 г;

кукуруза обыкновенная (рыльца) — 25 г.

2 столовые ложки сбора залить 500 мл кипятка, кипятить 10 минут. Принимать по 100 мл 4 раза в день перед едой.

Приготовить сбор:

толокнянка обыкновенная (листья) — 50 г;

береза бородавчатая (листья) — 50 г;

шиповник коричный (плоды) — 30 г;

звербой продырявленный (трава) — 30 г;

мята перечная (листья) — 20 г;

репешок обыкновенный (трава) — 30 г;

манжетка обыкновенная (трава) — 20 г;

горечавка крестовидная (трава) — 15 г;

хвощ полевой (трава) — 40 г.

2 столовые ложки сбора залить 500 мл кипятка, кипятить 10 минут. Принимать по 100 мл 4 раза в день перед едой.

Липа. Приготовить настой: 1 столовую ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать на ночь по 1 стакану в теплом виде или по 1/2 стакана 2 раза в день.

ПРОСТАТИТ

Простатит — воспаление предстательной железы — второго «сердца» мужчины, играющего важную роль в его детородной функции. Чаще всего развивается хронический простатит, который является, как правило, исходом невылеченного острого.

В начале заболевания какие-либо жалобы у мужчин отсутствуют. Но со временем чаще начинает отмечаться слипание губок мочеиспускательного канала (его выходного отверстия). Больные отмечают небольшое количество нитей в моче, что и заставляет их обратиться к врачу (урологу).

В других случаях больные жалуются на зуд в мочеиспускательном канале, в заднем проходе, в промежности, в области почек, в яичках, на бедрах. Отмечают больные и неприятные ощущения в перечисленных частях тела. Эти жалобы носят непостоянный характер, но периодически дают о себе знать. Могут учащаться позывы на мочеиспускание, особенно по ночам. По окончании акта мочеиспускания остаются неприятные ощущения, стимулирующие к продолжению мочеотделения. Последняя порция мочи стекает медленно, по каплям. Моча прозрачна, с примесью нитей слизисто-гнойного характера. Нередко бывает мутной.

При простатите применяются следующие лекарственные средства.

Каштан конский. Приготовить настойку: 25 г измельченной коричневой кожуры каштана залить 250 мл спирта и настаивать в темном месте 10 дней, ежедневно встряхивая. Процедить и принимать по 25–30 капель 3 раза в день;

лещина (орех лесной, фундук). Приготовить настой: 1 столовую ложку измельченной еще зеленоватой коры

лещины и 3 измельченных корня петрушки залить 1 л кипятка и варить в закрытой посуде на малом огне 20 минут, процедить. Пить вместо воды в течение дня.

Береза. При затрудненном мочеиспускании (дизурии) смешать 30 г листьев березы, 3 столовые ложки меда, 1 л белого вина и кипятить на медленном огне 15 минут. Процедить. Принимать по 100 г 3 раза в день после еды.

Осина. Приготовить настой: 1 чайная ложка почек на 250 мл кипятка, настаивают 1 час, процеживают. Принимают по 50–100 мл 2–3 раза в день. При болезненном мочеиспускании лучше принимать настойку: 50 г почек осины, 50 г ее свежих листьев и 100 г коры ветвей на 500 мл 70% -ного спирта настаивают 10 дней, процеживают. Принимают по 20–30 капель 3–4 раза в день.

Груша обыкновенная. Приготовить настой: 30 г цветков залить 1 л кипятка, настаивать, укутав, 10 минут. Принимать в течение дня 5 стаканов через равные промежутки времени (лекарство эффективно при остром простатите).

Приготовить состав: взять в равных частях по весу листьев березы, лещины, траву хвоща полевого. 4 столовые ложки измельченной смеси залить 3 стаканами воды, варить на слабом огне в закрытой посуде 5–7 минут, настаивать 1 час, процедить. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день в течение месяца при хроническом простатите.

Ива. Концевые ее ветки взять в количестве 1 столовой ложки, мелко настругать и заварить стаканом кипятка, кипятить 5 минут. Процедить и принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Аденома предстательной железы

Это доброкачественное образование предстательной железы.

Симптомами этого недуга являются: нарушение мочеиспускания (дизурия) с задержкой мочи в мочеиспускательном канале, ослабление струи, а также задерж-

ка мочи в мочевом пузыре, из-за чего больному приходится часто мочиться. Нижнее белье из-за этих симптомов обычно бывает влажным, с запахом мочи.

В развитии заболевания выделяют 4 стадии. В первой стадии у пациентов нарушения акта мочеиспускания выражены не резко. Во второй стадии мочеиспускание учащается, становится более болезненным. Повелительный позыв ведет к недержанию мочи. В третьей стадии уже наблюдается хроническая задержка мочи. Отмечается расширение мочеточников и почечной лоханки, в результате чего нарушается функция почек. И наконец, в четвертой стадии появляются симптомы интоксикации организма из-за отравления его токсическими продуктами обмена веществ. Вот почему лечить заболевание нужно как можно раньше.

Для лечения аденомы предстательной железы рекомендованы следующие препараты.

Каштан. 25 г измельченной коричневой коры плодов залить 250 мл спирта, настаивать в темном месте 10 дней, периодически встряхивая. Процедить и принимать по 40–50 капель 2 раза в день.

Приготовить сбор: петрушка, нырей (корень), пустырник (цветущие верхушки), терновник (цветки), боярышник (цветки), тополь черный (почки), спаржа (корни). Всего взять поровну. 2 столовые ложки смеси заварить 500 мл кипятка и настоять 12 часов. Процедить. Принимать по 3/4 стакана 3 раза в день за полчаса до еды.

Приготовить сбор:

лист бадана — 10 г;

травы спорыша — 10 г;

травы одуванчика — 10 г;

корневище солодки — 10 г;

травы воробейника лекарственного — 15 г;

травы окопника — 12 г;

лист лещины — 10 г;

лист каштана — 10 г;

травы дымянки лекарственной — 8 г;

створки фасоли — 12 г.

Столовую ложку смеси залить 500 мл кипящей воды, настоять 1 час, процедить и выпить в течение дня в 4 приема (между приемами пищи). Курс лечения — 25 дней. Через 3 недели курс лечения повторить.

Приготовить состав: по 2 столовые ложки травы паслена черного, плодоножек вишни, цветков таволги вязолистной залить 700 мл кипятка, настаивать, укутав, 2 часа, процедить. Настой выпить в течение дня.

5. БОЛЕЗНИ СУСТАВОВ (ПОЛИАРТРИТЫ)

Болезней суставов насчитывается не один десяток. Чаще всего из них встречается ревматический артрит, ревматоидный (инфекционно-неспецифический) артрит, подагрический артрит и некоторые другие болезни суставов.

РЕВМАТОИДНЫЙ (ИНФЕКЦИОННО-НЕСПЕЦИФИЧЕСКИЙ) И ДРУГИЕ ПОЛИАРТРИТЫ

Наиболее частой патологией болезней суставов является ревматоидный полиартрит. Это — хроническое



Рис. 25. Ревматоидный полиартрит

прогрессирующее воспалительное заболевание суставов. Оно поражает людей в наиболее трудоспособном возрасте, обычно от 20 до 30 лет. Причины развития этой патологии до сих пор недостаточно изучены. Пусковым механизмом болезни становится обычно какой-либо очаг инфекции в организме (в миндалинах, придаточных пазухах носа, зубах, желчном пузыре и т. д.).

Если не проводить энергичные курсы лечения, болезнь постоянно прогрессирует. При остром начале заболевания у больного резко повышается температура, появляются сильные боли и припухлость тех или иных суставов. Но гораздо чаще наблюдается подострое течение болезни; в начальный период температура тела повышена до субфебрильных цифр (37,5–38 °С), припухлость и болезненность суставов не слишком выражены. Но в том и другом случае воспалительные явления прогрессируют, распространяясь на другие суставы. Вскоре после начала заболевания на разгибательных поверхностях и в толще мягких тканей образуются так называемые ревматоидные узлы. Суставы становятся плотными, малоподвижными.

Когда воспаляются суставы пальцев рук, то больная кисть больше напоминает плавник моржа. Если не лечить болезнь своевременно, то спустя несколько лет суставные хрящи разрушаются, щели между ними уменьшаются, суставные поверхности выглядят изъеденными; края суставов становятся неровными, по ним начинают разрастаться так называемые «костные усики».

При ревматоидном артрите применяются следующие народные средства.

Береза (старинный рецепт). Взять 700 г свежего, непастеризованного и несоленого сливочного масла и положить его в глиняный горшок вместе с березовыми почками: слой масла в полтора сантиметра толщиной с таким же слоем почек, пока горшок не наполнится. Затем закрыть горшок крышкой, обмазать его вокруг тестом и засунуть в хорошо натопленную русскую печь на сутки. Через сутки выжать масло из почек и поло-

жить в него 7–8 граммов камфары, истолченной в порошок. Хранить мазь в прохладном месте крепко закрытой. Натирать мазью все больные места не менее раза в день (вечером, перед сном).

Старинный рецепт. Сшейте мешки, повторяющие форму ног и части туловища до поясницы. Набейте их березовыми листьями. Вечером, перед сном, следует вставить ноги больного в эти мешки с таким расчетом, чтобы довольно толстый слой листьев облегал их со всех сторон. Ноги будут очень сильно потеть, как в паровой бане. Если ноги стали слишком мокрыми, в полночь листья необходимо сменить. Несколько сеансов, и вы почувствуете себя гораздо лучше. Этот рецепт с успехом можно использовать также при ревматическом и при других видах артритов.

Каштан конский. Приготовить настойку: 50 г цветков или измельченных семян каштана на 500 мл водки настаивать 14 дней, процедить. Принимать по 30–40 капель 4 раза в день. Лучше же всего настойку использовать для растираний больных суставов.

Осина. Приготовить настой: 1 чайную ложку почек на 250 мл кипятка настаивают 1 час, процеживают. Принимают по 50–100 мл 2–3 раза в день (для увеличения диуреза при полиартрите).

Черемуха. Приготовить настойку: 2 столовые ложки коры на 200 мл водки, настаивают 3 недели, процеживают. Применяют наружно для растираний больных суставов.

ПОДАГРИЧЕСКИЙ ПОЛИАРТРИТ

Подагра в переводе с греческого означает «капкан для ног», или ревматическая боль в ногах (хотя к ревматизму как таковому эта болезнь не относится).

В основе подагры лежит повышение уровня мочевой кислоты в крови, в связи с чем в первую очередь клинически страдают суставы, чаще ног, но в ряде случаев и кистей рук. Болезнь характеризуется подагрическими приступами. Картина такого приступа весьма ха-

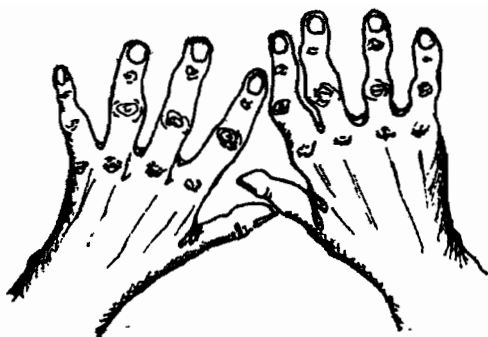


Рис. 26. Подагрический полиартрит

рактерна. Внезапно, чаще ночью, развивается острый артрит, поражающий чаще всего суставы стоп, особенно первых ее пальцев (обычно с одной стороны — правой или левой). Боли нередко носят нестерпимый характер.

Они еще более усиливаются даже при самых незначительных движениях в пораженном суставе.

Отмечается выраженная отечность тканей и покраснение кожи над суставом, приобретающие несколько позже синюшный оттенок. Обычно к утру боли несколько стихают, но к следующей ночи вновь возрастают. В последующем их интенсивность заметно снижается, и через 2—3 недели они исчезают полностью. Но болезнь характеризуется периодическими обострениями.

Подагрический приступ может сопровождаться повышением температуры, ознобом, потливостью, возбуждением, сердцебиением, повышением кровяного давления.

При подагрическом артрите эффективны следующие рецепты.

Сирень майская. Ее цветы, не приминая, насыпать в 0,5-литровую бутылку до верха, залить спиртом и настоять в течение 21 дня в темном месте. Принимать по

30 капель 3 раза в день до еды. Этой же настойкой растирать пораженные места, делать компрессы.

Яблоня домашняя. Плоды яблони препятствуют образованию в организме мочевой кислоты, поэтому и применяются при всех заболеваниях, связанных с накоплением и образованием в организме мочевой кислоты. Хорошо и полезно пить настои и отвары из яблок. Полезен при подагре также яблочный уксус.

Лимон. Взять 4 лимона и 3 головки чеснока, пропустить через мясорубку (лимоны без косточек), залить всю массу 7 стаканами кипятка, перемешать и дать настояться 24 часа. Процедить и принимать 50 г 1 раз в день перед едой.

Сосна. 1 столовую ложку скипидара (напоминаем, что он получается из сосны) смешать с 1 столовой ложкой подсолнечного масла. Втирать в больные места.

Приготовить мазь: взять 700 г свежего, непастеризованного и несоленого сливочного масла и положить его в глиняный горшок вместе с березовыми почками: слой масла в полтора сантиметра толщиной с таким же слоем почек, пока горшок не наполнится. Затем закрыть горшок крышкой, обмазать его вокруг тестом и засунуть в хорошо натопленную русскую печь на сутки. Через сутки выжать масло из почек и положить в него 7—8 г камфары, истолченной в порошок. Хранить мазь в прохладном месте крепко закрытой. Натирать мазью все больные места не менее раза в день (вечером, перед сном).

Приготовить сбор: взять по 1 кг коры березы и осины, 100 г коры дуба. Приготовить крепкий отвар, уварив его на 1/3. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день. Вначале боли усилятся, затем станет намного лучше. Лечение проводить в течение 1,5—2 месяцев.

Береза. Пить регулярно свежий сок березы.

Осина. Приготовить настойку: 50 г почек, 50 г свежих листьев и 100 г коры ветвей на 500 мл 70%-ного спирта, настаивают 10 дней, процеживают. Принимают по 20—30 капель 3—4 раза в день.

Пыльца сосны. Ее собирают весной. Чтобы получить пыльцу, надо цветущие желтые шишки сосны просу-

шить на солнце, затем вытрясти из них пыльцу и заварить ее как чай. Принимать по 1–2 стакана в день.

ОБМЕННЫЕ ПОЛИАРТРИТЫ

Таких болезней суставов довольно много. Болезнь может поражать самые различные суставы и окружающие их ткани. Диагноз того или иного полиартрита устанавливает врач. Само собой разумеется, что тот или иной артрит или полиартрит характеризуется болью в пораженном суставе (или суставах).

При полиартритах, протекающих на фоне нарушенного обмена веществ, народная медицина предлагает следующие лекарства.

Береза. Приготовить настойку: 25 г почек залить 500 мл 90%-ного спирта, настаивать 8–10 дней, процедить. Лекарство использовать для втираний и компрессов. Хорошо также использовать рецепт с применением березовых почек, смешанных с несоленым сливочным маслом, изложенный нами при лечении ревматоидного артрита (см. выше).

Каштан конский. Приготовить настойку (ее рецепт см. в разделе «Ревматоидный артрит»).

Сосна. Приготовить экстракт: 1 кг свежей хвои на 10 л воды, варят 30 минут, настаивают 12 часов, процеживают. На 1–1,5 л экстракта (темно-коричневого цвета с приятным хвойным запахом) добавляют 2,5 кг поваренной соли (разовая доза). Применяют для ванн.

Пихта сибирская. Приготовить мазь: смешивают 10 г камфары (получаемой, как известно, из пихты), 54 г вазелина медицинского, 8 г парафина медицинского и небольшое количество ланолина безводного. Применяют полученный состав для растираний больных суставов.

Приготовить сбор:

ива белая (кора) — 100 г;

хвощ полевой (трава) — 100 г;

тамус обыкновенный (корни) — 100 г;

сосна обыкновенная (верхушки) — 20 г.

2 столовые ложки сбора варить в 500 мл 10 минут. Принимать по 100 мл 4 раза в день перед едой. Это лекарство можно использовать и для растираний.

6. БОЛЕЗНИ КРОВИ

Кровь является важнейшей составной частью кровеносной системы. Она ответственна за важнейшие функции организма. Но и кровь может болеть. Чаще всего развивается анемия, сопровождаемая уменьшением в единице объема крови количества эритроцитов и гемоглобина. К заболеваниям крови относятся железodefицитные анемии, возникающие прежде всего у женщин из-за известных кровопотерь, особенно послеродовых. Не так уж и редко диагностируется гемолитическая анемия, носящая наследственный, генетический характер, а также В₁₂-дефицитная (пернициозная) анемия.

При тех или иных заболеваниях крови применяются следующие лечебные средства.

Рябина. Особенно полезны при малокровии и истощении сироп и сок рябины. Или приготовить настой: 3 чайные ложки плодов (с верхом) залить 1 стаканом кипятка. Заварить как чай и принимать по 1 стакану 3 раза в день.

Инжир. Почаще употреблять свежие плоды.

Яблоня. Яблоки (богатые железом и витаминами) полезны больным, страдающим теми или иными заболеваниями крови. Можно воспользоваться следующим рецептом: в 400 г свиного несоленого нутряного жира положить 6 мелко нарезанных больших антоновских зеленых яблок. Хорошо перемешать и поставить томить в духовку на небольшой огонь. Пока сало будет топиться, 12 яичных желтков растереть со стаканом сахарного песка до бела. Натереть 400 г хорошего шоколада, пропустить его через марлю или сито и добавить туда смесь желтков с сахаром. Все компоненты (с яблоками) хорошо перемешать, дать остыть. Полученную

смесь намазывать на хлеб и съедать 3–4 раза в день, обязательно запивая горячим молоком.

Дуб черешчатый. Из очищенных и поджаренных желудей приготовить и регулярно употреблять диетический кофе.

Фундук. Лесной орех регулярно включать в свой рацион. Лучше всего в ядра грецкого ореха добавлять мед.

Кедр. Его орехи, употребляемые в пищу, улучшают состав крови, повышая в ней содержание эритроцитов и гемоглобина.

Приготовить состав: лист крапивы и березы смешать поровну. 2 столовые ложки смеси залить 300 мл кипятка, настоять 3 часа, процедить. Выпить за сутки в 3–4 приема. Курс лечения — 3–4 недели.

Лимон. Приготовить состав: размолоть 400 г чеснока. Выжать сок из 24 лимонов. Выжатые чеснок и сок лимонов перелить в банку с широким горлом и поставить на 24 дня с теплом темное место. Взбалтывать ежедневно. Принимать 1 раз в день перед сном чайную ложку этой смеси на стакан кипяченой воды. Улучшение общего состояния наступит уже через 10–12 дней.

7. ЛОР-БОЛЕЗНИ И БОЛЕЗНИ РОТОВОЙ ПОЛОСТИ

Ринит

Ринит — воспаление слизистой оболочки носа.

В его течении различают три стадии. Первая стадия, продолжающаяся от нескольких часов до 2–3 суток, характеризуется чувством напряжения, сухостью, и зудом в полости носа, рефлекторным чиханием и в меньшей степени слезотечением. Больной при этом может жаловаться на головную боль, общее недомогание, небольшое повышение температуры тела.

Если воспалительный процесс вовремя не был ликвидирован, то болезнь переходит в острую стадию, когда

появляются прозрачные выделения из носа, иногда в очень большом количестве. Отмечается заложенность носа, затрудненное носовое дыхание, гнусавость, понижение обоняния.

В третьей же стадии болезненный процесс идет на стихание: улучшается носовое дыхание, выделения из носа принимают слизисто-гнойный характер, количество их прогрессивно уменьшается.

При гриппозном рините течение его более продолжительное, в ряде случаев оно сопровождается небольшими носовыми кровотечениями, выраженными головными болями, преимущественно в висках, в области лба и глазниц. Чаще возникают и осложнения.

Обычно острый ринит продолжается до 7–10 дней. В некоторых случаях, не будучи своевременно излеченным, насморк приобретает хроническое течение, с периодическими обострениями, что может привести к развитию тех или иных осложнений в виде воспаления придаточных пазух носа, слуховой трубы и др.

Довольно часто острый ринит переходит в хронический. Он характеризуется более выраженными дистрофическими изменениями слизистой оболочки носа. У детей хронический ринит часто является следствием аденоидов, гайморитов.

При ринитах народная медицина применяет следующие средства.

Вишня. Ее листья применяют в кашицеобразном виде на тампонах при носовых кровотечениях.

Липа. Рекомендуется больному кровоточащей половиной носа вдохнуть мелкий порошок, приготовленный из сухих листьев липы.

Дуб. При носовых кровотечениях рекомендуется вдыхать измельченный порошок коры дуба, затем, запрокинув голову и прижав крыло носа пальцем к перегородке, сидеть в течение 10 минут до остановки носового кровотечения.

Лещина обыкновенная. 10 г мужских цветков или сережек залить 500 мл доведенного до кипения вина, настоять. Принимать по 1–2 стакана в день.

Лимон. Отжать из лимона прямо в ладонь немного сока и попытаться несколько раз втянуть его ноздрями. Возникает жжение, но нужно потерпеть и через несколько минут промыть носовые ходы слабым раствором поваренной соли. Повторить 2—3 раза в течение дня.

Приготовить состав: в равных частях взять плоды аниса, плоды малины, кору ивы, цветки липы, лист мать-и-мачехи. Столовую ложку смеси заварить 2 стаканами кипящей воды, кипятить около 40 минут и процедить через марлю. Пить как чай в горячем виде как потогонное средство при остром рините.

Ларингит

Ларингит — воспаление слизистой оболочки гортани. Различают острый и хронический ларингит.

Острый ларингит чаще всего возникает при остром катаре верхних дыхательных путей, гриппе, коклюше, скарлатине и др.

Какие же жалобы характерны для острого ларингита? Прежде всего больные жалуются на ощущение сухости, першения, царапанья в горле. Кашель вначале, как правило, бывает сухим, а в дальнейшем сопровождается откашливанием мокроты; голос становится хриплым, грубым или же совсем беззвучным.

Иногда появляется боль при глотании, головная боль и небольшое повышение температуры. Продолжительность болезни, естественно, при соблюдении назначенного врачом лечения, обычно не превышает 7—10 дней.

Боль при глотании (напоминающая ангиозные) наблюдается обычно при вовлечении в воспалительный процесс надгортанника или задней стенки гортани. Затруднение дыхания может быть обусловлено сужением голосовой щели вследствие спазма, отека или даже абсцесса.

Диагноз острого ларингита (а также хронического) может быть поставлен лишь путем проведения ларингоскопии (специального инструментального осмотра гор-

тани). Такое исследование помогает, во-первых, уточнить диагноз, во-вторых, выявить распространенность воспалительного процесса на различные части гортани и близлежащие органы, и в-третьих, исключить более серьезную патологию (скажем, злокачественные опухоли). Уточнив, таким образом, диагноз, врач назначает адекватное лечение.

Хронический ларингит развивается как следствие периодически повторяющегося острого или же длительных воспалительных процессов в носу или его придаточных пазухах, глотке.

Способствуют переходу острого ларингита в хронический курение, злоупотребление острыми блюдами, алкоголем, частое перенапряжение голоса.

При хроническом ларингите больные жалуются на хрипоту, быструю утомляемость голоса, ощущение саднения, першения в горле, что вызывает постоянное покашливание. Жалобы, как видим, аналогичные таковым при остром ларингите, но в отличие от последнего они носят менее выраженный клинический характер. Да и температура здесь, как правило, нормальная. При обострении же хронического процесса жалобы носят более мучительный характер. Большинство симптомов усиливается в своем проявлении.

Народная медицина лечит ларингит следующими средствами.

Лимон. Эффективный способ лечения заболевания: 1/2 стакана лимонного сока и стакан меда слегка прокипятить на слабом огне и принимать с 5-минутным интервалом по 1 чайной ложке до наступления улучшения.

Дуб. Приготовить настой: 1 столовую ложку коры залить 1 стаканом кипятка, настаивать 3–4 часа, процедить. Применять для полоскания горла.

Орех грецкий. Приготовить настой: 1 столовую ложку измельченных листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1–2 часа, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 4 раза в день. А также использовать настой для полосканий.

Приготовить состав: смешать в равных пропорциях цвет липы и бузины черной. 2 столовые ложки смеси заварить в стакане кипятка, кипятить 10 минут. Отвар пить горячим как потогонное средство при остром заболевании.

Эвкалипт. Эфирное его масло применяется для ингаляций дыхательных путей (от хрипов при ларингитах). Часто это масло смешивается с ментолом для усиления эффекта.

Пихта белая. 80 г почек залить 1 л воды, прокипятить в течение 10 минут. Проводить ингаляции утром и вечером. Ни в коем случае не выходить на улицу сразу после процедуры.

Приготовить сбор:

настой соплодий ольхи — 40 г;

отвар корня щавеля конского — 10 г.

Смешать, залить 400 мл кипящей воды. Использовать по 50–100 мл на одну ингаляцию.

Способ приготовления настоя и отвара. Настой из соплодий ольхи: 1 столовая ложка измельченных шишек на 250 мл кипятка, настаивают на водяной бане 30 минут, процеживают. Отвар из щавеля конского: 1 столовая ложка измельченных корней на 1 л воды, кипятят 15 минут, настаивают 4 часа, процеживают.

ТРАХЕИТ

Трахеит — воспаление слизистой оболочки дыхательного горла — трахеи. Заболевание возникает, как правило, при переохлаждении, некоторых инфекционных заболеваниях (грипп, коклюш, корь и др.). Предрасполагающими факторами к возникновению трахеита могут служить заболевания сердца и легких, а у детей — рахит, экссудативный диатез. Чаще трахеит наблюдается в весенний и осенний периоды года. Различают острый трахеит и хронический.

Острый трахеит редко бывает изолированным; чаще он протекает в сочетании с острым ринитом и ларингитом. Наиболее частой причиной развития заболева-

ния является вирусная инфекция. Этому способствует вдыхание сухого, переохлажденного или запыленного воздуха, токсических паров, газов. У детей провоцирующими факторами могут быть, как уже говорилось, экссудативно-катаральный диатез, дистрофия, а также неблагоприятные санитарно-гигиенические условия. При детальном осмотре врач видит при остром трахеите отек, покраснение (гиперемия) слизистой оболочки органа.

Как правило, клиническая картина острого трахеита проявляет себя вслед за развитием острого воспаления вышележащих отделов верхних дыхательных путей.

Наиболее характерные признаки болезни: начало насморка, к которому вскоре присоединяется сухой кашель по ночам, но особенно по утрам. Кашель начинается приступом при глубоком вдохе, смеха, плаче, при смене температуры окружающей среды. Во время и после приступа кашля ощущается саднение, першение в горле, в области глотки за грудиной, вследствие чего больные стараются ограничить дыхательные движения. В таких случаях, особенно у детей младшего возраста, дыхание становится поверхностным и учащенным. Вместо нормальных 16–18 дыхательных движений в 1 минуту здесь число их может достигать 25 и более выдохов.

Даже небольшое скопление мокроты в области бифуркации (разветвления) трахеи вызывает очередной приступ сильного судорожного кашля. Голос (а трахеиту почти всегда сопутствует ларингит) может быть хриплым.

Общее состояние больных при остром трахеите остается обычно удовлетворительным. Температура в большинстве случаев находится на верхней границе нормы. Иногда наблюдается головная боль, чувство разбитости, повышение температуры до 37,3–37,5 °С. Но у детей она может повышаться и до 39 °С. Мокрота в начале заболевания отделяется с трудом и в небольших количествах, имеет вязкий, слизистый характер. Но по-

степенно, начиная с 3—4-го дня, она становится уже слизисто-гнойной, более обильной и начинает отделяться легче. Боли при кашле также становятся менее интенсивными, и спустя 1—2 недели заболевание обычно заканчивается выздоровлением.

Трахеит рекомендуется лечить следующими народными средствами.

Сосна. Приготовить отвар: 15 почек на 250 мл воды. Кипятить 5 минут. Принимать по 1 столовой ложке 4—5 раз в день в горячем виде. Или приготовить отвар из молодых побегов: 100 г сырья на 2,5 л воды, кипятить до тех пор, пока не останется 0,5 л. Процедить, смешать с 250 г сахара, а после остывания добавить 20 г меда. Принимать по 100 мл 3 раза в день.

В болгарской народной медицине к подобной смеси добавляют 1 мускатный орех, 5 г гвоздики и 10 г корицы.

Приготовить состав: 3 части коры ивы смешать с 2 частями липового цвета. 2 столовые ложки смеси заварить в стакане кипятка, настаивать 20 минут, процедить, остудить. Полоскать горло 4—5 раз в день.

Рябина. Приготовить настой: 2 столовые ложки измельченных веток залить 400 мл кипятка, кипятить на слабом огне 5—7 минут, процедить. Использовать для полоскания горла.

Приготовить сбор:

дуб обыкновенный (кора) — 50 г;

душица обыкновенная (трава) — 40 г;

алтей лекарственный (корень) — 10 г.

2 столовые ложки смеси заварить в стакане кипятка, настаивать 20 минут. Применять для полоскания горла.

Приготовить сбор:

шалфей лекарственный (листья) — 8 г;

крапива двудомная (листья) — 10 г;

дуб обыкновенный (кора) — 10 г;

аир болотный (корневище) — 10 г.

Смесь залить 1 л воды, кипятить 30 минут, процедить. Полоскать горло.

Инжир. Приготовить отвар: 2 столовые ложки сухих плодов на 250 мл молока варят 10 минут. Применять отвар для полосканий горла.

Айва. Приготовить настой: 1 столовая ложка цельных семян на 300 мл воды, настаивают на водяной бане 15 минут, через 2 часа процеживают. Принимают по 100 мл 3 раза в день.

ФАРИНГИТ

Фарингит — воспаление слизистой оболочки глотки. Различают острый и хронический фарингит.

Развитию острого фарингита часто способствует прием горячей или холодной пищи или питья, вдыхание холодного или горячего воздуха и т. д.

При остром фарингите больной сначала жалуется на ощущение резкой сухости, жара в глотке, боль при проглатывании пищи и слюны. В дальнейшем вследствие повышенного отделения слизи отмечается учащение и резкая болезненность глотательных движений.

При хроническом фарингите в глотке скапливается большое количество вязкой слизи, что вызывает необходимость постоянного откашливания и отхаркивания, особенно по утрам. У больных возникает ощущение сухости, наличия инородного тела в глотке, умеренная боль в этой области.

При фарингите народная медицина применяет следующие средства.

Ольха. Приготовить отвар: 15 г измельченной коры залить 200 мл воды, кипятить 15 минут. Использовать для полоскания полости зева.

Ива. Приготовить отвар: 2 столовые ложки измельченной коры залить 2 стаканами горячей воды, довести до кипения и кипятить на слабом огне 15 минут. Использовать для полосканий.

Эвкалипт. Приготовить настой: 10 г листьев на 200 мл кипятка настаивают 30 минут на водяной бане, процеживают и отжимают. Объем полученного настоя доводят до исходного. Применяют для полосканий.

Персик. Для ингаляций берут 5–10 капель масла на стакан кипящей воды. Больной через воронкообразную трубочку (или ингалятор) дышит по 5–7 минут 2 раза в день.

Шелковица. Приготовить настой: 2 столовые ложки измельченных свежих или сухих соплодий белой или черной шелковицы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Принимать по 1/4 стакана 4 раза в день за полчаса до еды, а также использовать для полосканий ротовой полости.

Дуб обыкновенный. Приготовить настой: 1 столовую ложку коры залить 1 стаканом кипятка, настаивать 3–4 часа, процедить. Применять для полосканий ротовой полости.

Береза. Березовые почки заваривают как чай: 1 столовая ложка на 1 стакан кипятка. Пить в горячем виде 3–4 раза в день.

Приготовить состав: 6 частей дубовой коры смешать с 4 частями душицы, 2 частями алтея (или одной частью его корня). 2 столовые ложки смеси заварить в стакане кипятка, настаивать 20 минут, процедить, остудить. Полоскать полость рта 4–5 раз в день.

СТОМАТИТ

Стоматит — воспаление слизистой оболочки рта. Обычно болезнь развивается в результате травмы слизистой оболочки рта, внедрения в нее возбудителей инфекции, ожогов, например кислотами и щелочами, и других причин. В зависимости от той или иной причины жалобы могут носить разнообразный характер. Но главными из них остаются чувство жжения, зуд, сухость во рту, болезненность при приеме пищи. В ряде случаев отмечается кровоточивость десен или образование пузырьков, после вскрытия которых образуются болезненные язвочки.

Больные стоматитом проходят лечение у стоматолога или лор-врача. Для лечения стоматитов, в том числе язвенных, народная медицина пользуется такими рецептами.

Дуб обыкновенный. Приготовить отвар: 1 столовую ложку измельченной коры залить 500 мл воды и кипятить 20 минут на слабом огне. Процедить, довести до первоначального объема. Принимать по 1/3 стакана 3–4 раза в день.

Липа. Приготовить настой: 2–3 столовые ложки соцветий на 2 стакана кипятка. Настоять 1 час, процедить. Использовать для полосканий.

Приготовить сбор:

имбирь лекарственный (корни) — 100 г;

молодило ласковое (листья) — 80 г;

сирень обыкновенная (листья) — 30 г;

ежевика сизая (корни) — 50 г.

2 столовые ложки сбора варить в 500 мл воды 10 минут. Использовать для полосканий каждые 2 часа.

Приготовить сбор:

аир болотный (корневище) — 10 г;

шалфей лекарственный (листья) — 8 г;

дуб обыкновенный (кора) — 10 г;

крапива двудомная (листья) — 10 г.

Смесь залить 1 л воды, приготовить отвар, процедить. Полоскать отваром ротовую полость 3 раза в день.

Приготовить сбор:

дуб обыкновенный (кора) — 2 части;

липа сердцелистная (цветки) — 1 часть.

1 чайную ложку смеси заварить в стакане кипятка, процедить, остудить. Полоскать полость рта чуть теплым раствором.

Орех грецкий. Приготовить настой: 2 столовые ложки свежих листьев на стакан кипятка. Настаивать 1 час, процедить. Полоскать рот 3–4 раза в день.

ГАЙМОРИТ

Гайморит — воспаление слизистой оболочки верхнечелюстной (гайморовой) пазухи, иногда с вовлечением в процесс ее надкостницы и костной стенки. Заболевание может быть острым и хроническим.

Для острого гайморита характерен озноб, плохое общее самочувствие, головная боль, часто отдающая в область лба, корень носа и зубы. Боль в пораженной верхне-челюстной пазухе усиливается при надавливании на его лицевую стенку. По характеру боль резкая, интенсивная и постоянная. Сопровождается чувством распираания, усиливается при наклоне головы, кашле, чихании.

Для хронического гайморита характерна общая слабость, недомогание, быстрая утомляемость, головная боль, заложенность носа. Отделяемое из носа может быть слизистым и гнойным. Обоняние снижается вплоть до его потери.

Гайморит народная медицина лечит следующими средствами.

Приготовить сбор:

липа сердцелистная (цветки) — 25 г;

малина обыкновенная (плоды) — 25 г.

Столовую ложку смеси заварить 2 стаканами кипящей воды, кипятить 5–10 минут и процедить. Пить как чай в горячем виде (как потогонное средство).

Лимон. В настой мяты (1 столовую ложку сухой травы залить 1 стаканом кипятка, настоять 1 час) добавить несколько капель лимонного сока или уксуса). Этим настоем полоскать рот после чистки зубов.

Приготовить состав: взять по 2 части аниса, травы полыни горькой и по 3 части коры ивы, цветков липы и листа трилистника водяного. Приготовить отвар из столовой ложки сбора на 1 стакан воды. Принимать по 1–3 стакана в день в горячем виде.

Приготовить сбор:

липа сердцелистная (цветки) — 1 часть;

бузина черная (цветки) — 1 часть.

1 столовую ложку сбора заварить в 1 стакане кипящей воды, кипятить 10 минут и процедить. Принимать как чай в 2 приема (как потогонное средство).

Приготовить сбор:

анис обыкновенный (плоды) — 20 г;

полынь горькая (трава) — 20 г;

вахта трехлистная (листья) — 30 г;

ива белая (кора) — 30 г;

липа сердцелистная (цветки) — 30 г.

Приготовить отвар из расчета 1 столовая ложка сбора на 1 стакан воды. Пить по 1–3 стакана горячего отвара в день для потения.

Гингивит

Гингивит — воспаление слизистой оболочки десны. Больные при этом недуге жалуются на болезненность десен, неприятный запах изо рта. При осмотре десневые сосочки и слизистая оболочка десневого края выглядят покрасневшими, отечными. При хроническом течении заболевания образуются зубодесневые карманы.

При язвенно-некротическом гингивите слизистая оболочка десны в области межзубных сосочков или всего десневого края выглядит резко покрасневшей, участки некроза (омертвления) имеют грязно-серый вид.

Для гипертрофического гингивита характерны увеличенные десневые сосочки, которые часто в виде валика закрывают часть коронки зуба.

Атрофический гингивит характеризуется обнажением корней, обычно отдельных зубов. При этом больные жалуются на быстропроходящие боли от температурных и химических раздражителей.

При гингивите эффективными считаются следующие народные средства.

Дуб обыкновенный. Приготовить отвар: 1 столовую ложку измельченной коры дуба залить 1 стаканом кипятка, прокипятить на водяной бане 30 минут, настаивать в течение часа. Полоскать рот при дурном запахе несколько раз в день.

Лимон. В настой мяты (1 столовую ложку сухой травы залить 1 стаканом кипятка, настоять 1 час), добавить несколько капель лимонного сока (или уксуса). Применять для полоскания рта после чистки зубов.

Орех грецкий. Приготовить настой: 5 г листьев на 200 мл кипятка. Настаивать 2 часа, процедить. Полоскать рот 3 раза в день после еды в течение 10–12 дней.

Приготовить состав: смешать 2 части цвета липы и 3 части цветов ромашки. Столовую ложку смеси заварить в стакане кипятка, настаивать 15–20 минут, процедить, остудить. Полоскать рот по нескольку раз в день.

Айва обыкновенная. Приготовить отвар: 1 чайная ложка коры на 300 мл воды, варить 30 минут на малом огне. Используют для полоскания при кровоточивости десен.

Эвкалипт. Приготовить настойку: 10 г листьев на 50 мл 70%-ного спирта, настаивают 4 недели. Процеживают. Применяют для полосканий.

Ольха серая. Приготовить настой: 1 столовая ложка измельченной коры на 300 мл кипятка, настаивают на водяной бане 1 час, процеживают. Полученный настой применяют для полоскания рта.

Ангина

Как известно, ангина — общее острое инфекционное заболевание, при котором воспалительные явления выражены главным образом в лимфоидной ткани глотки (в миндалинах).

Основными признаками заболевания являются боли в горле, болезненность при глотании, общее недомогание, повышение температуры.

Ангину нужно как можно скорее вылечить, поскольку она — одна из главных причин, приводящих к развитию ревматизма, а значит, к образованию пороков сердца. Лечение заболевания проводит обычно ЛОР-врач.

Для быстрого излечения ангины народная медицина рекомендует.

Лимон. 30%-ная лимонная кислота применяется для полоскания горла. Полоскать через каждый час в течение дня. Лимонную кислоту можно заменить дольками лимона (свежего). Особенно этот способ лечения помогает на начальных стадиях болезни.

Сосна. Пригоршню иголок (хвои) заливают десятикратным объемом воды. (Перед этим иголки растираются с небольшим количеством холодной воды.) Кипятить 30 минут. Настаивать 4 часа. Процедить и использовать для полоскания рта.

Ива белая. Приготовить настой: 2 столовые ложки измельченной коры залить 2 стаканами горячей воды, довести до кипения и кипятить на слабом огне 15 минут. Использовать для полосканий горла.

Береза. Приготовить настой: ветки с почками раздавить и заварить кипятком. Дать настояться в течение часа. Процедить и использовать для полоскания горла несколько раз в день.

Ольха. Приготовить отвар: 3 столовые ложки шишек залить 0,5 л воды и кипятить на медленном огне 20 минут, процедить. Довести до первоначального объема кипяченой водой. Отвар используют для полоскания полости рта и зева.

Яблоня. Яблочным уксусом полоскать горло нужно каждый час.

Инжир. Приготовить отвар: 2 столовые ложки сухих плодов на 250 мл молока, варят 10 минут. Отвар применяют для полосканий полости рта. Его также принимают внутрь теплым по 100 мл 2–4 раза в день.

Эвкалипт. Приготовить настойку: 10 г листьев на 50 мл 70%-ного спирта настаивают 4 недели. Процеживают. Применяют для полосканий рта и зева.

Отит

Отит — воспаление уха. Чаще всего встречается острый средний отит, который, если его своевременно не вылечить, переходит в хронический.

Больные при остром среднем отите жалуются на сильные боли в области уха, головную боль, ухудшение слуха. Иногда повышается температура до 37–38 °С.

При развитии хронического процесса у больных отмечается гноетечение из воспаленного уха. Болезнь может закончиться перфорацией барабанной перепонки.

При ушных болезнях народная медицина рекомендует. *Рецепт Авиценны*: знаменитый эскулап средневековья лечил хронический гнойный отит закапыванием в ухо теплого сока из листьев грецкого ореха и подорожника в соотношении 1:1.

Лимон. Если ежедневно жевать корку лимона, слух улучшается.

Дуб обыкновенный. Использовать желудевое масло. Его готовят так, как простые масла, то есть смешивают с утиным жиром и закапывают в больное ухо.

В дополнение к этим рецептам можно использовать и следующие.

Мешочками из сильно распаренной черной бузины и ромашки обкладывают больное ухо, предварительно промыв его из пипетки этим же настоем.

Прополис. 15 г прополиса настаивают 10 дней на 100 мл 96%-ного спирта, после чего берут 10 г осветленного раствора и смешивают с 40 г рафинированного подсолнечного масла. Перед употреблением смесь взбалтывают, марлевый тампон, смоченный этой смесью, вкладывают в больное ухо на сутки. Затем 12 часов — перерыв. Таких процедур должно быть 20. Они хорошо снимают шум в ушах, восстанавливают слух.

Болезни зубов

При зубной боли различного происхождения народная медицина использует следующие лекарства.

Черемуха. Знахари советуют положить в дупло больного зуба ягоду черемухи, но долго ягоду держать в больном зубе не рекомендуется, так как вещество, содержащееся в ней, способствует разрушению зуба.

Липовый мед (старинный рецепт). В старину опытные лекари при флюсе и нарывах десен использовали следующую методику: наливали на дно сосуда небольшое количество липового меда, брали старый заржавленный гвоздь, раскаляли его докрасна и клали в мед. Вокруг гвоздя образовывался небольшой участок темного цвета. Этим веществом смазывали десну или нарыв

около больного зуба. Нарыв обычно после такого лечения быстро прорывался, опухоль спадала... и зуб переставал болеть.

Рецепт из древнего лечебника. Взять 5—7 листочков лавра и 150—200 мл винного уксуса. Прокипятить листочки в течение 3—5 минут и дать получившемуся отвару отстояться до охлаждения. Приготовленный таким образом лавровый уксус можно использовать для снятия зубной боли: охлажденный и процеженный отвар отпивают из стакана в небольшом количестве и держат в ротовой полости у больного зуба. Перешедшие в уксус соединения лавра обладают выраженным успокаивающим действием на нервную систему, в связи с чем боль обычно вскоре уменьшается, а чуть позже и вовсе исчезает. Лекарство, оказавшее обезболивающее действие, выплевывают.

Осина. Приготовить отвар: 1 чайную ложку измельченных почек или молодых веточек залить 1 стаканом воды. Кипятить 10 минут. Применять для полосканий зубов.

Дуб обыкновенный. Приготовить отвар: 1 столовую ложку измельченной коры дуба залить 500 мл воды, кипятить на слабом огне 20 минут. Процедить, долить до первоначального объема. При дурном запахе полоскать рот этим отваром 4—6 раз в день.

Пихта сибирская. Смочить вату пихтовым маслом и приложить к больному зубу с одной стороны на 15—20 минут, а затем переложить ее на другую сторону зуба и держать такое же время. Через 1,5—2 часа при необходимости процедуру повторить.

8. ЭНДОКРИННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Наиболее распространенной патологией эндокринной системы являются сахарный диабет и болезни щитовидной железы (зоб с нарушением или без нарушения функции щитовидной железы), а также патологический климакс.

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

Сахарный диабет становится в последние 10–15 лет все более массовым недугом как у нас в стране, так и во многих странах мира.

Главными симптомами сахарного диабета являются: выраженная жажда, сухость во рту, повышенное мочеотделение, сухость кожи, ее зуд. При лабораторных анализах отмечается повышенное содержание сахара (глюкозы) в крови и моче.

Существует два типа сахарного диабета: 1-й тип — инсулинзависимый, когда в результате абсолютной недостаточности инсулярного аппарата поджелудочной железы (ее эндокринных островков) этот гормон не вырабатывается организмом, в результате чего больному ежедневно приходится вводить в инъекциях инсулин; 2-й тип — инсулиннезависимый, когда функция инсулярного аппарата сохранена, но заметно ослаблена — в этом случае больные получают антидиабетические таблетированные препараты. И конечно, при том и другом типе заболевания необходимо соблюдать предписанную врачом диету.

В дополнение к антидиабетическим препаратам при лечении сахарного диабета народная медицина рекомендует следующие лекарства.

Сирень. Приготовить настой: 20 г почек залить 1 стаканом кипятка (не кипятить!). Настаивать 30 минут. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды.

Приготовить сбор:

листья пустырника — 10 г;

листья земляники — 15 г;

листья шелковицы — 20 г.

1 столовую ложку залить стаканом кипятка. Кипятить 5 минут, настоять в течение 1 часа. Процедить. Принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день после еды.

Береза. Собрать почки весной, во время их набухания. Суточная доза составляет 3–4 столовые ложки на

2 стакана кипятка. Настаивать 6 часов, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Орех грецкий. Приготовить настой: 1 столовую ложку измельченных листьев заливают стаканом кипятка, кипятят 1 минуту, настаивают 1 час. Процеживают и выпивают в течение дня. Можно также использовать и перегородки от 40 орехов. Их заливают 1 стаканом воды, томят на водяной бане в течение 1 часа. Настаивают 2 часа, процеживают. Принимают по 1 чайной ложке 3 раза в день.

Осина. Приготовить отвар: 1 столовую ложку сухой измельченной травы кипятить 30 минут на слабом огне в 2 стаканах воды. Настоять, укутав, 3 часа, процедить. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день до еды.

Приготовить сбор:

листья черники — 1 часть;

стручки фасоли — 1 часть;

листья лавра — 1 часть;

корень цикория — 1 часть.

1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипящей воды, кипятить 30 минут, настаивать 1 час, процедить. Принимать по 1 стакану 3 раза в день перед едой.

Лавр благородный. Приготовить настой: взять 30–40 листиков на 500 мл кипятка. Довести до кипения и дать покипеть минут 5, после чего залить раствор в термос часа на 3–4 для настаивания. Процедить и принимать утром натощак и в течение дня до еды по 2 столовые ложки 3–4 раза в день.

Шелковица черная. 20 г ягод залить 300 мл кипятка, прокипятить 5 минут, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1/2 стакана утром и вечером после еды.

Болезни щитовидной железы

Болезней щитовидной железы существует довольно много. Но наиболее частой патологией этого эндокринного органа является зоб с нарушением его функции или без нарушения.

Чаще всего диагностируется зоб без нарушения деятельности органа. При осмотре у человека, страдающего зобом, видно увеличение щитовидной железы той или иной степени (от 1-й до 4-й).

Если зоб протекает с повышенной функцией щитовидной железы, то это токсический зоб, или тиреотоксикоз, или базедова болезнь.

Основные симптомы токсического зоба: нарастающая раздражительность, суетливость. Прогрессирующее похудание (несмотря на нормальный или даже повышенный аппетит), дрожание тела, потливость, учащенное сердцебиение, увеличение щитовидной железы (зоб), расширение глазных щелей, их выбухание.

Механизм его развития связан с иммунными нарушениями. При несвоевременном лечении экзофтальм (или экзофтальмопатия) может приобретать злокачественное течение, характеризующееся отеком мягких тканей глаз, изъязвлением роговицы и поражением зрительных нервов.

При обследовании кожа у больных тиреотоксикозом нежная, тонкая, влажная. Пульс учащен от 90 до 120 и более ударов в минуту, в зависимости от тяжести заболевания. Но если учащенный пульс у больных вегетососудистой дистонией (форма невроза, которым многие из нас страдают), как правило, на глубоком вдохе приводит к нормальным показателям, то у больных тиреотоксикозом он не опускается ниже 90 ударов в минуту, что, кстати, врач и учитывает, проводя дифференциальную диагностику.

Постоянная тахикардия приводит к изменениям в сердечной мышце, в связи с чем появляются неприятные ощущения в области сердца. Эти изменения отражаются на электрокардиограмме (ЭКГ). В ряде случаев, особенно при тяжелой стадии заболевания, появляется аритмия сердечных сокращений (иногда мерцательная). В последнем случае довольно быстро нарастает сердечная недостаточность, что проявляется усилением болей в левой половине грудной клетки, одышкой, отеком ног, увеличением размеров печени.

Сердечно-сосудистые изменения, возникающие у больных токсическим зобом, объединены термином «тиреотоксическое сердце». Артериальное (кровенное) давление: верхнее (систолическое) — повышено, нижнее (диастолическое) — снижено. Функция пищеварительного тракта также нарушается. Стул (обычно жидкий) учащен до 3–4 раз в день.

При болезнях щитовидной железы народная медицина рекомендует.

Дуб. Обтирать шею и область зоба ежедневно свежей или сухой, но размоченной в воде корой. Такую же кору можно просто привязывать на шею и носить ее до уменьшения зоба.

Янтарь (производное смолы). Носить на шее нитку желтого настоящего янтаря, который предупреждает развитие зоба.

Орех грецкий. Приготовить настойку: 1 стакан свежих перегородок грецкого ореха настаивать в 500 мл водки в течение 7 дней. Процедить и принимать по 25 капель 3 раза в день с водой.

Приготовить сбор:

дубовая кора — 1 часть;

лист щавеля — 1 часть;

корневище осоки песчаной — 1 часть;

бурые водоросли (сухая морская капуста) — 1 часть.

2 столовые ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1–2 стакана в день при токсическом зобе (базедова болезнь).

Рябина черноплодная, красная смородина, хурма. Смесь заваривать как чай. Принимать в любом виде.

Лимон. Половинку лимона с кожурой натереть на терке, смешать с сахаром по вкусу. Принимать по 1 чайной ложке 3 раза в день.

Яблоня. В 2–3 съеденных яблоках содержится суточная доза йода, который жизненно необходим для нормальной функции щитовидной железы. (Кстати, чемпионом по содержанию биологически активного йода является морская капуста, которую рекомендуется регулярно вводить в свой рацион — в любом виде.)

9. БОЛЕЗНИ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ

НЕВРИТЫ

Невриты — поражение отдельных периферических нервов, обусловленное воздействием различных причинных факторов (холод, различные болезни, травмы, отравления и т. д.). В отличие от невралгии (см. в следующей главе) невриты характеризуются изменениями в нерве, захватывающими не только его оболочки, но и осевой центр.

Симптоматика поражения того или другого периферического нерва зависит от функций, которые этот нерв выполняет. Но чаще при невритах отмечается сочетание парезов (ослабление функции) и атрофий.

Невриты обычно начинаются с болей и нарушения чувствительности. Так, например, при отравлении метиловым спиртом возникающая болезнь сопровождается поражением зрительного нерва, а при ботулизме чаще страдает глазодвигательный, отводящий, языкоглоточный и блуждающий нервы. При травматическом неврите нарушается функция поврежденного нерва, а при сахарном диабете — глазодвигательный, лицевой, лучевой, малоберцовый. Диагноз и лечение того или иного неврита и его лечение — в компетенции лечащего врача.

При неврастениях народная медицина применяет следующие средства.

Сосна. Сосновые иголки вместе с цветочками и шишками заливают холодной водой и кипятят 30 минут. После чего оставляют настаиваться на 12 часов. Отвар становится коричневым. Ванны с таким экстрактом имеют удивительные свойства — успокаивают, укрепляют нервы и сердце, помогают при бессоннице, лечат ревматизм, способствуют похудению.

Приготовить сбор:

лаванда колосковая (цветки) — 40 г;

апельсин (цветки и листья) — 40 г;

липа сердцелистная (цветки) — 50 г;

майоран огородный (листья) — 50 г.

50 г смеси залить 1 л кипятка, настаивать 15 минут, профильтровать. Принимать непосредственно перед сном 1–2 чашки горячим, подсластив. Лекарство хорошо действует успокаивающе, восстанавливает сон.

Приготовить сбор:

валериана лекарственная (корневище с корнями) — 25 г;

вереск обыкновенный (травы) — 15 г;

апельсин (цветки) — 15 г;

апельсин (листья) — 15 г;

яснотка белая (цветки) — 10 г.

(Приготовление лекарства см. в предыдущем рецепте.) Принимать средство по 1–2 чашки при бессоннице.

Рябина. В 1 л сока рябины добавить 600 г сахара и в течение 20 минут варить, помешивая, на медленном огне. Охладить до комнатной температуры. Принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день. Лекарство снимает усталость, укрепляет иммунитет.

Яблоня. Полезно сразу утром после пробуждения ежедневно выпивать 1 столовую ложку яблочного уксуса, предварительно смешав его с раствором из 1 чайной ложки меда и стакана воды комнатной температуры. Лекарство придает бодрость, улучшает настроение. Если вы переутомлены, разведите 2 столовые ложки яблочного уксуса в большом стакане холодной воды. Разотрите этим раствором все тело, одновременно массируя его руками. Полезен уксус и в качестве добавок при принятии ванны.

НЕВРАЛГИИ

Невралгия — боль, распространяющаяся по ходу ствола нерва или по его ветвям, иногда с резко повышенной чувствительностью в зоне его иннервации. Причинами развития невралгий служат интоксикации, травмы, инфекционно-аллергические факторы, нарушения обмена веществ.

Ведущим симптомом при невралгии являются боли стреляющего, колющего, жгучего, раздражающего характера, возникающие и исчезающие вне приступа. Правда, при некоторых невралгиях боль может быть постоянной с периодическим обострением.

Локализация боли соответствует зоне иннервации определенного нерва или его корешка (например при остеохондрозе того или иного отдела позвоночника). Приступ невралгии может провоцироваться физическим или эмоциональным напряжением, переохлаждением. Такого рода приступы могут сопровождаться покраснением определенного участка кожи, ее отеком, расстройством потоотделения и т. д.

При различного рода невралгиях и невритах в народной медицине употребляются следующие средства.

Лавровое масло. Оно, по сведениям врачей древности, подходит при всякой боли нервов, головной боли, изнурении.

Способ приготовления лаврового масла: берут созревшие костянки лавра и варят их в воде. В это время на их оболочке появляется жир, который стирают руками и собирают. Варить рекомендуется до тех пор, пока от масла не станет распространяться запах. Самое лучшее лавровое масло — свежее, зеленое, очень горькое и острое. Оно обладает свойством смягчать и открывать устья сосудов, в том числе головного мозга. Принимать по 1 чайной ложке 2 раза в день.

Луна. Приготовить припарки: используют 4–6 стаканов соцветий, которые заливают 500 мл кипятка. Настаивают 1 час, процеживают. Используют наружно.

Сосна. 1 столовую ложку скипидара смешать с 1 столовой ложкой подсолнечного масла. Втирать в больные места.

Сирень. Приготовить мазь: 2 столовые ложки измельченных в порошок цветков или почек смешать и растереть с 2 столовыми ложками сливочного масла или вазелина. Употреблять для втираний.

Тополь черный. 60 г почек залить 1 л кипятка, кипятить 15 минут, отфильтровать. Принимать от 3 до 5 чашек в день.

Береза. Приготовить настойку: 100 г почек на 500 мл 70%-ного спирта, настаивать 2 недели. Применяют для растирания болевых точек.

ДЕПРЕССИЯ

Депрессивные синдромы характеризуются подавленностью, угнетением психоневрологического статуса человека. Депрессия сопровождается тоскливым настроением. Она опасна еще и тем, что душевная боль может стать настолько сильной и острой, что терпеть это становится невозможным. Внезапно могут «нахлынуть» мысли о никчемности жизни, о том, что «все надо прекратить разом».

Заподозрить развитие депрессии можно по следующим признакам: потеря интереса к тем видам деятельности, которые ранее доставляли удовольствие, значительное снижение или увеличение веса, повышенная сонливость или, наоборот, бессонница, чрезмерная утомляемость без видимых причин, необоснованное чувство вины и (или) чувство никчемности, снижение способности к концентрации внимания, периодически возникающие мысли о самоубийстве.

Здесь следует сказать, что депрессия излечима.

При депрессии полезно принимать следующие лекарства.

Береза. Чай из молодых березовых листьев улучшает общее состояние, придает бодрости.

Лимон, сосна. Чтобы задержать преждевременный приход старости, быть более оптимистичным, надо ежедневно в течение месяца съедать 1/4 лимона средних размеров с кожурой и выпивать натощак 1 столовую ложку оливкового масла. В течение второго месяца съедать ежедневно корень солодки голой размером с фасолу, по 1 чайной ложке порошка морской капусты, по 5 г живицы сосны или ели, по 1 столовой ложке

2 раза в день сока алоэ или по 2 см листа алоэ с медом. Все это укрепляет организм, улучшает слух, память.

Приготовить сбор:

валериана лекарственная (корневище с корнями) — 20 г;

мак-самосейка (цветки) — 20 г;

хмель обыкновенный (шишки) — 30 г;

лаванда колосковая (цветки) — 30 г;

липа сердцелистная (цветки) — 40 г.

50 г смеси залить 1 л кипятка, настаивать 10 минут, профильтровать. Принимать по 2–3 чашки настоя в день, добавляя в каждую по 1 столовой ложке препарата боярышника на меду в течение примерно 10 дней.

Приготовить сбор:

кассия остролистная (листья) — 20 г;

мята перечная (листья) — 20 г;

хинное дерево (кора) — 20 г;

тысячелистник обыкновенный (травя) — 20 г;

апельсин (кожура) — 20 г.

Приготовленный из этой смеси отвар принимать ежедневно по 1–2 чашки.

Яблоня. Рецепт яблочного уксуса, используемый для лечения депрессии, см. в предыдущей главе.

Остеохондрозы

Остеохондроз — дистрофическое заболевание суставного хряща и подлежащей костной ткани.

Вначале образуются трещины во внутренних слоях фиброзного кольца тех или иных позвонков, что проявляется болями в пораженном отделе позвоночника.

Вскоре появляется несвойственная позвоночнику подвижность и даже подвывих. При этом боли заметно усиливаются при неудобных или длительно сохраняемых позах, чаще при физических нагрузках; ощущается дискомфорт.

В запущенных случаях остеохондроза наступает деформация того или иного отдела позвоночника, что может привести к его искривлению.

В стадии обострения заболевания возникают острые боли с иррадиацией их в руку, поясницу или ногу. Так, для шейного остеохондроза характерны боли сдавливающего, рвущего, иногда жгущего характера, локализующиеся в шее, затылке, области плеча и лопаток. При грудном остеохондрозе часто возникают межреберные невралгии.

При остеохондрозах народная медицина издавна пользуется следующими лекарствами.

Лавр благородный. Приготовить настой: взять 5 г листиков (примерно 15 штук) и залить 300 мл кипятка. Довести до кипения и дать покипеть минут 5, после чего залить лекарство в термос и настаивать в течение 4–5 часов. Процедить и принимать по 1 столовой ложке в течение дня, пока не кончится лекарство. На следующий день приготовить свежий настой и так же принимать по 1 столовой ложке. И так 3 дня. Затем 2 недели перерыв. И снова повторите 3-дневный курс.

Сирень. 1 стакан цветков настоять на 0,5 л водки в течение 10 дней. Процедить. Использовать для растираний.

Приготовить смесь: измельченную в порошок смесь лаврового листа (6 частей) и игл можжевельника (1 часть) растереть со свежим сливочным маслом (12 частей). Полученная мазь используется для втираний в пораженные места как обезболивающее и успокаивающее средство.

Лимон. Надо, как советуют знахари, взять за правило съедать каждое утро в течение месяца по 1 десертной ложке свежеприготовленной кашицы из одного лимона и одной головки (не зубчика!) чеснока. Вскоре наступает заметное улучшение.

Приготовить сбор для выведения солей из организма: по 1 кг коры березы и осины, 100 г коры дуба. Из этих компонентов приготовить отвар, уварив его на 1/3. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день. Вначале боли усилятся. Затем станет намного лучше. Лечение проводить в течение 1,5–2 месяцев.

РАДИКУЛИТЫ, РАДИКУЛОНЕВРАЛГИИ

Радикулит — заболевание, обусловленное поражением корешков спинномозговых нервов. Сочетание поражения спинномозговых нервов и их корешков называют радикулоневритом.

Радикулиты, как известно, характеризуются болевыми ощущениями той или иной степени выраженности в различных отделах позвоночника. Нередко наступает и обострение болезни, выражающееся в сильных болях в том или ином отделе позвоночника.

Радикулит является обычно одним из проявлений остеохондроза, поэтому его лечение проводится во многом аналогично. Но все же народная медицина рекомендует при радикулите и такие средства, как:

Черемуха. Приготовить настойку: 2 столовые ложки коры на 200 мл водки, настаивают 3 недели. Процеживают. Применяют наружно для растираний.

Лавр благородный. Измельчить 25–30 г листочков, залить 1 стаканом подсолнечного масла и настаивать в течение недели в теплом месте (желательно ежедневно 2–3 раза встряхивать емкость с содержимым). После настаивания масло сливают, отжимают растительное сырье, процеживают и втирают в больные места.

Осина. Приготовить настойку: 50 г почек, 50 г свежих листьев и 100 г коры ветвей на 500 мл 70%-ного спирта. Настаивают 10 дней, процеживают. Принимают по 20–40 капель 2–3 раза в день.

Сосна. 1 кг молотых измельченных побегов залить 5 л воды, кипятить 5–10 минут в закрытой посуде. Использовать для ванн в горячем виде.

ИШИАС, ЛЮМБАГО

Ишиас — воспаление седалищного нерва, или поражение корешков пояснично-крестцового отдела позвоночника, проявляющееся болями в поясничной области, иррадирующими в ягодицу, по задней поверхности бедра и голени, по наружному краю стопы. Этот

недуг, кроме того, характеризуется выраженными симптомами натяжения и наличием интенсивных болевых точек. Ишиас наблюдается при остеохондрозе позвоночника, инфекциях, травме.

Люмбаго (поясничная боль, прострел) характеризуется приступообразной резкой болью в пояснице, обусловленной чаще остеохондрозом поясничных межпозвонковых дисков. Болезнь эта обычно возникает внезапно после какого-либо движения позвоночника (сгибания туловища вперед или поворота его в сторону).

При ишиасе и люмбаго заметное облегчение могут принести следующие рецепты народной медицины.

Пихта сибирская. Используется камфара, получаемая из этого дерева. Приготовить желчно-перцовую камфарную аппликацию: взять 250 г медицинской желчи, 160 г камфарного спирта и 5–6 стручков измельченного красного перца. Все компоненты смешать в темной бутылке, закрыть пробкой и хранить в темном месте в течение недели. «Аппликатор» кладут на больное место. Сверху влажная ткань (на которой находится лекарственная смесь) накрывается клеенкой, затем кладутся полиэтилен или пленка, слой ваты, и все забинтовывается по типу компресса.

Каштан конский. Приготовить отвар: 1 столовую ложку листьев или 1 чайную ложку коры на 500 мл воды, кипятят на малом огне 15 минут, процеживают. Принимают по 100 мл 4 раза в день до еды.

Осина. Приготовить настой: 1 чайную ложку почек на 250 мл кипятка, настаивают 1 час, процеживают. Принимают по 50–100 мл 2–3 раза в день.

Приготовить сбор:

тамус обыкновенный (корни) — 80 г;

хвощ полевой (трава) — 80 г;

лопух большой (корни) — 60 г;

ива белая (кора) — 60 г;

хинное дерево (кора) — 20 г.

1 столовую ложку сбора залить 500 мл кипятка, кипятить 10 минут, процедить. Принимать по 100 мл

4 раза в день до еды. Отдельно рекомендуется делать растирание следующей смесью: 50 г бешеного огурца обыкновенного измельчают и настаивают 20 дней в 1 л крепкой водки.

Приготовить сбор:

снить обыкновенная (трава) — 100 г;
золототысячник малый (трава) — 40 г;
зверобой продырявленный (трава) — 40 г;
ромашка лекарственная (цветки) — 40 г;
марена красильная (корни) — 40 г;
бузина черная (корни) — 40 г;
липа сердцелистная (цветки) — 40 г.

Столовую ложку сбора залить 500 мл кипятка, кипятить 5 минут. Принимают по 100 мл 4 раза в день до еды. Наружно — теплые перевязки из измельченных семян пажитника сеного: готовят отвар из 1 столовой ложки порошка семян на стакан воды и кипятят 10 минут до получения кашицы.

Затем ее раскладывают слоем на кусок ткани и накладывают на больное место.

ПАРАЛИЧИ, ПАРЕЗЫ

Параличи, парезы — выпадение (параличи) или ослабление (парезы) двигательных функций с отсутствием или снижением силы мышц в результате различных патологических процессов в нервной системе, вызывающих нарушение структуры и функции двигательного анализатора.

Различают центральный, периферический, травматические параличи или парезы и т. д.

Определение характера паралича или пареза и выявление их причины тесно связаны с установлением правильного диагноза основного заболевания, что находится в компетенции невропатолога.

При параличах и парезах применяются следующие народные рецепты.

Ольха серая. Приготовить отвар: 4 столовые ложки измельченных шишек (или листьев) на 1 л кипятка,

настаивать на водяной бане 1 час. Лекарство использовать для ванн.

Лавр. Приготовить лавровое масло (рецепт его см. выше в разделе о лечении невралгий). Кстати, при употреблении этого масла внутрь человека может тошнить, но запах от него будет приятный. Или: измельчить 25–30 г листочков и залить 1 стаканом подсолнечного масла. Настаивать в течение недели в теплом месте (желательно ежедневно 2–3 раза встряхивать емкость с содержимым). После настаивания масло сливают, отжимают растительное сырье, процеживают. Лекарство используется в качестве смазывающего средства, с помощью которого выполняют массаж органов, потерявших чувствительность и подвижность.

Эпилепсия

Эпилепсия — хроническое заболевание, характеризующееся повторными судорогами и (или) психопатологическими пароксизмами и нередко изменением личности. Следует сказать, что эпилепсия — не психическое заболевание. Оно связано с психикой только в социальном смысле — больные нередко испытывают чувство отторжения от остального мира.

Эпилептический приступ возникает помимо воли человека. Обычно приступы болезни начинаются в детском и подростковом возрасте. Приступы чаще возникают в первые два часа сна или через час-два после пробуждения.

Судорожный припадок больной нередко предчувствует за несколько часов или даже дней. При этом у него появляется головная боль, раздражительность и неустойчивость настроения. Обычно припадок возникает с появлением судорог, при которых лицо больного искажается, синеет, нередко он прикусывает язык. Отмечается при этом сердцебиение, учащение дыхания. Отсутствует зрительная реакция на свет. После этого наступает расслабление мышц, но сознание еще временно отсутствует.

При лечении эпилепсии используются следующие лекарственные средства.

Сирень обыкновенная. Приготовить настой: 1 чайную ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15–20 минут, процедить. Пить как чай, по 1/2–1 стакану 2–3 раза в день.

Клен. Регулярно пить кленовый сок по 1/3–1/2 стакана в день. А также пользоваться настоем: 1 столовую ложку сухих (или 2 столовые ложки свежих) листьев залить 1 стаканом кипятка, настоять на горячей плите 1 час (не кипятить). Принимать по 1/4 стакана 4 раза в день.

Приготовить сбор:

мак-самосейка (цветки) — 20 г;

ландыш майский (трава) — 20 г;

липа сердцелистная (цветки) — 20 г;

пион лекарственный (корни) — 50 г;

хвощ полевой (трава) — 50 г;

валериана лекарственная (корневище с корнями) — 50 г;

хмель обыкновенный (шишки) — 50 г.

2 столовые ложки сбора залить 500 мл кипятка, кипятить 5 минут. Принимают по 100 мл 4 раза в день до еды. Последнюю дозу принять перед сном.

Синдром хронической усталости (СХУ)

Этот диагноз в медицине появился сравнительно недавно. Все больше людей стали обращаться к врачам с жалобами на повышенную утомляемость, снижение работоспособности, утрату остроты восприятия жизни. Ни полноценный сон, ни длительный отдых не приносят ожидаемого восстановления сил. При детальном обследовании доктора не находят у таких людей серьезных заболеваний. Такое состояние было расценено как состояние между болезнью и здоровьем, или СХУ.

Вот основные признаки этого функционального недуга: постоянная или периодическая усталость, наблюдающаяся более 6 месяцев и не исчезающая после

отдыха; отсутствие других заболеваний. А вот второстепенные его признаки: небольшая лихорадка или озноб, болезненные лимфоузлы — шейные или подмышечные, необъяснимая общая мышечная слабость, мышечный дискомфорт, мышечная боль; разлитая головная боль; мигрирующая боль в суставах; фотофобия (непереносимость яркого света); забывчивость, раздражительность, подавленность, дезориентация во времени. Объективные симптомы: небольшое повышение температуры. Если несколько из этих симптомов у вас имеется, следует заподозрить у себя СХУ.

При синдроме хронической усталости применяются следующие лекарства.

Береза. При переутомлении при частых умственных нагрузках, стрессовых ситуациях для повышения жизненного тонуса делают отвар из березовых почек и корней радиолы розовой (по 1 чайной ложке на 200 мл воды). Кипятить 10 минут с медом или сахаром. Процедить, настоять. Принимать по 1 стакану 3 раза в день.

Пихта сибирская. Через 15–20 минут после принятия горячей (37 °С) пихтовой ванны (5–6 капель масла на ванну) появляется чувство легкости, исчезает усталость, снимается стресс.

Сосна. Сосновые иголки вместе с цветочками и шишками заливают холодной водой и кипятят 30 минут. После чего оставляют настаиваться на 12 часов. Отвар становится коричневым. Ванны с таким экстрактом имеют удивительные свойства — успокаивают, укрепляют нервы и сердце, помогают при бессоннице. Они быстро восстанавливают силы ослабленного организма.

Головные боли

Головные боли знакомы практически каждому человеку, включая ребенка. Эта боль может носить кратковременный (день-два) характер, но она может носить и более длительный характер — недели, месяцы, а то и годы. При этом боль нередко носит мучительный ха-

раक्टर, не давая возможности человеку нормально жить и работать.

Болеутоляющих средств сегодня в аптеках полным-полно, но они далеко не всегда снимают головную боль. И приходится больным обращаться к традиционной народной медицине.

При головных болях различного происхождения народная медицина располагает многими средствами, на пример такими.

Сирень. Прикладывать к больному участку головы свежие листья сирени (или белокочанной капусты).

Липа. При головной боли улучшает общее состояние компресс из листьев липы, наложенный на лоб и затылок.

Яблоня. Края бумажной салфетки обмакнуть в яблочный уксус, положить на голову, повязать ее платком. Головные боли исчезнут через 15 минут.

Лимон. Потереть лоб и виски натертой мякотью лимона с кожурой. Или воспользоваться рецептом из старинного лечебника, в котором говорится: «Срезать со свежего лимона острым ножом с самой верхней корки кружок, очистить его от белого вещества и внутренней влажной стороной приложить к виску, а ежели надобно, то и к обоим. Кружки прилипают очень скоро и прочно к телу и в короткое время натягивают на виске красные пятна, которые чешутся, но головная боль через некоторое время пройдет. Лимонный кружок снимать не надо, пока головная боль совсем не пройдет. Если же кружок сам прежде отвалится, то надлежит приложить свежий».

Приготовить сбор:

календула лекарственная (цветки) — 50 г;

ромашка лекарственная (цветки) — 50 г;

сирень обыкновенная (цветки) — 50 г;

астрагал сладколистный (трава) — 50 г;

девясил высокий (корни) — 30 г;

тамус обыкновенный (корни) — 30 г;

лопух большой (кони) — 30 г.

2 столовые ложки сбора залить 500 мл кипятка, настаивать 1 час. Принимать по 100 мл 4 раза в день до еды. Отдельно утром и вечером делать растирание следующей смесью: в 1 л водки настаивают в течение 30 дней по 60 г руты душистой, 60 г цветков сирени, 60 г цветков настурции.

10. ЖЕНСКИЕ БОЛЕЗНИ

Женских болезней насчитывается не один десяток. Здесь мы проанализируем наиболее распространенные из них — те, при которых лекарства, приготовленные на основе тех или иных деревьев, будут более эффективными.

Мастит

Мастит, или грудница, — воспаление молочной железы. Эта болезнь диагностируется чаще всего у кормящих матерей и чаще у первородных. Правда, иногда и у подростков в период полового созревания появляется так называемый юношеский мастит.

Возбудителем этой женской болезни почти всегда бывают гноеродные бактерии. Через неокрепшую кожу соска, трещины, царапины, ссадины бактерии по лимфатическим путям попадают в ткань молочной железы, вызывая в ней развитие воспалительного, порой гнойного процесса.

Основные жалобы больных: боли в молочной железе, особенно усиливающиеся при кормлении, озноб, повышение температуры. Грудь краснеет, вздувается, становится напряженной и болезненной. Интенсивность болей постоянно усиливается, больная не чувствует покоя ни днем, ни ночью, ибо боль захватывает всю грудь и подмышечную впадину. День за днем состояние пациентки ухудшается. И если болезнь запущена, то нередко требуется хирургическое вмешательство. В незапущенных случаях можно воспользоваться средствами консервативной медицины, в том числе и народными средствами.

При маститах рекомендуется применять следующие лекарственные средства.

Приготовить смесь: 20 г измельченных листьев грецкого ореха залить 100 мл растительного масла, настаивать в закрытой посуде 7 дней. Затем состав прокипятить 5 минут, процедить через многослойную марлю, после чего нагреть на водяной бане 30 минут. Затем в горячий состав положить 20 г воска и перемешивать до охлаждения. Прикладывать получившуюся мазь на нарыв под повязку.

Груша. Корень груши-дичка измельчают, заливают кипятком (чтобы получилась густая каша) и прикладывают к груди на ночь. Процедуры делать через день. Всего сделать 20 процедур.

Липа мелколистная. Измельченные свежие почки или листья употребляют местно (прикладывая их к больной молочной железе).

Эвкалипт. Приготовить настой: 1 столовую ложку листьев на 250 мл кипятка, настаивают 1 час. Применяют наружно.

Мандарин. Чтобы приготовить лекарственную вытяжку, берут 100 г мандариновой кожуры и 20 г корня солодки голой. Компоненты измельчают, заливают 2 стаканами воды и кипятят на медленном огне в течение 30 минут. Отвар процеживают и делят на 2 части, которые принимают утром и вечером. Облегчение наступает на 3–4-й день приема лекарства.

Яблоня. Приготовить мазь: 1 часть протертых свежих яблок смешать с 3 частями сливочного масла или жира. Применять для быстрого заживления трещин на сосках.

Осина. Приготовить мазь: высушенные почки измельчаются в порошок и в соотношении 1:2 смешиваются со свиным жиром. Такая мазь способствует более быстрому заживлению трещин сосков.

Сирень. Для более быстрого заживления мастита к пораженному участку грудной железы прикладывают листья сирени.

Пихта сибирская. На большую грудь делают компрессы с пихтовым маслом (повязки меняют 2–3 раза в день). Чтобы не допустить ожога, пихтовое масло для компресса нужно смешивать с какой-либо жирной основой.

НАРУШЕНИЯ МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА

При нарушениях менструального цикла в народной медицине принято использовать следующие средства.

Приготовить состав: взять поровну травы тысячелистника и лапчатки, листа мяты и земляники лесной, добавить коры дуба. Столовую ложку сбора залить стаканом воды, выдержать 4–6 часов и прокипятить в течение 10–15 минут. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Сирень. Приготовить настой: 1 столовую ложку листьев на 250 мл кипятка, настаивают 1 час. Принимать настой по 30 мл 3 раза в день перед едой. Это лекарство регулирует менструальный цикл.

Рябина. При обильных месячных приготовить настой: 2 столовые ложки сухих или свежих ягод залить 500 мл кипятка. Настаивать, пока не остынет, а затем вместо воды пить в течение дня;

Гранат. Приготовить отвар: 1 столовую ложку измельченной кожуры плодов залить 500 мл кипятка, варить 10 минут, настаивать 2 часа, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 4–5 раз в день при обильных менструациях.

Приготовить сбор:

трава зверобоя продырявленного — 2 столовые ложки;
трава пастушьей сумки обыкновенной — 4 столовых ложки;

трава тысячелистника обыкновенного — 5 столовых ложек;

молодая кора дуба черешчатого — 2 столовые ложки;
корневища лапчатки прямостоячей — 3 столовые ложки.

2 столовые ложки смеси кипятят 5–7 минут в 500 мл воды, настаивают 1–2 часа, процеживают и выпивают

весь отвар в течение дня за 4–6 раз при обильных менструациях и нарушении менструального цикла.

Приготовить сбор:

вереск обыкновенный (цветки) — 20 г;

мак-самосейка (цветки) — 20 г;

мята перечная (листья) — 20 г;

липа сердцелистная (цветки) — 20 г;

валериана лекарственная (корневище с корнями) — 20 г.

30 г смеси залить 1 л кипятка, настаивать 15 минут, профильтровать. Принимать по 3–4 чашки в день при болезненных менструациях.

Дуб обыкновенный. Приготовить отвар: 1 столовую ложку измельченной коры залить 500 мл воды и кипятить 20 минут на слабом огне. Процедить, довести до первоначального объема. Принимать по 1/2 стакана 3–4 раза в день при обильных менструациях.

МАТОЧНЫЕ КРОВОТЕЧЕНИЯ

При маточных кровотечениях рекомендуется использовать следующие рецепты.

Каштан. Приготовить настойку: 50 г цветов или плодов на 500 мл водки. Настоять в теплом месте 14 дней, процедить. Принимать по 30–40 капель 3 раза в день.

Кедр. Приготовить отвар: 1 стакан скорлупы орехов сибирского кедра залить 1 л воды и кипятить 3 часа на малом огне либо на водяной бане. Остудить, процедить, долить кипяченой воды до первоначального объема. Принимать лекарство по 1/2 стакана 3 раза в день.

Вишня. Приготовить отвар: 2 столовые ложки измельченных плодоножек на 500 мл воды, варить 10 минут, после остывания процедить. Принимать по 250 мл 4 раза в день до еды при обильных менструальных кровотечениях.

Рябина. Почаще употреблять сироп (по 1 чайной ложке 3 раза в день), а также плоды рябины.

Айва. Приготовить отвар: 1 чайная ложка коры ствола дерева на 300 мл воды. Варить 30 минут на

малом огне. Принимать по 1–2 столовые ложки 3–4 раза в день. Особенно этот рецепт полезен при малокровии.

Приготовить состав: взять в равных частях и смешать траву тысячелистника с листом мяты перечной, березы, ежевики, кору и корневища крушины с корнями валерианы. Столовую ложку сбора заварить в стакане кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Принимать в течение дня при нарушении менструального цикла, сопровождающегося кровотечениями.

Климакс

В известный переходный период у женщин начинает угасать эндокринная функция яичников. В эти годы немало женщин страдает климактерическим неврозом, или патологическим климаксом.

Основные симптомы этого недуга: повышенная раздражительность, плаксивость, быстрая утомляемость, чувство жара, частые приливы к голове, потливость, отмечаются в ряде случаев ложные позывы на мочеиспускание. Кроме того, больные жалуются на сухость во влагалище, болезненные половые акты.

Климактерические патологические проявления можно значительно облегчить или избавиться от них с помощью следующих лекарств.

Приготовить сбор:

- орех грецкий (листья) — 10 г;
- стальник колючий (корень) — 20 г;
- пырей (корневище) — 20 г;
- можжевельник (плоды) — 20 г;
- золотарник (травы) — 20 г.

1 столовую ложку мелко измельченной смеси залить 1 стаканом кипятка, кипятить на слабом огне 3 минуты. Настоять 1 час, процедить. Принимать по 1 стакану 3 раза в день небольшими глотками.

Приготовить состав: смешать листья мяты с травой полыни, фенхеля, цветками липы и корой крушины — всего поровну. 2 столовые ложки смеси смешать

с 200 мл кипятка, нагревать на водяной бане 15 минут, настаивать 1 час, процедить. Довести объем до 200 мл кипяченой водой. Принимать по 1 столовой ложке 2 раза в день — утром и вечером.

Рябина. Приготовить настойку: 200 г свежих плодов залить 1 л водки, настоять 12 дней, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Приготовить сбор:

лаванда колосковая (цветки) — 40 г;

апельсин (цветки и листья) — 40 г;

липа сердцелистная (цветки) — 50 г;

майоран огородный (листья) — 50 г.

50 г смеси залить 1 л кипятка, настаивать 15 минут, профильтровать. Принимать по 2–3 чашки в день, добавляя в каждую чашку 1 столовую ложку препарата боярышника.

Приготовить сбор:

терн колючий (цветки) — 1 часть;

фиалка трехцветная (травя) — 1 часть;

орех грецкий (листья) — 1 часть;

первоцвет весенний (корневище) — 1 часть;

анис обыкновенный (корни) — 1 часть;

крушина ломкая (кора) — 3 части.

2 столовые ложки смеси залить на ночь в термосе 2 стаканами кипятка. Процедить. Принимать настой в течение дня глотками.

ЛАКТАЦИЯ, ЕЕ НАРУШЕНИЕ

Лактация — выделение молока молочной железой. Нарушение этого процесса встречается в наше время довольно часто у кормящих матерей.

Гиполактация (уменьшение секреции молока) встречается не менее чем у 10% родильниц. Она может быть вызвана различными причинами, в том числе и функциональной неполноценностью молочной железы. По времени возникновения гиполактации различают раннюю (выявляется в первые 10 дней после родов) и позднюю (спустя 10 дней после родов).

Встречается, хотя и довольно редко, у женщин и гиперлактация — чрезмерно обильное выделение молока молочной железой (у некоторых кормящих матерей суточное количество выделяемого молока достигает 4–5 л), что специалисты связывают с перевозбудимостью нервной системы, а также с теми или иными гормональными нарушениями.

При тех или иных нарушениях лактации народная медицина рекомендует.

Орех грецкий. Знахари утверждают, что употребление в пищу грецких орехов ведет к усилению лактации.

Приготовить сбор:

листья ореха грецкого — 1 часть;

шишки хмеля — 2 части;

листья шалфея лекарственного — 2 части.

1 столовую ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 1 часа, процедить. Принимать по 50–70 мл до еды 3 раза в день для уменьшения лактации.

Ольха серая. Для усиления лактации прикладывают к груди распаренные листья ольхи 3–4 раза в день.

Лимон. К 1 л теплой воды добавить 1 измельченный лимон, 2 столовые ложки семян тмина, 1/2 стакана сахарного песка и кипятить все на слабом огне 8–10 минут. После настаивания до охлаждения процедить. Принимать по 100 мл 3 раза в день для усиления лактации.

ДРУГИЕ ГИНЕКОЛОГИЧЕСКИЕ НЕДУГИ

При различного рода других гинекологических недугах народная медицина предлагает следующие лекарственные препараты:

Каштан. При фиброме матки знахари советуют пить вместо кофе поджаренные семена каштана, измельченные в порошок.

Приготовить смесь: взять по 1 части листа шалфея, листа розмарина, травы тысячелистника и сме-

шать все с 2 частями коры дуба. Всю смесь залить 2 л воды и приготовить отвар. Этот отвар использовать для вагинальных спринцеваний ежедневно утром и вечером.

Дуб обыкновенный. Приготовить отвар: 1 столовую ложку измельченной коры залить 500 мл воды и кипятить 20 минут на слабом огне. Процедить; довести до первоначального объема. Делать вагинальные спринцевания при белях. Во время лечения рекомендуется воздержание от половых сношений.

Клен. Приготовить настой: 1 столовую ложку сухих (или 2 столовые ложки свежих) листьев залить 1 стаканом кипятка, настоять на горячей плите 1 час (не кипятить), процедить. Принимать по 1/4 стакана 4 раза в день после родов для ускорения выхода детского места. В период беременности и в послеродовой период полезно принимать сок клена по 1/3 стакана 3 раза в день.

Черемуха. 20 г сырья на 200 мл кипятка. Настоять 1 час, процедить. Применять для спринцеваний утром и вечером. В качестве сырья взять цветки или листья черемухи или то и другое.

Липа. При бесплодии у женщин часто помогает чай из цветков липы, принимаемый в течение 5–6 месяцев.

Приготовить сбор:

цветки бессмертника песчаного — 5 столовых ложек;

цветки тысячелистника обыкновенного — 5 столовых ложек;

трава горца перечного — 4 столовые ложки;

трава пастушьей сумки обыкновенной — 4 столовые ложки;

трава душицы обыкновенной — 5 столовых ложек;

кора дуба черешчатого — 5 столовые ложки;

кора ивы (вербы) любой — 2 столовые ложки;

корневища горца змеиного — 6 столовых ложек.

12 столовых ложек сбора кипятят на малом огне в 3 л воды 25–30 минут, настаивают 1 час, процеживают, отжимают и теплым или горячим отваром подмываются, делают промывания и спринцевания влагалища при белях.

11. ГЛАЗНЫЕ БОЛЕЗНИ

Конъюнктивит

Конъюнктивит — воспаление соединительной оболочки глаз (конъюнктивы). В возникновении этой болезни решающую роль играет инфекция, различные отравляющие вещества (главным образом газообразные), излучения (рентгеновские, ультрафиолетовое, инфракрасное).

Основным и первым симптомом конъюнктивита является покраснение, которое захватывает не только конъюнктиву век, но и глазное яблоко. В ряде случаев покраснение (гиперемия) сопровождается точечными кровоизлияниями. Характерным симптомом болезни являются также выделения серозно-слизистого или гнойного характера.

Больные конъюнктивитом жалуются на ощущение инородного тела в глазу, резь, светобоязнь, нарушение зрения.

При конъюнктивитах хороший эффект можно получить от следующих лекарств.

Черемуха. Чай из ее цветков используют для промывания глаз.

Береза. Приготовить настой: 1 столовая ложка почек или листьев заливается 500 мл кипятка. Кипятить 5 минут, настаивать 1 час. Использовать для промываний.

Эвкалипт. Приготовить отвар: 10 г свежих листьев на 200 мл воды. Кипятить 15 минут на водяной бане, настоять 1 час, процедить. Использовать для примочек. Или применять эвкалиптовое масло для закапывания в больной глаз.

Другая глазная патология

При других болезнях глаз воспользуйтесь следующими лекарствами.

Сосна (или пихта). Внимательно осмотрите ствол дерева. Проведите по нему рукой — в некоторых местах можно прощупать упругость и эластичность кор-

кового слоя. Сделайте в этом месте надрез и получите сок. Это и есть живица. Разведите ее облепиховым или подсолнечным маслом в соотношении 1:4 и закапывайте в пораженный катарактой глаз 1 каплю 1 раз в день. Будет ощущаться жжение, но надо терпеть. Курс лечения — 1,5–2 месяца.

Пихта сибирская. Бельмо можно удалить без операции, если в глаз закапывать ежедневно по 1 капле живицы пихты. В глазу будет ощущаться сильное жжение, но даже старое бельмо рассосется через месяц.

Яблоня. Улучшают зрение распаренные тертые яблоки, которые прикладываются к глазам.

Слива. Камедь сливы, размешанная с медом, применяется внутрь для смазывания глаз для усиления остроты зрения.

Лавр благородный. 4–5 лавровых листов заваривают в стакане кипятка. Принимать лекарство по 1/3 стакана 3 раза в день для улучшения зрения.

12. БОЛЕЗНИ КОЖИ И ВОЛОС

ДЕРМАТИТЫ

Дерматиты — воспалительные процессы кожи, возникающие вследствие непосредственного воздействия разнообразных вредоносных агентов внешней среды: физических, механических факторов, химических веществ животного или растительного происхождения, аллергических раздражителей.

К дерматитам относится довольно большая группа заболеваний кожи. Но в любом случае, рассуждая о лечении того или иного кожного недуга, следует прежде всего убрать причинный фактор и только после этого разработать методику лечебных мероприятий, чем, в основном, и занимается врач-дерматолог.

При различных воспалительных заболеваниях кожи (дерматитах) народная медицина рекомендует следующие лекарства.

Береза. Приготовить настойку: 1 столовую ложку березовых почек залить 5 столовыми ложками 45%-ного спирта или водки, настоять 10 дней в плотно закрытой посуде, процедить. Употреблять для протирания кожи. Или приготовить настой: 2 чайные ложки почек на 1 стакан кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Использовать для протирания воспаленных участков.

Каштан конский. Приготовить мазь: измельченные в порошок плоды вмешивают с вазелином или несоленым сливочным маслом в соотношении 1:4 и смазывают пораженные участки кожи.

Дуб черешчатый. Приготовить отвар: 200 г измельченной коры на 2 л воды, кипятить 10–15 минут, настаивать 3 часа. Процедить, добавить 2 л воды. Применяют для ванн.

Олеандр обыкновенный. Приготовить настойку: 10 г листьев на 100 мл медицинского или обычного спирта, настаивают 10 дней, процеживают, принимают по 1–2 капли, разведенные в 100 мл воды, 3–4 раза в день.

Угри, прыщи

Угри — воспаление сальных желез. В зависимости от причин возникновения и особенностей клинической картины различают следующие разновидности угрей: обыкновенные, некротические, келоидные, медикаментозные и профессиональные. Чаще всего встречаются, причем прежде всего в молодом возрасте, обыкновенные угри, называемые прыщами.

Обычно обыкновенные угри возникают в период развития вторичных половых признаков как у девушек, так и у юношей. Причинами этого неприятного недуга могут быть как бактериальное заражение сальных желез, так и эндокринный дисбаланс, который и характерен для юношей и девушек.

Обыкновенные угри локализуются, как правило, на коже лица, верхней части спины и груди, где расположены наиболее крупные сальные железы.

При угревой сыпи (прыщах) хороший эффект достигается при использовании следующих средств.

Сосна. Приготовить отвар: 3 стакана измельченных иголок молодой хвои на 10 л воды. Варят на малом огне 5 минут, используют для ванн.

Ива белая. Приготовить отвар: 2 столовые ложки измельченной коры залить 2 стаканами кипятка, кипятить 10 минут, процедить. Использовать для умываний.

Инжир. Млечный сок его применяют наружно.

Приготовить мазь: кашица из корней лопуха — 2 столовые ложки, глицерин косметический — 1 столовая ложка. Сок лимона — 1 чайная ложка, желток яичный. Хорошо размешав все ингредиенты, накладывают мазь на лицо и оставляют на ночь. Утром смывают лимонным соком или подкисленной водой с последующим смазыванием лица кремом типа «Угрин» или «Сорванец».

ГРИБКОВЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Паразитические грибки — микроорганизмы, относящиеся к бесхлорофилльным низшим растениям. Заболевания, ими вызываемые, называются грибковыми заболеваниями, или микозами. Эти грибки могут поражать как кожу, так и волосы, ногти. Грибковые болезни могут протекать довольно легко, не принося человеку видимого дискомфорта, но могут быть средней или тяжелой формы, при которых нередко поражаются внутренние органы, в том числе и головной мозг.

Грибковые заболевания принято разделять на кератомикозы, трихомикозы, эпидермомикозы и глубокие грибковые заболевания. Их диагностикой и лечением занимается дерматолог.

При грибковых заболеваниях кожи рекомендуются следующие препараты.

Береза белая. Приготовить настойку: 10 г листьев и почек березы (измельченных) на 100 мл 70%-ного спирта, настаивать 2 недели. Применять наружно. Одно-

временно принимать внутрь настой березы: 1 столовую ложку почек на 250 мл холодной воды, настаивать на водяной бане 20 минут, после остывания процедить. Принимать по 1 столовой ложке 4 раза в день.

Инжир. Прикладывают к пораженным местам кашицу из листьев и плодов 1–2 раза в день.

Лавр благородный. Приготовить настой: взять 5 г листиков (примерно 15 штук) и залить 300 мл кипятка. Довести до кипения и дать покипеть минут 5, после чего залейте лекарство в термос и настаивайте в течение 4–5 часов. Процедить и принимать по 1 столовой ложке в течение дня, пока не кончится лекарство. На следующий день приготовить свежий настой и так же принимать по 1 столовой ложке. И так 3 дня. Затем 2 недели перерыв. И снова повторите 3-дневный курс.

Тополь и береза. Приготовить настойку: равное количество почек березы и тополя залить спиртом или водкой в соотношении 1:10, настоять 7 дней, процедить. Применять местно в виде примочек, смазываний.

Мандарин. Рекомендуются многократное втирание сока в пораженные участки кожи.

Черемуха обыкновенная. Приготовить настой: 2 столовые ложки свежих плодов на 200 мл воды, настаивать 7 часов, процедить. Применять наружно.

Лимон. Делать примочки из натурального лимонного сока, разведенного охлажденной кипяченой водой.

Яблоня. Пораженные участки кожи сначала посыпают пищевой содой, а затем увлажняют яблочным уксусом.

Лишай

Лишай — обычно хронически протекающие заболевания кожи, характеризующиеся высыпанием узелков. Существует несколько разновидностей лишая: красный плоский, отрубевидный, розовый и др. Диагноз того или иного этого кожного недуга устанавливает специалист, он же и проводит лечение.

В дополнение к этому лечению народная медицина предлагает свои рецепты.

Береза. Больной участок кожи сначала натирается чесноком, потом втирается смесь из березового угля и сока корня лопуха.

Яблоня. Одно из лучших средств при различных лишаях — яблочный уксус. Им надо смазывать пораженные участки кожи 6 раз в сутки, даже ночью 1—2 раза — в течение недели.

Персик. Наружное применение персикового масла лечивает не только лишай, но и большинство других кожных заболеваний.

Тополь черный. Приготовить настой: 50 г почек залить 1 л кипятка, настаивать 15 минут, профильтровать. Принимать по 1 чашке 3—4 раза в день. Можно подслащивать 1 столовой ложкой препарата одуванчика на меду.

Приготовить сбор:

фиалка трехцветная (травы) — 20 г;

орех грецкий (листья) — 20 г.

2 чайные ложки залить 2 стаканами воды, прокипятить, процедить. Выпить в течение дня.

ЭКЗЕМА

Экзема — это хроническое рецидивирующее заболевание кожи, обусловленное специфическим воспалением преимущественно сосочкового ее слоя. В основе развития заболевания лежит особая предрасположенность организма, которую объясняют нейрогенными и аллергическими механизмами.

Экзема нередко начинается остро и проявляется высыпанием пузырьков, которые довольно быстро вскрываются. На их месте образуются мелкие точечные эрозии с каплями наподобие росы. По мере стихания воспалительных процессов количество пузырьков уменьшается и на поверхности пораженных участков развивается мелкое отрубевидное шелушение. В этот период часть пузырьков ссыхается в мелкие жорочки,

при которых больные испытывают зуд. Нередко экзема рецидивирует. Пораженные участки довольно часто становятся мокнущими (острая мокнущая экзема).

При экземе народная медицина предлагает следующие лекарства:

Персик. Персиковое масло дает хороший эффект при лечении экземы.

Эвкалипт. Использовать в виде примочек: 100 г листа заварить в 1 стакане кипятка, настоять 1 час, процедить. Кроме наружного применения принимать теплым внутрь в виде настоя по 1/3 стакана 3 раза в день (рецепт настоя: 2 г листьев на 200 мл кипятка настаивать 30 минут на водяной бане, процедить и отжать, объем полученного настоя доводят до исходного теплой кипяченой водой).

Сосна. Ее живицей смазывать пораженные участки кожи, и болезнь, как утверждают знахари, пойдет на убыль.

Ива белая. Приготовить отвар: 4 столовые ложки измельченной коры и 2 столовые ложки лопуха варить в 1 л воды, настаивать 2 часа, процедить. Применять наружно. Уже первые 3–4 процедуры приносят облегчение.

Шелковица белая. Порошком из ее плодов посыпают места, пораженные влажной экземой, 2 раза в день в течение 10 дней. А отваром плодов пользуются для обмываний и примочек (рецепт отвара: 2 столовые ложки измельченных плодов на 250 мл воды, варят 15 минут, настаивают 1 час, процеживают).

Орех грецкий. Приготовить мазь: 15 г свежих листьев заливают 100 мл оливкового или персикового масла (можно использовать и облепиховое масло), настаивают 7 дней в теплом месте, кипятят 3 часа на водяной бане, дважды процеживают через марлю и кипятят 30 минут. Добавляют 15 г воска, тщательно размешивают. Полученной мазью смазывать пораженные болезнью места 2 раза в день.

Береза. Принимать свежий сок березы как укрепляющее иммунитет средство при экземе. Наружно рекомендуется также использовать березовый деготь.

Олеандр обыкновенный. Приготовить настойку: 10 г листьев на 100 мл спирта, настаивают 10 дней, процеживают. Принимают по 1–2 капли, разведенные в 100 мл воды, 3–4 раза в день.

СЕБОРЕЯ

Себорея — патологическое состояние кожи, обусловленное повышением выделения сальными железами кожного сала измененного химического состава.

Первым признаком этого заболевания являются резкое усиление салоотделения на коже лица, особенно в носо-щечных (носокрыльных) складках, на коже волосистой части головы, спины, груди. Кожа этих участков блестит от большого количества кожного сала. Волосы сальные, слипаются в пряди.

В недолеченных случаях при себорее могут наблюдаться такие осложнения, как атерома (доброкачественная опухоль), вульгарные угри, поражение волосистой части головы перхотью и себорейной экземой, облысение.

При себорее эффективными являются следующие лекарства.

Айва. Теплый слизистый отвар айвы (замочить в 1 стакане воды 30 г семян на 1 час, затем на слабом огне довести до кипения и сразу же процедить) использовать для втирания в кожу головы при жирных волосах. Процедуру проводить ежедневно вечером в течение 12–15 дней.

Береза. Приготовить настойку: 50 г почек на 0,5 л 70%-ного спирта, настаивают 2 недели. Втирают в кожу головы через день. Чтобы избежать пересушивания волос, в настойку добавляют касторовое масло (1 чайную ложку на 1/2 стакана настойки), курс лечения — 15–20 процедур. Или приготовить настой: 50 г листьев на 500 мл кипятка, настаивают 6 часов в теплом месте, процеживают. Моеют голову 2–3 раза в неделю этим настоем (при жирной себорее).

Орех грецкий. Приготовить отвар: 250 г кожуры зеленых свежих орехов на 1 л воды, варят 10 минут. Ополаскивать темные жирные волосы.

ПСОРИАЗ

Псориаз, или чешуйчатый лишай, — распространенное хроническое заболевание кожи, характеризующееся шелушащимися высыпаниями.

Различают 3 стадии развития псориазических высыпаний: прогрессирующую, стационарную и регрессирующую. Для прогрессирующей стадии характерно появление новых высыпаний яркого цвета папул (плотных узелков различной величины), которые могут сливаться. В стационарной стадии процесс как бы затихает. В регрессирующей стадии цвет высыпаний бледнеет, количество бляшек уменьшается, высыпания рассасываются, но полного излечения не наступает. Для псориазических высыпаний наиболее характерны следующие признаки: феномен стеаринового пятна — при поскабливании высыпаний их поверхность напоминает стеариновое пятно; феномен терминальной пленки — после того как с поверхности высыпаний соскоблены все чешуйки, открывается тончайшая нежная пленка, при нарушении целостности которой (путем осторожного ее поскабливания) возникают точечные кровотечения.

Народная медицина при псориазе использует следующие лекарства.

Лавр благородный. 20 г сухих листьев залить 2 стаканами кипятка, прокипятить 10 минут, процедить. Выпить в течение дня за 3 приема. Курс лечения 5–7 дней.

Приготовить сбор:

ива белая (кора) — 40 г;

фукус пузырчатый (слоевище водоросли) — 20 г.

Сухую смесь измельчить и кипятить в 1 л воды 20 минут, настаивать 5 минут, профильтровать. Принимать 3–4 чашки в день непрерывными курсами — минимум по 15 дней.

Приготовить мазь: взять свежий яичный белок — 50–60 г, пчелиный мед — 75–100 г, прополис (порошок) — 250–300 г, чистый березовый деготь (аптечный) — 500–600 мл, растительное масло — 100–150 мл. Пропполис (в порошке) всыпать, при этом постепенно и непрерывно помешивая, в смесь всех составных частей, которую держать в водяной бане. При получении однородной массы густой консистенции добавить в нее березовый деготь, чтобы смесь получилась густоты вазелина или чуть жиже. Остудить и 2 раза в сутки наносить эту мазь на высыпания и тщательно втирать ее.

При этом лечении рекомендуется пить такой чай: взять по 1 части травы полыни горькой, травы розмарина, травы шалфея лекарственного; по 2 части травы зверобоя, травы золототысячника, листьев крапивы двудомной, листьев подорожника большого и плодов можжевельника; по 3 части хвоща полевого и травы фиалки трехцветной. Все смешать. 4 столовые ложки смеси залить 1 л кипятка. Принимать по 100–150 мл в теплом (или горячем) виде 6–8 раз в день за 15 минут до еды.

Через 10 дней после начала втирания мази 6–8 раз в день и в течение последующего месяца желательно принимать настойку аралии маньчжурской по 25–30 капель 3 раза в день за полчаса до еды.

После того как сойдут бляшки (чешуйки), на очищенной и здоровой поверхности могут появиться гнойничковые зудящие прыщи. Их за 7–10 минут до очередного втирания мази моют теплой кипяченой водой и насухо вытирают. 2–3 раза в неделю моют с мылом. Постепенно гнойнички исчезают, а зуд прекращается.

После такого очищения кожа на местах, где были бляшки, становится темно-синей, а затем приобретает здоровый цвет. В это время мазь заменяют другой. Для чего взять свежий яичный белок — 50 г, пчелиный мед — 200 г, прополис (порошок) — 200 г, порошок травы чистотела — 50 г, деготь аптечный — 750 г — 1 л. Все смешать. Эту мазь втирают так же, как и предыду-

щую, в течение 2 недель. Затем принимают по 1 чайной ложке настойку или экстракт элеутерококка 2—3 раза в день за полчаса до еды в течение 1 месяца. Затем делают перерыв 2 недели, в течение которых пьют ранее приготовленный чай.

При тяжелых хронических формах псориаза курс лечения продолжается в течение 1 месяца — до полного, как утверждают знахари, излечения.

При лечении псориаза соблюдают диету и определенный режим. Из пищи исключать яйца, жареное и жирное мясо, острые блюда. Употребляют растительную пищу, богатую витаминами. Алкоголь и курение тоже следует исключить.

Лечение не стоит начинать в период обострения заболевания.

ДРУГИЕ БОЛЕЗНИ КОЖИ

При других болезнях кожи народная медицина использует следующие лекарственные препараты.

Ива белая. Берется кора. 3 столовые ложки на 1 л воды. Кипятить 15 минут. Использовать для ножных ванн, для выведения мозолей.

Береза, сосна. Их смолой смазывают участки кожи, пораженные чесоткой. Можно приготовить мазь, если смешать смолу с вазелином в пропорции 1:4, и натирать этой мазью пораженные участки тела 2 раза в день до полного излечения.

Приготовить смесь: смешать в равных количествах травы: календулу, одуванчик, хвощ, крапиву, цветки терна, ежевику и кору дуба. Приготовить отвар (кипятить смесь 10 минут на слабом огне в количестве воды, в 3 раза превышающем вес трав) и принимать по 100 г 3—4 раза в день. Этим же отваром обмывать пораженные рожей участки тела.

Яблоня. При образовании трещин на пятках нарезать кубиками средних размеров яблоко, отварить в молоке до образования кашицы и на салфетке наложить толстым слоем на пораженное место на полчаса.

Процедуру делать через день. Мазь из протертых яблок и сливочного масла (хорошо перемешать) является хорошим средством для заживления мелких ран, ссадин, царапин.

Лимон. Настоем лимона на водке рекомендуется смазывать веснушки и пигментные пятна на коже лица.

Сирень. Приготовить настойку: высушенные цветки залить водкой в соотношении 1:10 и настоять 10 дней в плотно закрытой посуде. Принимать внутрь по 30 капель 3 раза в день и одновременно натирать или делать компрессы на образовавшуюся шпору.

Тополь черный. Порошок из коры или сухих листьев смешать с равным количеством несоленого свиного жира или смальца. Смазать зудящие участки кожи.

Приготовить смесь: 2 столовые ложки коры ивы белой на 2 столовые ложки корней лопуха. Залить 1 л кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Теплым отваром обрабатывать зудящие места.

Болезни волос

При различных болезнях волос народная медицина использует следующие рецепты.

Айва. Замочить в 1 стакане воды на 1 час 30 г семян, поставить на слабый огонь, довести до кипения. Процедить в горячем виде. Втирать в кожу головы при жирных волосах, при их выпадении, при перхоти, гнездовой плешивости.

Береза. Березовый сок хорошо стимулирует рост волос. Рекомендуется мыть голову водой с добавлением березового сока в соотношении 1:1.

Лимон. Сок капусты, лимона и шпината (в равных количествах) втирают в кожу головы при секущихся, слабых волосах.

Орех грецкий. Для удаления волос с волосистой части тела пользуются соком грецкого ореха. Достаточно смазать поверхность 2—3 раза, чтобы волосы исчезли.

Сосна (пихта). Приготовить отвар: 10 столовых ложек измельченных иголок молодой хвои на 500 мл воды

варят на малом огне 10 минут, настаивают 8—10 часов в тепле, процеживают. Полученным лекарством ополаскивают голову ежедневно при облысении.

Приготовить состав: кора ивы — 1 часть, корневище и корни лопуха — 1 часть, листья крапивы двудомной — 1 часть. 4 столовые ложки измельченной смеси варить в 1 л воды 10 минут, настоять в термосе 12 часов. Мыть голову 3 раза в неделю (для укрепления волос).

Магнолия. Приготовить настой: 3 столовые ложки листьев на 1 л кипятка. Настаивают 1 сутки в закрытом сосуде, процеживают. Применяют для мытья головы 1 раз в неделю при выпадении волос.

13. АЛЛЕРГИЧЕСКИЕ БОЛЕЗНИ

В настоящее время число аллергических заболеваний и число людей, страдающих этими недугами, заметно возросло. Остановимся на некоторых из них.

Бронхиальная астма

Страдающие этой инфекционно-аллергической патологией хорошо знают, что проявлением ее являются приступы удушья, обусловленные спазмом мелких бронхов. Приступы удушья могут возникать при вдыхании воздуха, загрязненного различными вредоносными частицами (дымом, включая табачный, бензином, духами и т. д.). Провоцирующими болезн аллергенами могут быть некоторые пищевые продукты (шоколад, яйца, цитрусовые и др.).

Чаще приступ удушья возникает внезапно и обычно ночью. У больного отмечается резкая нехватка воздуха, одышка с затрудненным выдохом. На расстоянии слышны свистящие хрипы. Больной бледен, испуган, лицо покрыто испариной, отмечается синюшность губ, кончика носа, щек. Для облегчения вдоха ему приходится принимать выгодное положение, опираясь руками в спинку кровати, стула, подоконника.

Наряду с проводимым врачом лечением народная медицина при этом заболевании использует следующие рецепты.

Приготовить сбор:

мать-и-мачеха — 20 г;

липовый цвет — 20 г;

багульник — 10 г.

2 столовые ложки сбора залить 2 стаканами кипятка, настоять в термосе 2 часа. Принимать в 5–7 часов утра и в 17–19 часов вечера по 1 стакану.

Приготовить сбор:

цветы бузины — 1 часть;

кора молодой ивы — 1 часть;

лист мать-и-мачехи — 1 часть;

плоды аниса — 2 части;

плоды шиповника — 2 части.

Приготовление, как в предыдущем рецепте.

Приготовить сбор:

цветки бузины — 1 часть;

трава лапчатки гусиной — 1 часть;

трава шандры — 1 часть;

трава чистотела — 2 части;

сосновые почки — 1 часть.

4 чайные ложки измельченной смеси настоять на стакане холодной воды в течение 2 часов, кипятить 5 минут, дать отстояться 1 час. Отвар выпить в 3 приема в течение дня.

Чай из листьев сирени, собранных во время цветения, оказывает хороший эффект на больных.

Эвкалипт. Приготовить настой: 1 столовая ложка листьев на 500 мл кипятка. Настоять 1 час, процедить. Принимать по 100 мл 3 раза в день.

Ива обыкновенная. Приготовить настой: 5 г листьев на 250 мл кипятка. Настаивают на водяной бане 15 минут, через 1 час процеживают. Отжимают и разбавляют до первоначального объема (настой хранят не более 3 суток в холодильнике): Принимают по 2 столовые ложки 4 раза в день до еды. Лекарство способствует более быстрому прекращению приступов астмы.

Хвойные ванны. Для их приготовления на 200 л воды с температурой 35–37 °С берется 50–70 г порошкообразного хвойного экстракта. Эфирные масла, содержащиеся в экстракте, благотворно действуют на нервные окончания кожи, а через них на весь организм, прежде всего на центральную нервную систему. Продолжительность таких ванн — 10–15 минут.

ДРУГИЕ АЛЛЕРГИЧЕСКИЕ НЕДУГИ

К таковым относятся многим известные крапивница, отек Квинке, аллергические ларингиты, риниты, трахеиты, бронхиты, экссудативный диатез и т. д., и т. п.

При этих аллергических недугах народная медицина рекомендует.

Приготовить сбор:

цветки липы мелколистной — 4 столовые ложки;
трава бузины травянистой — 2 столовые ложки;
трава лапчатки гусиной — 4 столовые ложки;
трава чистотела большого — 2 столовые ложки;
почки сосны обыкновенной — 2 столовые ложки.

2 столовые ложки сбора парят ночью в 600 мл кипятка в банке, плотно закрытой и тепло укутанной. Утром выдерживают на водяной бане 12–15 минут, процеживают, отжимают и принимают по 1/2 стакана 4–5 раз в день при астматическом бронхите.

Лимон (старинный рецепт). К 150–200 г тертого свежего хрена добавить сок 2–3 лимонов. Принимать смесь натошак 2 раза в день по 1–2 чайные ложки. Лучше всего лекарство принимать (с профилактической целью) ранней весной и поздней осенью, когда имеется большая вероятность подхватить аллергический ринит. Эффективным способом лечения аллергического ларингита является прием 1/2 стакана лимонного сока и стакана меда. Смесь надо слегка прокипятить на слабом огне и принимать с 5-минутным интервалом по 1 чайной ложке до наступления улучшения.

Эвкалипт. Приготовить настой: 2 столовые ложки листьев на 200 мл кипятка, настаивают 30 минут на водяной бане, процеживают и отжимают. Объем полученного настоя доводят до исходного. Используется в теплом виде для полосканий глотки при аллергическом фарингите.

При аллергическом трахеите примените следующее средство: 1 лимон проварить в течение 15 минут, выдавить сок в стакан через марлю, добавить 20 г чистого глицерина и заполнить стакан до верха медом. Все хорошо размешать. Съедать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Грецкий орех. Приготовить настой: 2 столовые ложки листьев на 1 стакан воды (брать измельченные свежие листья). Настаивать 1 час, процедить. Полоскать полость рта при аллергическом стоматите 3–4 раза в день.

Приготовить сбор:

корневища аира болотного — 100 г;

молодая кора ивы ломкой — плакучей — 100 г;

молодые ветви или листья березы — 100 г.

Измельченную смесь кипятят 15 минут в 8–10 л воды. Применяют для ванн, компрессов и обмываний при аллергическом контактном дерматите.

Приготовить сбор:

плоды малины — 10 г;

цветки липы — 10 г.

2 столовые ложки смеси заварить 2 стаканами кипятка, кипятить 5 минут, процедить. Следует умываться этим отваром страдающим аллергическим конъюнктивитом.

Приготовить лекарство: смазывайте кожу (при экссудативном диатезе) цинковой пастой, смешанной в пропорции с персиковым (или оливковым) маслом (приобрести компоненты в аптеке).

Старинный рецепт. Закипятите ведро воды, опустите в него содержимое 1 упаковки лаврового листа и

еще прокипятите на небольшом огне 20 минут. Затем ведро снимите с огня и настаивайте до температуры, подходящей для вашего ребенка. В этом отваре покупайте малыша (не разбавляя водой), а затем смажьте тело в местах поражения детским кремом. Так повторите несколько раз (следить, чтобы отвар не попал ребенку в глаза).

14. ХИРУРГИЧЕСКИЕ БОЛЕЗНИ

Раны, ушибы

При небольших ранах и ушибах с хорошим эффектом можно воспользоваться следующими рецептами.

Орех грецкий. Измельченные его листья (1 столовая ложка) заливают 200 мл подсолнечного масла и ставят в теплое место на 7 суток. Затем кипятят на водяной бане 2 часа. Дважды процеживают и нагревают 2 часа на водяной бане. Добавляют к составу 15 г подогретого желтого воска, хорошо перемешивают. Накладывают на раны, ушибы, растяжения.

Приготовить настой: 3 чайные ложки сухих листьев на 500 мл кипятка, настаивают 2 часа, процеживают. Используют для повязок и компрессов, а также принимают как кровоочищающее средство по 1/3 стакана 3 раза в день.

Сосна, ель. Смола-живица является одним из лучших ранозаживляющих средств при ранах и ушибах. Непосредственно свежей живицей смазать раны, трещины. Смазывать 1 раз в день. Заживление наступает быстро.

Сирень. Свежие ее листья (или повязку, смоченную соском листьев) прикладывают на 2–3 часа к гнойным ранам. Курс лечения — 7 дней.

Слива. Свежие или распаренные ее листья при наложении на рану способствуют излечению гнойных или изъязвленных ран.

Вишня. Ее листья обладают кровоостанавливающим действием.

Шелковица (белая и черная). Приготовить мазь: 2 столовые ложки порошка коры ствола смешать с 1–1,5 стаканами подсолнечного или другого растительного масла. Употреблять для смазывания ушибов, порезов, ран.

Черемуха. Свежий сок ягод используют в виде примочек и компрессов как ранозаживляющее средство.

Эвкалипт. Приготовить отвар: 10 г свежих листьев на 200 мл воды. Кипятить 15 минут на водяной бане, настоять 1 час, процедить. Отвар применяется для лечения гнойных ран.

Апельсин. Его сок (благодаря высокому содержанию фитонцидов и своим антисептическим свойствам) используют для промывания долго не заживающих ран и язв.

Клен платановидный. Приготовить настой: 1 чайная ложка измельченных плодов, 2 столовые ложки листьев или 1 столовая ложка измельченной коры на 250 мл кипятка. Настаивать на водяной бане 1 час. Полученным настоем промывают гнойные и труднозаживающие раны.

ПРОЛЕЖНИ

Пролежни — патологические изменения тканей дистрофического или язвенно-некротического характера, возникают у лежащих ослабленных больных на местах, подвергающихся систематическому давлению.

В первое время больные редко жалуются на сильные боли, чаще они отмечают слабую локальную болезненность, чувство онемения. При развитии же процесса по типу влажного некроза омертвевшие ткани приобретают отчетливый вид, из-под них отделяется зловонная мутная жидкость, в распадающихся тканях начинают быстро размножаться патогенные микробы. Гнилостная микрофлора может привести к развитию влажной гангрены. Если и в это время не принять срочных врачебных мер, то гнилостный процесс может распространиться вглубь ткани вплоть до костей.

И чем раньше начато лечение пролежней, тем быстрее можно от них избавиться. Наряду с врачебными

назначениями неплохой эффект можно получить по рецептам народной медицины.

При пролежнях хороший эффект достигается с помощью следующих средств.

Береза. Приготовить настойку: 1 столовую ложку почек залить 5 столовыми ложками 45%-ного спирта или водки. Настоять 10 дней в плотно закрытой посуде. Процедить. Употреблять для протирания кожи.

Приготовить мазь: взять 2 части коры дуба, 1 часть коры черного тополя, 7 частей масла коровьего. Все смешать и настоять в духовке в течение ночи. Утром прокипятить на малом огне 30 минут, процедить, отжать и слить в банку. Использовать для обработки кожи;

Приготовить сбор:

цветки ноготков лекарственных — 4 столовые ложки;
лепестки красной культурной розы — 3 столовые ложки;

листья ежевики сизой — 7 столовых ложек;

трава вербены лекарственной — 3 столовые ложки;

трава хвоща полевого — 3 столовые ложки;

молодая кора дуба черешчатого — 4 столовые ложки.

6 столовых ложек сбора кипятят 7–12 минут в 1 л кипятка на малом огне, настаивают 2–3 часа, процеживают и применяют для обработки кожи.

Дуб. Свежие листья его прикладывают к начинающимся нагноениям тканей.

Тополь черный. Приготовить мазь: измельченные почки на 96%-ном спирту (1:1) настаивают 3 дня, добавляют 6 частей свежеспленного свиного жира, настаивают 4 часа при температуре 70 °С, процеживают. Применять наружно.

Фурункулез

Фурункул, как известно, — острое гнойно-некротическое воспаление волосяного фолликула и окружающей соединительной ткани, обусловленное внедрением патогенных микроорганизмов. Предрасполагающей причиной к развитию фурункулеза является загрязнение

кожи, особенно химическими веществами (смазочные масла, охлаждающие смеси и др.), пылевыми частицами в сочетании, как правило, с длительным трением соответствующих участков кожи. Не так уж и редко фурункулез развивается у больных сахарным диабетом.

При фурункулезе быстрое заживление наступает при применении следующих лекарств.

Кедр сибирский. Его смолу в смеси со сливочным маслом применяют наружно.

Орех грецкий. Разжеванное ядро прикладывают к нарыву.

Береза. Ее сок принимать по 1 стакану 3 раза в день как противовоспалительное и как общеукрепляющее средство.

Ель европейская. Приготовить мазь: по 1 столовой ложке смолы еловой, воска, меда, подсолнечного масла смешать и разогреть на огне, остудить. Применять для обработки нарыва.

Пихта сибирская. Используется компресс: смесь пихтового масла (70%) и 30% мази Вишневского (приобрести в аптеке) наносится на бинт и прикладывается к фурункулам, карбункулам, панарициям. Повязку менять 2–3 раза в сутки. При лечении может возникнуть небольшой ожог, но это не страшно. Улучшение обычно наступает через 2 дня.

Инжир. Разваренные плоды прикладывают к нарывам для ускорения их созревания.

Черемуха. Свежие ее листья прикладывают в виде компрессов к фурункулам.

Осина. Приготовить настойку: 50 г почек, 50 г свежих листьев и 100 г коры ветвей на 500 мл 70%-ного спирта настаивают 10 дней, процеживают. Применяют наружно. Одновременно желательнее принимать внутрь по 20–30 капель 3–4 раза в день.

ГЕМОРРОЙ (ПОЧЕЧУЙ)

Геморрой — расширение кавернозных телец (вен) нижнего отдела прямой кишки и заднего прохода,

сопровождающееся определенными клиническими симптомами. В народе эту болезнь называют еще почечуем.

Острый геморрой возникает внезапно, обычно после резкого натуживания, при дефекации, большого физического усилия, приема алкоголя, при родах и т. д.

Типично при этом быстрое (за 1–2 суток) образование наружных узлов с развитием тромбофлебита или даже подкожным разрывом. Возникают жгучие боли, особенно после дефекации. Узел становится плотным, резко болезненным.

Первым четким признаком болезни чаще всего бывает появление крови на фекальных массах. В нелеченных вовремя случаях геморрой приобретает хроническое течение.

Лечением геморроя обычно занимается хирург или проктолог.

При геморрое хороший результат достигается с помощью следующих средств.

Липа мелколистная. Разваренная молодая кора дает много слизи и применяется для лечения геморроя.

Дуб обыкновенный. Приготовить настой: 10 г коры заварить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Принимать по 1–2 столовые ложки 3–4 раза в день при геморроидальных кровотечениях.

Каштан конский. Сок цветков принимают по 25–30 капель на 1 столовую ложку воды 2 раза в день.

Рябина. Приготовить настойку: 200 г свежих плодов залить 1 л водки, настоять 12 дней. Процедить и принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Осина. Приготовить настойку: 50 г почек, 50 г свежих листьев и 100 г коры ветвей на 500 мл 70%-ного спирта настаивают 10 дней, процеживают. Применяют наружно.

Рябина. Приготовить настой: 1 столовая ложка плодов на 300 мл кипятка, настаивают 4 часа. Принимают по 100 мл 2–3 раза в день.

Тополь черный. Приготовить мазь: измельченные почки на 96%-ном спирту (1:1) настаивают 3 дня, добавляют 6 частей свежетопленного свиного жира, наста-

ивают 4 часа при температуре 70 °С, процеживают. Применять наружно.

Ожоги

При ожогах хороший эффект можно достичь, применяя следующие лекарства.

Дуб. Приготовить отвар: 1 столовая ложка коры на 1 стакан воды, кипятить 5 минут. Делать примочки и компрессы. Или приготовить мазь: взять 2 части коры дуба, 1 часть коры черного тополя, 7 частей масла коровьего. Все смешать и настоять в духовке в течение ночи. Утром прокипятить на малом огне 30 минут, процедить, отжать и слить в банку. Применять наружно.

Яблоня. Приготовить мазь из протертых яблок и сливочного масла (хорошо размешать). Это является хорошим средством лечения ожогов.

Липа сердцелистная. Припарки: 2–3 столовые ложки листьев обварить кипятком, завернуть в марлю, остудить и прикладывать к пораженным местам.

ОБМОРОЖЕНИЕ

При обморожении хороший результат получают от следующих народных средств.

Дуб. 500 г толченой коры варить в 3 л воды 30 минут. Остудить и использовать для компрессов.

Орех грецкий. Приготовить отвар: 250 г листьев и молодых веточек на 1 л воды. Варят 10 минут. Применяют для компрессов.

Каштан конский. Приготовить настойку: 50 г цветов или измельченных семян на 500 мл водки настаивают 14 дней, процеживают. Принимать по 20 капель 3 раза в день после еды при познабливании.

Яблоня. Мазь из протертых яблок и сливочного масла (хорошо размешать). Это является хорошим средством лечения ожогов.

Липа. Использовать припарки: 3–4 столовые ложки листьев обваривают кипятком, заворачивают в марлю и

в теплом виде прикладывают к обмороженным местам как болеутоляющее и противовоспалительное средство.

Айва. 250 г семян кипятить в 250 мл воды 30 минут, профильтровать. Использовать для ванн 2 раза в день по 10 минут.

Приготовить сбор:

дубовый мох (солевище) — 100 г;

хвощ полевой (трава) — 100 г;

календула лекарственная (цветки) — 100 г.

Все смешать и делать повязки на обмороженные места. После окончания процедуры участок тела смазать оливковым маслом.

15. ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Онкологические заболевания (опухоли) подразделяются на доброкачественные и злокачественные (раковые). В этой главе мы рассмотрим раковые заболевания, при которых применяются препараты, изготовленные на основе тех или иных целебных деревьев, разумеется, как дополнение к назначениям специалистов-онкологов.

РАК ОРГАНОВ РОТОВОЙ ПОЛОСТИ, НОСА.

Папилломы

При раке этих органов полезно принимать следующие лекарства.

Шелковица (белая и черная). Свежие ягоды, а также сок из них приостанавливают рост опухолей в ротовой полости.

Орех грецкий. Кожурой, снятой со спелого плода, натирают папиллому 2 раза в день до тех пор, пока она не присохнет.

Приготовить сбор:

корневище аира болотного — 1 часть;

трава болиголова большого — 1 часть;

трава сушеницы топяной — 1 часть;

корень ~~...~~ большого — 1 часть;

почка ~~...~~ — 1 часть;

трава чистотела большого — 1 часть.

2 столовые ложки измельченного сырья заливают 1 стаканом воды, кипятят 1 минуту, настаивают 1 час, процеживают. Применять, как и в предыдущем рецепте.

Инжир. Свежий или долго паренный в сливочном масле инжир используется для задержки и развития опухолей.

РАКОВЫЕ ОПУХОЛИ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ

При злокачественных опухолях органов пищеварения рекомендуется следующие лекарства.

Приготовить сбор:

листья березы повислой — 3 части;

листья вахты трехлистной — 1 часть;

трава зверобоя продырявленного — 2 части;

трава любистока лекарственного — 3 части;

зеленые стебли овса посевного — 2 части;

трава тысячелистника обыкновенного — 2 части;

трава чистотела большого — 1 часть.

1 столовую ложку измельченного сырья заливают 1 стаканом кипятка и кипятят 1 минуту. Настаивают 2 часа, процеживают перед употреблением. Принимают по 1/2 стакана 3–4 раза в день за полчаса до еды.

Ольха черная. Приготовить отвар: 15 г измельченных листьев заливают 1 стаканом кипятка и кипятят на водяной бане 15 минут. Охлаждают 45 минут при комнатной температуре, добавить кипяченой воды до первоначального объема. Принимать по 1/3 стакана 4 раза в день (лекарство наиболее эффективно при раке желудка, поджелудочной железы, прямой кишки).

Приготовить сбор:

корневище аира — 10 г;

соцветия лопуха — 25 г;

корни лопуха — 35 г;

соцветия бодяка полевого — 50 г;

почки тополя черного — 5 г.

Смесь необходимо хорошо измельчить, залить 1 л кипятка, настоять до охлаждения. Принимать по 1 стакану 3–4 раза в день (лекарство показано при раке желудка).

Чага (березовый гриб). Принимать бифунгин (аптечный препарат чаги) из расчета 3 чайные ложки лекарства на 1 стакан воды по 1 столовой ложке 3 раза в день за полчаса до еды. Или (если у вас имеется чага) приготовить лекарственный настой: кусок сухого гриба заливают кипяченой водой на 4 часа (для размягчения), затем измельчают на терке или пропускают через мясорубку. Одну часть (по объему) заливают 5 частями кипяченой воды с температурой 40–50 °С. Затем настаивают в темном прохладном месте 48 часов. Настой процеживают, остаток отжимают. Принимают по 1/2 стакана 3 раза в день (лекарство показано при раке желудка и печени).

Орех грецкий. Зеленые орехи в фазе молочной спелости измельчают и смешивают в соотношении 1:1 с авиационным (как менее токсичным) керосином или же очищенным керосином (имеется в продаже на рынках). Настаивают 10–14 дней. Принимают по 30 капель 1 раз в день за полчаса до еды в течение 2–3 месяцев, с недельным перерывом после каждого месяца (лекарство показано при раке печени).

Приготовить сбор:

листья крапивы двудомной — 1 часть;
трава медуницы темной — 1 часть;
плоды укропа душистого — 1 часть;
корни цикория обыкновенного — 2 части;
трава чистотела большого — 1 часть;
кора шелковицы белой — 1 часть.

1 столовую ложку измельченного сырья заливают 1 стаканом кипятка и кипятят 1 минуту. Настаивают 2 часа, процеживают перед употреблением. Принимают (при раке поджелудочной железы) по 1/2 стакана 3–4 раза в день за полчаса до еды.

Приготовить сбор:

цветущие цветки полыни горькой — 1 часть;
трава ромашки лекарственной — 2 части;

почки тополя черного — 1 часть;
трава хвоща полевого — 1 часть;
трава чистотела большого — 1 часть.

1 столовую ложку измельченного сырья заливают 1 стаканом кипятка и кипятят 1 минуту. Настаивают 2 часа, процеживают. Добавляют 1 столовую ложку облепихового масла (или масла шиповника), перемешивают, вводят в прямую кишку на ночь на 10–15 минут после очистительной клизмы. Затем делают микроклизму из 1 столовой ложки масла облепихи (лекарство показано при раке прямой кишки).

Лейкозы

Лейкозы относятся к злокачественным заболеваниям крови. Они подразделяются на острые и хронические. При лейкозах — опухолях, возникающих из кроветворных клеток, — обязательно поражается костный мозг. Причины этой раковой патологии до сих пор еще недостаточно изучены.

Острый лейкоз относится к серьезным и тяжелым заболеваниям. Какие же признаки могут вызвать подозрение на этот недуг? Болезнь может начаться с высокой температуры. Одновременно появляется и геморрагический синдром: носовые кровотечения, кровоизлияния под кожу, появление черного стула (из-за переваривания крови в желудочно-кишечном тракте) или с примесью в нем свежей крови. В ряде случаев происходит увеличение лимфатических узлов. Быстро нарастает бледность. Адинамия настолько выражена, что больной нередко не может самостоятельно подняться с постели. Часто происходит увеличение печени, селезенки, что больной чувствует по неприятной тяжести в правом подреберье.

При хроническом лейкозе в первую очередь увеличиваются лимфатические узлы, что видно при осмотре больного. Прогрессирует малокровие. Развивается лихорадочное состояние. Лимфоузлы постепенно начинают сдавливать соседние органы.

Диагноз заболевания ставит врач (гематолог или онколог).

При лейкозах используются следующие препараты фитотерапии.

Береза. Приготовить настой: 3–4 сухие почки или 6–8 сухих листиков на 500 мл кипятка, кипятить 15–20 минут, настоять, процедить. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Кедр сибирский. Приготовить настойку (ее готовят только из скорлупы высушенных естественным путем орехов, не каленых, лучше всего из паданки): скорлупу засыпают в бутылку из темного стекла, не утрамбовывая, заливают водкой почти под пробку и настаивают 10 дней в теплом месте, периодически встряхивая содержимое. Принимают от 35–40 капель до 1 чайной ложки 3–4 раза в день перед едой.

Пихта сибирская. Просушить и растереть в порошок 1 кг отростков пихты и 1 кг корней малины и тщательно все перемешать. На 1,5 кг смеси растения взять 1 кг сахара и 0,5 кг меда. В эмалированную посуду положить слоями — слой порошка и такой же слой смеси сахара и меда, чередуя их друг с другом. Затем добавить 200 мл кипятка. Настаивать сутки, затем 8 часов томить на кипящей водяной бане и в теплом месте еще 2 суток. После этого аккуратно слить получившийся сок. Он будет ярко-малинового цвета с приятным запахом. Взрослым пить по 1 столовой ложке 4–5 раз в день перед едой. Принимать 2 недели, затем сделать перерыв на 1–2 недели и курс лечения повторить.

Приготовить сбор:

- сушеные плоды земляники лесной — 150 г (или сок);
- сушеные плоды смородины черной — 150 г (или сок);
- сушеные плоды винограда — 100 г (или сок);
- сушеные плоды брусники — 100 г (или сок);
- сушеные плоды черники — 200 г (или сок);
- сушеные яблоки (желательно антоновка) — 250 г (или сок);
- сушеные плоды боярышника — 150 г (или сок).

Полстакана смеси парят на водяной бане 15 минут, настаивают 1–2 часа и принимают по 1 стакану 3–4 раза в день одновременно с приемом смеси цветочной пыльцы (лучше перга) с медом, которую принимают по 1 чайной ложке 2 раза в день — утром и в обед. Для напара берут 600 мл дистиллированной воды (или ключевой воды), доведенной до кипения.

РАК ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Его симптомы часто аналогичны таковым при аденоме этого органа. При этом заболевании рекомендуются следующие препараты.

Осина. Приготовить настой: 1 чайная ложка измельченной коры (взятой из внутренней части ветвей) на 250 мл кипятка, настаивают 1 час, процеживают. Принимают по 1/4 стакана 3 раза в день.

Орех грецкий. Порошок из сожженной скорлупы ореха принимать по 2 г 3 раза в день.

Приготовить сбор:

- листья березы повислой — 1 часть;
- листья лещины обыкновенной — 3 части;
- трава полыни обыкновенной — 2 части;
- трава пустырника сердечного — 1 часть;
- трава чистотела большого — 1 часть.

1 столовую ложку измельченного сырья заливают 1 стаканом кипятка и кипятят 1 минуту, настаивают 30 минут. Принимают по 1/2 стакана 3 раза в день за 15–20 минут до еды. На ночь и после туалета делают клизмы, например, микроклизма из 1 столовой ложки масла облепихи.

Приготовить сбор:

- шелуха каштана конского — 1 часть;
- листья березы повислой — 2 части;
- надземная часть вереска обыкновенного — 2 части;
- кора осины обыкновенной — 1 часть;
- цветки ромашки лекарственной — 3 части;
- трава чистотела большого — 1 часть.

1 столовую ложку измельченного сырья заливают 1 стаканом кипятка и кипятят 1 минуту. Настаивают 30 минут. Принимают по 1/2 стакана 3 раза в день за 15–20 минут до еды. На ночь и после туалета делают микроклизмы из 1 столовой ложки масла облепихи.

РАКОВЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕНСКОЙ ИНТИМНОЙ СФЕРЫ

При той или иной злокачественной патологии женской интимной сферы народная медицина рекомендует следующие рецепты.

Дуб обыкновенный. Нарезать коры с молодых дубовых веток, высушить, измельчить. 1 столовую ложку сырья заварить 1 стаканом кипятка, вскипятить 2 раза, парить 3 часа в теплом месте, плотно укутав. Настоять 3 часа. После остывания настоя намочить салфетку или полотняную тряпочку и приложить к груди в месте нахождения опухоли. Сверху повязать теплой тканью, забинтовать, надеть теплую кофту. Компресс держать 2 часа утром и вечером.

Груша. Кашицу из листьев груши-дички (или ее измельченных корней) прикладывают в виде компресса к пораженной груди. Хорошо укутать (методика лечения та же, что и при использовании коры дуба).

Каштан конский. Специалист по фитотерапии В. Тищенко рекомендует при мастопатии срезать цветок каштана («свечку»), удалить столбик, а цветки разложить на бумаге или полотенце и высушить. Столовую ложку полученного сырья (или 2 столовые ложки свежих цветков) поместить в стакан воды (200 мл) и вылить в подходящую посуду, довести до кипения и настоять 8 часов. Принимать по 1 глотку на прием. В течение дня приготовить и выпить 1–1,5 л лекарства (не передозировать!). Дозировки следует подбирать самостоятельно. При первых признаках отравления могут появиться судороги пальцев рук.

Приготовить состав: спирт 70%-ный — 0,5 л, мед — 0,5, раствор глюкозы 40%-ный — 20 мл, из-

мельченые березовые почки и корень валерианы — по 50 г, перегородки грецкого ореха — из 1 кг плодов. Настаивать 10 дней в темноте, ежедневно встряхивая. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день перед едой (лекарство используется для лечения рака молочной железы 3–4-й стадии).

Кедр сибирский. Приготовить настойку: скорлупу орехов засыпают в темную бутылку до уровня плечиков, не утрамбовывая, заливают водкой почти под пробку и настаивают в темном теплом месте 10 суток, периодически встряхивая содержимое. Принимать по 30 капель 3–4 раза в день перед едой. Дозу постепенно можно увеличивать до 1 чайной ложки. Настойку рекомендуется принимать при раке матки. Одновременно употреблять и семена кедра.

Приготовить сбор:

трава болиголова пятнистого — 1 часть;

цветки ноготков лекарственных — 2 части;

цветки ромашки лекарственной — 2 части;

цветущие верхушки татарника обыкновенного — 1 часть;

почки тополя черного — 1 часть;

трава хвоща полевого — 1 часть.

2 столовые ложки измельченного сырья заливают 1 стаканом воды и кипятят 1 минуту. Снимают с огня; добавляют 1 столовую ложку измельченного лука, процеживают и теплым (не горячим!) спринцуют больную раком влагалища. Этот состав также годен при приготовлении тампонов для введения во влагалище.

Чага (березовый гриб). Приготовить настой: высушенный гриб для размягчения залить на 4 часа теплой водой (кипяченой), затем пропустить его через мясорубку или растереть на терке, после чего 1 стакан измельченного гриба залить 5 стаканами теплой кипяченой воды, настаивать 2 суток. Настой слить, остаток отжать через марлю и смешать с настоем. Свежий гриб обмыть водой, растереть на терке и приготовить настой, как из сушеного гриба. Хранить настой в защи-

щенном от света, сухом месте. Принимать настой по 1/2 стакана 6 раз в сутки за полчаса до еды. Настой хранят 3–4 дня. Курс лечения 3–5 месяцев с перерывом 10 дней. При опухолях малого таза, кроме применения настоя чаги внутрь, его используют в виде теплых микроклизм из 2–4 столовых ложек на ночь.

Каштан конский. Приготовить отвар: высыпать в кастрюлю 6–8 столовых ложек сухих цветков, залить доверху водой, довести до кипения, настоять в теплом месте ночь. Принимать по глотку в течение дня через каждый час. По уверениям специалистов это лекарство — прекрасное средство при фиброзно-кистозной опухоли.

Содержание

Слово к моему пациенту 3

ЧАСТЬ 1.

**ДЕРЕВЬЯ-ЛЕКАРИ — АЛЬТЕРНАТИВА
ОФИЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНЕ 6**

1. Назад — к природе!
Врачевать в союзе с природой 6
2. Историческая справка 9
3. Механизм действия ваших лекарей 14
 - Алкалоиды 15
 - Гликозиды 16
 - Сапонины 16
 - Фенольные соединения 16
 - Эфирные масла 17
 - Смолы 17
 - Органические кислоты 18
 - Витамины 18
 - Микро- и макроэлементы 18
 - Фитонциды 18
 - Ферменты 19
4. Цвет, запах (аромат), биоэнергия деревьев —
ваш дополнительный лечебный фактор 19
 - А вначале примите к сведению... 19
 - Цветотерапия 21
 - Запахи ваших деревьев-лекарей 22
 - Энергетика ваших деревьев —
примите в подарок ее 24
 - Ревнивый фикус и пьяный кактус 29

ЧАСТЬ 2.

ЗНАКОМЬТЕСЬ СО СВОИМИ «ВРАЧАМИ».

ИХ ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА	33
1. Сбор и заготовка ваших растений. Их хранение	33
2. Готовим сами порошки, отвары, настои, настойки, мази, соки	36
Порошки	36
Отвары и настои	36
Настойки	38
Мази	38
Соки	39
3. Общая характеристика целебных деревьев	39
Абрикос обыкновенный	39
Айва обыкновенная (или продолговатая)	41
Акация белая (робиния — ложноакация)	43
Апельсин сладкий	44
Береза бородавчатая (береза повислая)	44
Вишня обыкновенная	49
Гранат (гранатик)	51
Груша обыкновенная	53
Дуб обыкновенный	54
Ива белая (ива козья, ветла, ракита)	55
Инжир (смоковница, фиговое дерево)	57
Каштан конский	58
Кедр сибирский (сосна сибирская)	60
Клен платановидный	62
Лавр благородный (бобковое дерево)	63
Лимон (цитрус лимон)	64
Липа мелколистная (липа сердцевидная)	66
Магнолия крупноцветная (магнолия крупноцветковая)	67

Мандарин японский (цитрус уншун)	68
Олеандр обыкновенный	69
Ольха серая	70
Орех грецкий	71
Осина (горечавка, шептун-дерево)	73
Персик обыкновенный (жердели)	74
Пихта сибирская	75
Рябина обыкновенная	77
Сирень обыкновенная	78
Слива домашняя	79
Сосна обыкновенная	81
Тополь черный (осокорь)	83
Черемуха обыкновенная	83
Шелковица черная (тута)	84
Эвкалипт	86
Яблоня домашняя (садовая)	88

ЧАСТЬ 3.

РЕЦЕПТЫ ВАМ «ВЫПИСЫВАЮТ» ВАШИ ДЕРЕВЬЯ

1. Болезни органов дыхания	91
Грипп	91
Бронхит	93
Пневмония (воспаление легких)	95
Плеврит	96
Бронхоэктатическая болезнь	98
Эмфизема легких	99
Туберкулез	100
2. Болезни сердечно-сосудистой системы	103
Ревматизм	103
Атеросклероз	104

Стенокардия	106
Хроническая ишемическая болезнь сердца (ИБС)	106
Сердечная недостаточность (хроническая)	107
Гипертоническая болезнь	109
Варикозное расширение вен, тромбофлебит	111
3. Болезни органов пищеварения	112
Гастрит	112
Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки	114
Колит	116
Холецистит	118
Желчнокаменная болезнь	121
Гепатиты	123
Цирроз печени	125
4. Болезни мочеполовой системы	127
Пиелонефрит	127
Цистит	129
Почечнокаменная болезнь	130
Уретрит	131
Простатит	133
Аденома предстательной железы	134
5. Болезни суставов (полиартриты)	136
Ревматоидный (инфекционно-неспецифический) и другие полиартриты	136
Подагрический полиартрит	138
Обменные полиартриты	141
6. Болезни крови	142
7. ЛОР-болезни и болезни ротовой полости	143
Ринит	143
Ларингит	145

Трахеит	147
Фарингит	150
Стоматит	151
Гайморит	152
Гингивит	154
Ангина	155
Отит	156
Болезни зубов	157
8. Эндокринные заболевания	158
Сахарный диабет	159
Болезни щитовидной железы	160
9. Болезни нервной системы	163
Невриты	163
Невралгии	164
Депрессия	166
Остеохондрозы	167
Радикулиты, радикулоневралгии	169
Ишиас, люмбаго	169
Параличи, парезы	171
Эпилепсия	172
Синдром хронической усталости (СХУ)	173
Головные боли	174
10. Женские болезни	176
Мастит	176
Нарушения менструального цикла	178
Маточные кровотечения	179
Климакс	180
Лактация, ее нарушение	181
Другие гинекологические недуги	182

11. Глазные болезни	184
Конъюнктивит	184
Другая глазная патология	184
12. Болезни кожи и волос	185
Дерматиты	185
Угри, прыщи	186
Грибковые заболевания	187
Лишай	188
Экзема	189
Себорея	191
Псориаз	192
Другие болезни кожи	194
Болезни волос	195
13. Аллергические болезни	196
Бронхиальная астма	196
Другие аллергические недуги	198
14. Хирургические болезни	200
Раны, ушибы	200
Пролежни	201
Фурункулез	202
Геморрой (почечуй)	203
Ожоги	205
Обморожение	205
15. Онкологические заболевания	206
Рак органов ротовой полости, носа. Папилломы	206
Раковые опухоли органов пищеварения	207
Лейкозы	209
Рак предстательной железы	211
Раковые заболевания женской интимной сферы	212

Казьмин Виктор Дмитриевич

ЛЕЧЕНИЕ ДЕРЕВЬЯМИ.

Листья, почки, плоды, семена, кора

**Ответственные
редакторы**

*Оксана Морозова,
Наталья Калиничева*

**Технический
редактор
Корректоры**

*Галина Логвинова
Алла Багдасарян,
Елена Саркисова*

**Верстка:
Макет обложки:**

*Маринэ Курузьян
Инга Валеулина*

Сдано в набор 05.03.2005. Подписано
в печать 15.04.2005. Формат 84×108 ¹/₃₂.

Бумага тип № 2. Гарнитура School.

Усл. печ. л. 11,76

Тираж 5000 экз. Заказ № 2921.

Издательство «Феникс»

344082, г. Ростов-на-Дону, пер. Халтуринский, 80

Отпечатано с готовых диапозитивов в ФГУИПП «Курск».
305007, г. Курск, ул. Энгельса, 109.

КНИГИ ИЗДАТЕЛЬСТВО «ФЕНИКС»
Для крупнооптовых покупателей

344082, г. Ростов-на-Дону, пер. Халтуринский, 80
Тел. (863) 261-89-53, 261-89-54, 261-89-55, 261-89-56, 261-89-57,
факс 261-89-58, e-mail: torg@phoenixrostov.ru

Представительства в г. Москва

ул. Космонавта Волкова, 25/2, п. 3-й, (м «Войковское»)
Директор – *Моисеенко Сергей Николаевич*
Тел.: (095) 156-05-68, 450-08-35, e-mail: fenix-m@ultranet.ru

ш. Фрезер, д. 17, район метро «Авиамоторная»
Директор – *Мячин Виталий Васильевич*
Тел.: 8-095-107-44-98, 8-095-517-32-95, 8-901-711-79-81
e-mail: mosfen@bk.ru

Издательский Торговый Дом «КноРус»
ул. Б. Переяславская, 46, (м «Рижская», «Пр. Мира»)
Тел. (095) 280-02-07, 280-72-54, 280-91-06
e-mail: phoenix@knorus.ru

Представительство в г. Санкт-Петербург

ул. Кронштадтская, 11
Директор – *Нарзиева Анжела Рустамовна*
Тел. (812) 183-24-56, e-mail: anjeln@yandex.ru

Представительство в г. Владивосток

ул. Фадеева 45 «А»
Директор – *Калин Олег Викторович*
Тел. (4232) 23-73-18, e-mail: oleg38@mail.primorye.ru

Представительство в г. Новосибирск

ООО «ТОП-Книга»
г. Новосибирск, ул. Арбузова 1/1
Директор – *Вяльцева Ирина*
Тел.: (3832) 361028 доб. 165, e-mail: phoenix@top-kniga.ru

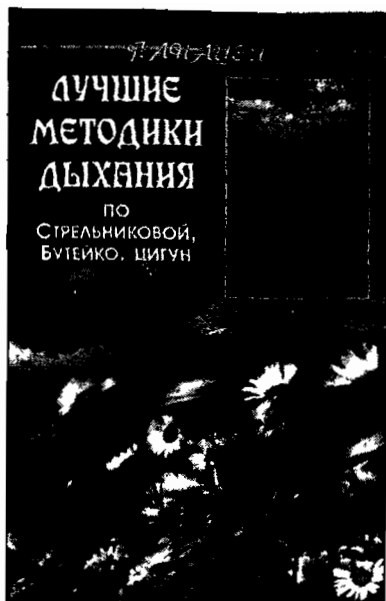
Представительство в Украине

ООО «Кредо»
г. Донецк, пр. Ватутина, 2 (офис 401)
тел. +38 062 – 345-63-08, 339-60-85, e-mail: moiseenko@skif.net

Сайт Издательства «Феникс» <http://www.phoenixrostov.ru>

По вопросам издания книг обращаться:

Тел. 8-863-2618950, e-mail: office@phoenixrostov.ru



Лучшие методики дыхания по Стрельниковой, Бутейко, цигун

В книге собраны самые эффективные на сегодняшний день методики дыхания, с помощью которых можно вылечить и предотвратить многие серьезные заболевания.

Справочник по терапевтической косметологии

Книга, написанная кандидатом медицинских наук, содержит справочные материалы, соответствующие последним достижениям в области косметологии. Особая ценность этой книги — основные программы по лечению некоторых недостатков кожи (гиперпигментация, сосудистые патологии, увядание и многое другое). Справочник будет интересен практикующим специалистам-косметологам, а также их потенциальным клиентам, желающим знать, что же именно будут с ними делать в центрах и салонах красоты.



СПРАВОЧНИК ПО ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ КОСМЕТОЛОГИИ

ФЕНИКС





ISBN 5-222-06580-4



9

интернет-магазин

OZON.ru



27197147