

И. П. НЕУМЫВАКИН

ЗОЛОТОЙ УС

МИФЫ
И РЕАЛЬНОСТЬ



Annotation

О золотом усе в последнее время ведутся разговоры, дискуссии, пишутся книги. С чем же это связано? Чем может помочь человеку это лекарственное растение? Какие рецепты рекомендуются при различных заболеваниях? На поставленные и многие другие вопросы читатели найдут ответы в этой книге. Не спешите начинать путь к выздоровлению с таблеток — прежде всего, обратитесь к поистине чудодейственным силам самой природы. Конечно, консультация врача необходима, но если ваш лечащий доктор сочтет целесообразным применение препаратов золотого уса в вашем конкретном случае, вам помогут практические рекомендации, данные в этой книге. Кроме того, золотой ус дает возможность долго сохранять молодость и красоту.

- [Неумывакин Иван Павлович](#)
 - [Об авторе](#)
 - [Введение](#)
 - [Глава 1](#)
 - [Глава 2](#)
 - [Глава 3](#)
 - [Глава 4](#)
 - [Глава 5](#)
 - [Глава 6](#)
 - [Глава 7](#)
 - [Заключение](#)
 - [Список литературы](#)
 - [notes](#)
 - [1](#)
-

Неумывакин Иван Павлович
«ЗОЛОТОЙ УС»
Мифы и реальность

Данная книга не является учебником по медицине, все рекомендации, приведенные в ней, следует использовать только после согласования с лечащим врачом.

Об авторе



Неумывакин Иван Павлович, доктор медицинских наук, профессор. Действительный член Международной академии информатизации, Международной академии энергоинформатизационных наук, Российской Академии естественных наук, Академии медико-технических наук. Заслуженный изобретатель России, Лауреат Госпремии, Член Президиума Общероссийской медицинской ассоциации специалистов традиционной народной медицины и целителей.

С 1959 года в течение 30 лет занимался космической медициной: разработкой методов и средств оказания медицинской помощи космонавтам при полетах различной продолжительности.

Введение



Растения были нашими добрыми соседями и друзьями испокон веков. Да, сейчас городские жители нередко запирают себя в каменных коробках, подчас хвастаются пословицей: «Две ноги нужны, чтобы нажимать три педали на автомобиле», и, казалось бы, совсем забыли о нашей неразрывной связи с природой. А она, эта связь, есть. Как бы мы ни заглушали в себе голос природы, даже в наше время она всегда найдет способ прорваться к замутненному суетой сознанию человека и

требовательно напомнить о себе. И вот, в городских жилищах современных людей, цепляясь из последних сил за бетонные стены, прорываются зеленые оазисы живого мира, мира от которого зачастую так бездумно отворачиваются люди. Растения входят в людские жилища и разделяют с нами все тяготы городской жизни, чтобы порадовать своей красотой, хоть немного помочь нашим уставшим легким и сделать воздух чище и свежее, а еще... Еще на подоконнике может вырасти настоящий доктор. Целитель, встречи с которым нам так не хватало раньше.

В этой книге пойдет речь о золотом усе. Его лекарственные свойства уже известны всему миру, но, несмотря на это, он еще скрывает в себе множество тайн.

К сожалению, у российской официальной медицины нет исчерпывающих сведений о силе лечебного воздействия золотого уса, нельзя с определенностью сказать и о том, насколько он может быть токсичен в высоких дозировках. Это тропическое растение, и в советское время недостаток внимания к нему был вызван отсутствием в нашей стране надежной сырьевой базы. Некоторые исследования проводились во Всероссийском научно-исследовательском институте лекарственных и ароматических растений (ВИЛАР), исследователи успели выявить только бактерицидное и тонизирующее свойства растения, было установлено, что каллизия (таково другое название золотого уса) является эффективным общеукрепляющим и антимикробным средством при приеме внутрь в виде настоек и настоев. Но началась перестройка, а после развала СССР официальное изучение этого интересного растения и вовсе было прекращено. В настоящее время мы в основном ориентируемся на информацию, полученную от народных целителей.

Одним из известнейших специалистов в России по использованию в лечебных целях золотого уса является Владимир Николаевич Огарков, посвятивший изучению этого растения более двух десятилетий. Им было установлено, что биологически активные вещества, входящие в состав золотого уса, способны активизировать обменные процессы и увеличивать жизненные силы

организма. С его точки зрения, это растение может применяться в тканевой терапии как биогенный стимулятор, эффективно активизируя клетки иммунной системы.

В настоящее время исследования золотого уса ведутся в Санкт-Петербургском государственном университете и на базе кафедры биологии Санкт-Петербургского университета им. А. И. Герцена. Но делать какие-либо окончательные выводы, еще преждевременно, золотой ус продолжает хранить свои тайны. Хотя бы некоторые из них мы попробуем приоткрыть в этой книге.

Глава 1

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ — ОСОБЕННОСТИ ИХ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

Лечение травами (фитотерапия) — мощное средство, пришедшее из глубины веков. Растения всегда были нашими добрыми соседями и друзьями. В течение всей нашей жизни они радуют глаз, служат пищей; перерабатывая углекислый газ, дарят свежий воздух. Когда мы заболеваем, травы приносят исцеление. От нас требуется совсем немного — остановиться среди бесконечной суеты, осмотреться и с любовью принять помощь.

А вот легкомыслие и фамильярность в общении с зеленым миром недопустимы! Как часто мы слышим: «Ну, это же травы, что может быть в них опасного!» Нельзя забывать — в растениях подчас заключена мощнейшая сила, способная оказать на организм серьезнейшее воздействие. Для их безопасного использования необходимы консультация с врачом-фитотерапевтом, информация о причинах развития заболевания, механизме его протекания, основных симптомах, возможных осложнениях.

При лечении лекарственными растениями необходимо соблюдать следующие правила:

- всегда советоваться со специалистом, точно следовать его рекомендациям;
- при самостоятельном сборе трав точно соблюдать правила сбора (учитывать время, погоду, состояние растения, правильно его очищать, сушить и хранить);

- безоговорочно соблюдать все дозировки приема и строго придерживаться способов приготовления препаратов (такая «мелочь» как «разогреть на водяной бане» или «прокипятить» может оказаться решающей!);

- отвары или настои лекарственных растений принимать курсами (как и многие традиционные лекарства). Обязательно точно выдерживать необходимые перерывы между курсами;

- избегать привыкания к препарату, изготовленному из какого-либо растения! По возможности травы нужно чередовать;

- подробно узнавать и применять сведения о противопоказаниях и побочных эффектах.

Иногда нельзя обойтись использованием только средств фитотерапии, но их применение совместно с обычными лекарствами все равно необходимо. Так, например, растительные средства способны предотвратить и даже устранить многие осложнения, возникающие при использовании противовоспалительных препаратов.

В качестве предостережения, касающегося неаккуратного применения лекарственных растений, как раз приведем пример с золотым усом. Так, при его исследовании в Иркутском медицинском институте было установлено, что бездумное применение препаратов этого растения может привести к повреждению голосовых связок и изменению тембра голоса. Причем восстановление крайне затруднительно.

Также следует отметить, что золотой ус в России используется в лечебных целях относительно недавно в широких масштабах. Поэтому следует особенно четко придерживаться рекомендаций, разработанных опытными фитотерапевтами.

Глава 2

ЗНАКОМЬТЕСЬ — МНОГОЛИКИЙ ЗОЛОТОЙ УС

История выращивания золотого уса в России насчитывает более ста лет, но тайной окутаны не только его целебные свойства, но даже имена комнатного лекаря. Домашний женьшень, живой волос, венерин полос (сравнение с волосом возникло благодаря своеобразным нитям, при разрыве листа вытягивающимся из его кусочков и как бы продолжающим соединять его части), кукурузка, дальневосточный ус... И это все — названия одного растения!

С латинскими наименованиями тоже связаны некоторые сложности. В 1840 году растение было описано впервые, тогда оно получило название *Spironema fragrans*. Но, не минуло и века, как его переименовали и *Rectanthera fragrans*. Наконец, в 1942 году американец R. E. Woodson дал ему окончательное имя — *Callisia fragrans*. Представителей рода *Callisia* можно встретить в тропиках Центральной и Южной Америки, всего их 12. Родовое название пришло из греческого языка и переводится как «красивая лилия». В переводе с латыни на русский язык современное научное название золотого уса звучит и как «каллизия», и как «каллисия», и как «каллия». Иногда растение именуют по-прежнему — «ректантера душистая». Поэтому, во избежание путаницы, в первую очередь необходимо использовать латинское название.

К несчастью, в историю золотого уса вкралась трагическая ошибка. В книге «Комнатные растения и декоративно-цветущие кустарники» (Киев: Урожай, 1978 г.) было обозначено его неправильное название — «Дихоризандра букетноцветковая» (*Dichorizandra thyrsiflora*). А ведь это — совсем другое растение! Правда, принадлежат они с золотым усом к одному семейству — коммелиновые (*Commelinaceae*). После этого

«дихоризандра» прокралась в статьи о лечебных свойствах каллизии, и до сих пор, отголоски этой путаницы иногда выплескиваются на страницы печати. Будьте осторожны, дихоризандра не обладает лекарственными свойствами золотого уса, использование ее в лечебных схемах, разработанных для каллизии, не только не приведет к ожидаемому эффекту, но даже способно вызвать ухудшение состояния больного!

Основные отличия дихоризандры от золотого уса следующие:

- самое главное: у дихоризандры нет усов (то есть горизонтальных побегов!!!);
- при разрыве листа на две части из них не вытягиваются соединяющие их «ниточки»;
- листья имеют красноватый оттенок (у золотого уса они темно-зеленые);
- на стебле листья расположены спиралевидно, а не поочередно, как у каллизии.

Золотой ус — относительно крупное растение, при выращивании в комнате может достигнуть высоты двух метров. Побеги у него двух типов — прямостоячие и горизонтальные, последние и есть так называемые усы. Листья у них недоразвиты, только на конце находится розетка, состоящая из молодых листочков. После того как усы становятся коричневато-фиолетовыми и начинают включать не менее 9 «суставчиков» (междоузлий) каллизия приобретает лечебные свойства.

Усы — очень удачное приспособление к жизни в перемененно-влажных тропических лесах. Растет золотой ус чаще всего на месте бывших вырубок, там нет высоких деревьев, но растительный покров чрезвычайно густой. Поэтому в природных условиях усы каллизии опираются на соседние растения, а основной стебель слабый, при выращивании в домашних условиях нужна специальная опора.

В комнатных условиях каллизия цветет очень редко. Дело в том, что в природных условиях цветение приурочено к засушливому периоду, поэтому для получения соцветий на подоконнике необходимо имитировать длительный недостаток влаги. Цветки золотого уса мелкие и невзрачные, но собраны в длинные красивые соцветия, обладают очень приятным гиацинтовым запахом. Благодаря им каллизию и называют «душистая».

Золотой ус обладает еще одной очень важной особенностью — для достижения полноценного лечебного эффекта перед использованием его части необходимо *специальным образом подготовить*. Для этого стебель и усы растения надо упаковать в полиэтиленовый пакет и 14 дней продержать в холодильнике при температуре около 3 °С. Листья в таких же условиях достаточно хранить всего 3 дня.

Только после такой подготовки растительный материал можно использовать для приготовления лекарственных препаратов! При подготовке растительного сырья для лечения нет «мелочей». Каждое лекарственное растение требует определенного подхода.

Глава 3

ОСНОВА НАШЕГО ЗДОРОВЬЯ — ИММУННАЯ СИСТЕМА

МИССИЯ ИММУННЫХ СИЛ

Мы слышим слово «иммунитет» с детства. С ранних лет чувствуем неразрывную его связь с нашими мечтами быть здоровыми и красивыми, жить долго и счастливо... Это сила, скрывающаяся внутри каждого из нас, дающая надежный отпор всему чужому и враждебному, способная различить внешнего агрессора и новую жизнь, зародившуюся во чреве матери... Если в силу каких-либо причин наш защитник ослабевает и или вдруг слепнет, поворачивая свое грозное оружие против нас самих, приходит беда.

Теперь давайте поговорим, используя некоторые научные термины. Задача иммунной системы — поддерживать постоянство клеточного состава тканей и органов, а также защищать нас от проникших в организм грибов, микробов, вирусов и других болезнетворных (патогенных) факторов. Для этого она выявляет чужие клетки (в том числе бактерий, вирусов, клетки опухоли и т. д.), уничтожает их и выдворяет вон из организма. Причем информация обо всех прежних агрессорах бережно хранится, что, в случае их появления вновь, позволяет быстро оказать непрошеным гостям повторный отпор.

КАК РАБОТАЕТ НАШ ЗАЩИТНИК

Теперь давайте перейдем к рассмотрению собственно механизмов работы иммунной системы. В ней можно выделить два звена — клеточное и гуморальное.

В клеточное звено входят лимфоциты, макрофаги и другие клетки. Первый бой с агрессором принимают макрофаги. Они встречают чужака (опухолевую клетку или бактерию) и съедают его, при этом получают и передают дальше информацию об агрессоре. Среди лимфоцитов выделяют клетки памяти, кроме того, их можно разделить на две крупные группы — Т- и В-лимфоциты. Первые играют важнейшую роль в иммунных реакциях — они регулируют их запуск и остановку, также они могут сами убивать чужаков, поскольку обладают так называемой прямой клеточной цитотоксичностью.

В-лимфоциты, составляющие гуморальное звено иммунитета, способны выделять особые белки — иммуноглобулины. Эти белки могут связываться с чужеродным белком (например, находящимся на мембране бактерий) и таким образом как бы включать специальные находящиеся в крови вещества, убивающие чужеродные клетки.

Имуноглобулины подразделяют на классы: А, Е, D, G, М.

Имуноглобулин А встречается бактерий уже в слизистых оболочках при поверхностном контакте. Большую часть реакций в тканях осуществляют иммуноглобулины G и М.

Имуноглобулин Е интересен тем, что он является основным действующим лицом в аллергических реакциях. Прием для каждого аллергена вырабатывается свой иммуноглобулин Е, поэтому, определив «то уровни в крови, мы можем точно установить, какое вещество послужило причиной аллергии.

К органам иммунной системы относят всю лимфоидную ткань организма человека, селезенку, лимфатические узлы, тимус (вилочковую железу), частично костный мозг и печень. Как пример лимфоидной

ткани можно упомянуть миндалины глоточного кольца. Соответственно, их частые воспаления являются ярким признаком низкого тонуса иммунных реакций.

ЕСЛИ СЛУЧАЕТСЯ БЕДА

Как мы уже отмечали, задачи иммунной системы — поддерживать внутреннее постоянство клеточного состава тканей и органов, а также охранять их от проникновения чужаков.

Нарушения работы иммунной системы могут происходить по-разному.

Если наш защитник теряет свои силы, то организм уже не в состоянии одолевать инфекционные заболевания изнутри, может начаться развитие злокачественных опухолей... Такое состояние называется *иммунодефицитом*. Оно может быть вызвано разными причинами, наиболее грозная из них — столь известный в наше время вирус иммунодефицита человека — (ВИЧ).

Напротив, контроль иммунитета может стать слишком суровым и повлечь за собой трагические ошибки — оружие поворачивается против своих же, тогда возникают *аутоиммунные заболевания* (такие как ревматоидный артрит, гломерулонефрит, аутоиммунный тиреоидит, зачастую бронхиальная астма).

Может случиться и такое: контроль не слишком суров и достаточно силен, но все равно, система регуляции работает с серьезными нарушениями. В этом случае возникают *аллергические реакции*. Кожные сыпи, длительные насморки, бронхиальная астма, поллиноз, аллергические дерматиты... Увы, список заболеваний, столь часто встречающихся в наше время, можно продолжать и продолжать.

НА ПОМОЩЬ ПРИХОДЯТ ТРАВЫ

Рассмотренные типы нарушений работы защитных сил требуют применения разной стратегии лечения.

В случае снижения иммунитета применяют активирующие вещества — *иммуностимуляторы*. Если проявление защитных сил организма чрезмерно, используют так называемые *цитостатики*, или *иммуносупрессоры*. Это растения, часто содержащие так называемые кариокластические яды — безвременник, цинхона, аконит, барвинок. При ослабленном иммунитете, наоборот, требуется его стимуляция. Для этой, цели используют иммуностимуляторы, например, алое, стекловидное тело, нирогенал, продигиозан.

Как при подавлении, так и при стимуляции надо быть предельно осторожными и не забывать известную в медицинской среде поговорку: «От иммунодефицита до аутоиммунитета — один шаг».

При аллергических реакциях разные звенья иммунитета требуют разных воздействий — одни необходимо активировать, работу других, наоборот, требуется «гасить». Как разобраться в сложнейших, еще до конца не изученных закономерностях, пройти «по лезвию бритвы», сбалансировать деятельность столь чуткой и накутанной, особенно на первый взгляд, системы?

Выход подсказывает сама природа. Дело в том, что существуют растения, позволяющие чудесным образом регулировать деятельность иммунной системы, одновременно избирательно активизируя одни звенья иммунной системы и аккуратно сдерживая работу других ее звеньев. Называют подобные растения *иммуномодуляторами*.

И качестве примера представителей данной группы можно привести *девясил высокий, клевер полевой, чистотел большой*, некоторые растения из семейства

очитковых. В последнее время стали популярны иноземные иммуномодулирующие растения: готу кола (Cotu cola), кошачий коготь — вильцацора (Uncaria torinetosa) и другие.

Следует отметить, — что опытные практикующие фитотерапевты часто очень успешно применяют официально до конца не изученные и не признанные растения. Например, используются с положительным эффектом *ряска малая, вероника лекарственная, эхинация пурпурная, молочай Палласа, копеечник чайный и, конечно, золотой ус.*

КАК ИММУННОЙ СИСТЕМЕ ПОМОЖЕТ ЗОЛОТОЙ УС

Растения, получившие название *адаптогенов*, также оказывают иммуномодулирующее действие. Впервые их описал русский ученый Н. В. Лазарев. С помощью растений-адаптогенов можно значительно сократить время введения организма в оптимальное состояние. Происходит это благодаря их свойству выравнивать сдвиги в работе различных систем организма и оптимизировать их состояние. При этом чем серьезнее произошли нарушения, тем очевиднее и ярче целебный эффект. Действию адаптогенов сопутствует активизация интеллектуальных и физических способностей человека. Сглаживая вредное воздействие на организм, они способны выступать в роли эффективных защитников от стресса. К этой категории растений относятся и наш *золотой ус*, а также многие *представители семейства аралиевых (элеутерококк, аралия), лимонник китайский, родиола розовая, солодка и некоторые другие.*

В случае с общеизвестным *алоэ древовидным (столетником)* иммуномодулирующими свойствами обладает только сок алоэ, прошедший специальную

предварительную обработку. Сразу после срезки листьев необходимо две недели выдержать их при температуре около 4 °С без доступа света. Например, на нижней полке холодильника. Далее сок отжимают, смешивают с медом и принимают в течение 2–3 недель по чайной ложке два раза в день. Надо добавить, что прием лекарства активирует выработку пищеварительного сока. Поэтому в случае возникновения изжога изготовленное средство необходимо разогреть перед употреблением на водяной бане. Нужно подчеркнуть, что без предварительной обработки препараты алоэ будут действовать только лишь как слабительное (например, порошок сабур).

Глава 4

ЗОЛОТОЙ УС — КЛАДОВАЯ БИОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ

ОБЩИЙ ОБЗОР

Золотой ус принадлежит к *семейству коммелиновых*, насчитывающему в своих рядах множество растений с удивительными свойствами. Достаточно упомянуть всенародно любимые алоэ и каланхоэ.

Чудесные целебные свойства золотого уса во многом обусловлены удивительным сочетанием биоактивных веществ, в высоких концентрациях содержащихся в его соке. Так, в своем составе золотой ус содержит биологически активные вещества из группы фитостероидов и флавоноидов (флавонолов). Давайте рассмотрим каждую из групп отдельно.

ФЛАВОНОИДЫ

Флавоноиды относятся к фенольным соединениям. Они представляют собой группу растительных пигментов, и, сочетаясь между собой в различных соотношениях, создают волшебное многообразие окрасок обитателей растительного мира. В лекарственных целях флавоноиды используют как желчегонные, отхаркивающие, сердечные средства, они могут способствовать очищению организма от радиоактивных веществ, есть информация об их противоопухолевой активности.

Остановимся на двух представителях флавоноидов, обнаруженных в соке золотого уса.

Кверцитин способен защитить ткани нашей печени от пагубного воздействия многих ядовитых веществ, в том числе четыреххлористого углерода, бензола, хинина, хлороформа и многих-многих других. Кверцитин способен подавлять развитие опухолевого процесса, оказывает спазмолитическое действие, является антиоксидантом. Это вещество способно укреплять капилляры, его используют при лечении ревматизма, разнообразных аллергических проявлений и многих других заболеваний.

Кемпферол оказывает противовоспалительное и диуретическое действие, способен укреплять капилляры и дает тонизирующий эффект. Его применяют при лечении аллергических заболеваний, болезней мочевыделительной системы, используют в составе противовоспалительных препаратов.

Кверцитин и кемпферол способны оказывать мощное антисептическое и антибактериальное действие, обладают кровоостанавливающим эффектом. Именно благодаря этим составляющим препараты золотого уса способны творить чудеса при заживлении повреждений кожного покрова и лечении кожных заболеваний. Кроме того, они могут регулировать синтез эластина и коллагена, сохраняя кожу здоровой и упругой. Более того, кверцитин и кемпферол способны поддерживать сердечную мышцу, оказывая сосудорасширяющее действие на систему коронарных (сердечных) сосудов.

Также оба рассматриваемых вещества активизируют работу выделительной системы, способствуя очищению организма. Они оказывают мощное воздействие на секреторную и антитоксическую функцию печени, то есть помогают ей обезвреживать яды и стимулируют выработку желчи.

Так же как и любые другие лекарственные препараты, флавоноиды надо применять с осторожностью. Например,

при дефиците йода они способны стимулировать развитие зоба.

ФИТОСТЕРОИДЫ

Теперь перейдем к следующей группе биологически активных веществ, обнаруженных в соке каллизии, — фитостероидам. Эти вещества отвечают за слаженную работу органов, тканей и клеток, во многом благодаря им организм действует как одно целое, с помощью фитогормонов дается команда к запуску жизненно важных процессов в растении и их дальнейшей регуляции. К группе этих веществ относится и найденный в золотом усе бета-ситостерол. Он оказывает воздействие на биосинтез белков, обладает антибактериальным, антисклеротическим эффектом. Это соединение можно использовать при лечении заболеваний эндокринной системы, простатита, аденомы простаты, при повышенном содержании холестерина в крови, характерном для атеросклероза.

Во многом благодаря именно фитостероидам золотой ус, да и такие всенародно признанные лекари, как подорожник, арника, календула, оказывают свое чудесное ранозаживляющее воздействие — клетки начинают активно делиться, подавляется действие болезнетворных организмов, в кратчайшие сроки заживают раны. Под влиянием фитогормонов стимулируются обменные процессы, протекающие в клетках, активизируется циркуляция крови в капиллярах кожи, заметно улучшается ее состояние, поэтому часто подобные соединения добавляют в различные косметические средства.

Кроме того, фитостероиды обладают антиоксидантными свойствами, способны оказывать бактерицидное и противогрибковое действие.

Но как и при использовании остальных биологически активных веществ, в случае применения фитостероидов

надо всегда помнить о необходимости соблюдения меры и осторожности. Например, следует иметь в виду, что при использовании в очень высоких концентрациях эти соединения способны подавлять детородную функцию организма.

Необходимо отметить, что большинство биоактивных веществ, содержащихся в соке золотого уса, могут быть использованы при лечении онкологических заболеваний. Их воздействие способно активизировать работу иммунной системы, отвечающей за уничтожение чужеродных клеток.

И квертицин, и кемпферол, и фитостероиды обладают противоопухолевой активностью, а их комплексное влияние способно многократно усиливать целебное воздействие каждого отдельного компонента.

ВИТАМИНЫ И МИКРОЭЛЕМЕНТЫ

Катализаторы жизни

В ходе исследований установлено, что в соке золотого уса в значимых количествах содержатся многие витамины и такие важные для человека микроэлементы, как медь, хром, никель, железо.

Витамины выделяют в отдельную группу только по характеру воздействия на организм и их физиологические роли, по своей химической природе это очень различные соединения. В наш организм они попадают вместе с пищей, и, хотя не обладают никакой энергетической ценностью, нормальная работа организма без них совершенно невозможна. Дело в том, что эти уникальные вещества являются важнейшей составной частью катализаторов (ускорителей) основных биохимических реакций или же сами принимают непосредственное участие в жизненно важных процессах.

Аскорбиновая кислота

Знаменитые антисептические свойства золотого уса и его способность нормализовывать работу иммунной системы во многом обусловлены совместным воздействием вышеперечисленных биоактивных веществ с аскорбиновой кислотой (витамином С). Роль этого витамина особенно важна при осуществлении окислительно-восстановительных реакций, он известен как мощнейший антиоксидант, защищающий наши клетки от влияния столь печально известных в наше время свободных радикалов.

В случае болезни потребность в витамине С особенно возрастает — необходимо окислять ядовитые вещества — продукты воздействия на человека болезнетворных организмов. Кроме того, данный витамин принимает участие в жизнедеятельности соединительной ткани, необходим для синтеза коллагеновых волокон и формирования здоровой кожи, обладает ранозаживляющим эффектом.

Аскорбиновая кислота необходима для поддержания нормального артериального давления, защиты нервной системы от стрессов, биосинтеза стероидных гормонов. Дефицит этого витамина может привести к понижению работоспособности, развитию апатии, предрасположенности к атеросклерозу, сердечной недостаточности, анемии и цинги.

Витамины группы В

Рибофлавин (витамин В₂) обладает антиоксидантной активностью, налаживает работу сердечно-сосудистой системы, необходим для нормализации обмена веществ, улучшает зрение, поэтому используется при лечении катаракты, куриной слепоты, воспаления и повреждений роговицы.

Дефицит витамина В₂ приводит к потере веса, слабости, понижению остроты зрения, развитию дерматита, нарушениям белкового обмена и синтеза жиров. Потребность в рибофлавине особенно возрастает при заболеваниях печени и сахарном диабете. Следует помнить о том, что в больших дозах он может угнетающе действовать на работу почек.

Витамин В₅ (пантотеновая кислота) необходим для поддержания нормального обмена веществ, оптимизирует работу нервной системы, функции щитовидной железы и половых желез, принимает участие в подавлении развития грибковых инфекций и обезвреживании ядовитых веществ.

Нехватка витамина В₅ может привести к возникновению повышенной утомляемости, нарушению работы пищеварительной системы и координации движений, появлению судорог.

Оба названных витамина играют исключительную роль в поддержании здоровья нашего кожного покрова, ногтей и волос, они незаменимы при лечении кожных заболеваний.

Никотиновая кислота

Также в побегах и соке каллизии обнаружен витамин РР — никотиновая кислота. Она является активным участником окислительно-восстановительных реакций, оказывает сосудорасширяющее действие, активизирует работу печени и поджелудочной железы, способна уменьшать содержание холестерина и сахара в крови.

Недостаток данного витамина приводит к развитию тяжелого заболевания — пеллагры, может привести к ухудшению памяти, возникновению психических расстройств, слабости, а также к похуданию.

Витамин РР эффективен при борьбе с аллергическими заболеваниями, особенно при совместном

использовании с биоактивными веществами из группы флавонолов.

Никель, железо, медь, хром

Богата каллизия и столь важными микроэлементами, как никель, железо, медь, хром. Да, эти вещества нужны нам в ничтожно малых количествах, но их отсутствие мгновенно нарушает важнейшие функции организма. Так, *железо* и *медь* входят в состав многих ферментов, принимают непосредственное участие в биохимических реакциях, перенося электроны они участвуют в клеточном дыхании.

Микроэлементы способствуют понижению уровня холестерина в крови, проявляют антиоксидантную активность. Нехватка этих веществ может приводить к нарушениям работы пищеварительной системы, возникновению головокружений, малокровию, повышенной утомляемости, а в тяжелых случаях и гораздо более серьезных заболеваний.

При воспалениях в крови резко повышается концентрация меди, поступление этого микроэлемента в организм совершенно необходимо для успешного лечения и предотвращения воспалительных процессов.

На кафедре биологии Санкт-Петербургского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена под руководством А. А. Кочегиной было проведено более детальное изучение *химического состава каллизии*. В ходе исследований в листьях золотого уса было обнаружено повышенное содержание ионов хрома (Cr^{3+} — до 1000 мг/л в соке из листьев и стеблей) и меди (Cu^{2+} — до 30 мг/л), а в усах — хрома (Cr^{3+} — 700 мг/л) и хлора (Cl^- — 200 мг/л).

Хотя хром нужен нашему организму в ничтожно малых количествах, на нашем здоровье его нехватка скажется мгновенно. Дело в том, что этот микроэлемент является неотъемлемым компонентом соединения, отвечающего за усвоение глюкозы и активирующего

действие инсулина. Хром регулирует транспорт глюкозы через мембраны клеток, выравнивая ее содержание в крови. Участвует в работе многих ферментов, способствует предотвращению отложения холестериновых бляшек на стенках сосудов, активизирует сжигание жира, регулирует деятельность эндокринной системы. Особенно благотворно влияние хрома на работу щитовидной железы и выработку тиреоидных гормонов. Лечение заболеваний щитовидной железы с помощью препаратов золотого уса мы рассмотрим позже.

Еще немного о химическом составе

Теперь поговорим об одном из основных анионов (отрицательных ионов) нашего организма — хлоре. Совместно с катионами натрия он накапливает в тканях воду, тем самым сохраняя их упругость. С его участием происходит образование плазмы крови, хлор входит в состав желудочного сока, участвует в прохождении нервных импульсов.

Таким образом, уникальное сочетание биологически активных веществ, витаминов и микроэлементов многократно усиливает лечебный эффект каждого компонента и придает золотому уссу его целебную силу.

Но имея дело со столь активными веществами, никогда нельзя забывать об осторожности. Необходимость точно следовать рекомендациям специалистов подчеркивает и наличие в соке каллизии повышенного содержания печально известных *нитратов* (NO_3). Об их пагубном воздействии на организм наслышан каждый. Так что нам только остается напомнить вечно актуальные слова Парацельса: «Все есть лекарство и яд, только доза определяет и то, и другое».

Глава 5

БОЛЕЗНИ И ИХ ЛЕЧЕНИЕ. НА ПОМОЩЬ ПРИХОДИТ ЗОЛОТОЙ УС

НАРУШЕНИЯ В РАБОТЕ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА

Причины и признаки

Пищеварительная система человека — это целая многоуровневая экологическая система, обеспечивающим нас необходимыми питательными и биоактивными веществами. В ходе своей нелегкой работы она и сохраняет хрупкое равновесие с обитающей внутри полезной микрофлорой. С помощью этих микроорганизмов происходят переработка поступающих вместе с пищей растительных волокон и синтез таких важнейших для нас соединений, как витамины, некоторые аминокислоты и другие биоактивные вещества. Как ни покажется странным, но *здоровье нашего кишечника напрямую связано с состоянием иммунной системы* — если дружественная нашему организму микрофлора гибнет и заменяется так называемой условно-патогенной (а это грибки, стрептококки, стафилококки, синегнойные палочки и другие микробы), иммунитет незамедлительно реагирует ослаблением защитных сил. Начинаются частые, длительные болезни. Бывает, сами того не ведая, мы своими руками убиваем наших невидимых друзей! Польстившись на легкий и быстрый результат при любом недомогании, мы хватаемся за антибиотики...

При неблагоприятной работе желудочно-кишечного тракта (ЖКТ) и нарушении баланса поступления питательных веществ начинается процесс накопления в

организме ядовитых продуктов обмена. Наш кишечник превращается в место образования и складирования шлаков. Оттуда вредные соединения поступают в печень. А когда она перестает справляться с потоком хлынувшей из кишечника грязи, токсины поступают в кровеносную и лимфатическую системы, начинается отравление всего организма.

Основная причина нарушения работы жизненно важных систем нашего организма, в том числе ЖКТ — это стресс. И не только психологического характера. Также его вызывают неправильное питание и загрязнение окружающих нас воздуха, воды и земли, обилие несущей негативный заряд информации.

В целом, о любом неблагополучии в системе пищеварения ясно свидетельствуют такие признаки, как частые и неожиданные боли в области кишечника и желудка, нарушение стула, тошнота, отрыжка, изжога.

Причин нарушения работы желудка в жизни современного человека достаточно: отсутствие биологически естественного ритма жизни (ночная работа, нерегулярный сон и отдых), неправильное питание. Постоянное употребление в пищу рафинированных масел, очищенных злаков, вредных пищевых красителей, консервантов, животных продуктов с недопустимым содержанием гормонов и антибиотиков. Курение и употребление сверх меры алкогольных напитков, необдуманный прием лекарственных препаратов... Думаю, любой читатель без труда дополнит этот список сам.

Гастрит

К сожалению, силы нашего защитника-иммунитета могут иссякнуть раньше, чем мы опомнимся... Воспаление слизистой оболочки желудка, с нарушением его моторной и секреторной функций — гастрит — является одним из наиболее распространенных заболеваний желудочно-кишечного тракта.

Рассмотрим данное заболевание подробнее. При гастрите слизистая оболочка желудка теряет способность нормально восстанавливаться, происходят нарушения в секреции желудочного сока и сократительной активности желудка. Остановимся на этих вопросах. В состав желудочного сока входят пепсин и соляная кислота, способные переваривать грубую белковую пищу. Но ведь стенка желудка тоже состоит из белка. В норме она надежно защищена от воздействия агрессивных составляющих желудочного сока. Например, вырабатывается специальная предохраняющая слизь, обеспечивается прекрасное кровоснабжение, правильно работает привратниковый жом (мышца, располагающаяся на границе желудка и двенадцатиперстной кишки).

При возникновении гастрита работа перечисленных выше механизмов нарушается: изменяются количество и кислотность желудочного сока, из-за нарушения регуляции сократимости желудка изменяется время обычного пребывания в нем пищи.

При хроническом гастрите боль в желудке возникает после еды или ночью, при его острых формах дополнительно появляются чувство тяжести в поджелудочной области, рвота, тошнота, слабость. Если появившаяся после еды боль усиливается из-за употребления жирной и острой пищи, отдает за грудину, можно подозревать наличие язвенной болезни желудка. Боли, возникающие на голодный желудок и возобновляющиеся только через 2–3 ч после еды, могут быть признаком поражения язвой двенадцатиперстной кишки.

Панкреатит

Панкреатит — воспаление поджелудочной железы. Признаками этого недуга являются постоянная или появляющаяся после приема жирной и острой пищи боль в левом подреберье, часто опоясывающего характера, потеря веса, жидкий стул.

Причинами воспаления могут быть неправильное питание, в том числе дефицит в пище белков и витаминов. К нему могут привести некоторые инфекционные заболевания, отравления, гельминтозы (глистные заболевания), хронический холецистит, желчнокаменная болезнь, язва желудка.

Особенно способствует возникновению панкреатита неумеренное употребление спиртных напитков. Причем даже небольшое количество алкоголя способно спровоцировать начало развития панкреатита. Начинается воспалительный процесс как следствие задержки пищеварительных ферментов в самой железе. Вовремя не поступив в двенадцатиперстную кишку, они оказывают разъедающее воздействие прямо на месте образования. Таким образом, клетки органа подвергаются как бы самоперевариванию.

При панкреатите крайне важно не допускать повышения внутрибрюшного давления. Нельзя совершать резкие движения, носить тугую одежду. Есть необходимо понемногу и часто. Лучше исключить из рациона бобовые, белокочанную капусту, сократить употребление сливочного масла. Категорически нельзя употреблять продукты, активизирующие секреторную функцию поджелудочной железы. Например, мясные, рыбные, куриные, грибные бульоны, жирное мясо, копчености, соления и маринады, жарение. Надо исключить из рациона торты, пирожные и другие кондитерские изделия. Следует отказаться от чая, кофе и газированных напитков.

Применение препаратов золотого уса

Необходимо отметить, что при лечении панкреатита молотой ус дает замечательные результаты. Во многом благодаря его способности комплексно влиять на заболевания, послужившие причиной возникновения панкреатита.

Полученные с использованием золотого уса препараты способны эффективно участвовать в

оздоровлении поджелудочной железы, селезенки, бороться с воспалительными процессами в области желчевыводящих путей. Эти препараты способствуют регулированию кислотно-щелочного баланса в пищеварительной системе и выводу шлаков из организма.

Конечно, основа лечения болезней пищеварительной системы, панкреатита — специальная диета, назначенная врачом. Но применение препаратов золотого уса также может оказать существенную помощь.

Нижеприведенный рецепт отвара из листьев золотого уса можно применять при любых заболеваниях пищеварительной системы.

• Отвар из листьев золотого уса

Лист золотого уса длиной 10–15 см, вода — 700 мл.

Измельчают пару листьев длиной 10–15 см (или один лист длиной 20–25 см), заливают 700 мл кипящей воды и кипятят на медленном огне 10–15 минут. Затем настаивают 10–12 часов, предварительно укутав посуду с отваром.

Отвар обладает способностью длительное время сохраняться, не прокисая даже при комнатной температуре.

Дозу приема подбирают индивидуально, ориентировочно она составляет 50–70 мл за один раз. Отвар принимают предварительно подогретым на водяной бане за 40 минут до еды 3–4 раза в день.

Известный целитель Александр Кородецкий для борьбы с упомянутыми заболеваниями рекомендует использовать настой золотого уса.

• Настой золотого уса

Лист золотого уса длиной 20 см; вода — 1 л.

В фарфоровой или стеклянной посуде измельчают лист каллизии не менее 20 см длиной и заливают одним литром кипятка. Настаивают сутки, предварительно укутав посуду. Настой должен стать малиново-фиолетовым. Принимают его также 3–4 раза в день за 40 минут до еды в теплом виде.

ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Смертельный враг человечества

В силу различных причин в нашем генетическом аппарате происходят сбои, а в результате могут образовываться клетки с повышенной скоростью роста и деления. Они дают начало опухолям — либо доброкачественным, которые не оказывают сильного воздействия на состояние организма в целом, либо злокачественным — тогда начинается развитие онкологических заболеваний. Скупые строки медицинских изданий отзываются страшной болью в душах миллионов и миллионов людей...

В отличие от доброкачественных опухолей, раковые с способны противостоять воздействию современных лекарственных препаратов и стремительно заражать здоровые ткани через кровеносные и лимфатические сосуды.

Полный список причин, вызывающих столь грозные сбои в генетической программе, еще не выяснен, сейчас можно только с уверенностью назвать ультрафиолетовое и ионизирующее излучения и воздействие особых вирусов, влияющих на нуклеиновые кислоты. Значительно повышают опасность возникновения онкологических заболеваний курение, взаимодействие с канцерогенными веществами, неправильный образ жизни, стрессы, наследственная предрасположенность, стремительно ухудшающаяся экологическая обстановка. Да, эти

причины у всех на слуху, но, тем не менее, на вопросы «почему?» и «за что?» миллионы людей ответа найти так и не могут.

Гарантированных способов лечения здесь тоже не существует. Самые современные средства официальной медицины — оперативное вмешательство, облучение, химиотерапия часто не приводят к столь желанному результату... Методы народной медицины тоже не могут дать стопроцентно выполнимых обещаний. Но люди, победившие уныние, сохранившие веру и, вопреки все прогнозам, получившие исцеление, есть. Однозначно можно утверждать одно — никогда нельзя опускать руки! Наибольший шанс на благополучный исход существует на самых ранних стадиях болезни, поэтому так важно не упустить столь драгоценное время, занимаясь самолечением. Задушить заболевание при его зарождении. *Любые применяемые способы лечения необходимо сразу же согласовывать с опытным специалистом.*

Комплексный метод лечения препаратами золотого уса

Средства массовой информации сейчас пестрят множеством сообщений об излечении рака с помощью золотого уса. Давайте попробуем разобраться, почему так происходит.

Дело в том, что противоопухолевым эффектом обладают большинство биологически активных веществ, содержащихся в этом растении. Эти соединения способны тонко регулировать работу иммунной системы, помогая ей эффективно уничтожать чужеродные клетки. Противоопухолевой активностью обладают и кверцетин, и кемпферон, и фитостероиды, при их комплексном воздействии целебный эффект каждого вещества многократно возрастает.

Приведем методику, предлагаемую уже упоминавшимся нами признанным фитотерапевтом Владимиром Огарковым. Сразу оговоримся, что

противопоказаниями к ее применению являются заболевания почек и аденома простаты. Наибольшего лечебного эффекта можно достичь при лечении рака желудка, молочной железы и легких, но только на 2-й и 3-й стадиях. Нельзя пользоваться этим методом и при раке печени — в этом случае использование алкоголя недопустимо.

В случае, если злокачественная опухоль поразила щитовидную железу, то противораковый бальзам надо готовить на основе всего растения стеблей, корней, листьев.

• Спиртовая вытяжка золотого уса

Суставчики растения — 35–50 шт.; 70 % спирт — 1,5 л

Измельчить суставчики, залить их спиртом и настаивать без доступа света, ежедневно хорошо взбалтывая, в течение двух недель

• Противораковый масляный бальзам

Натуральное льняное масло - 40 мл;
спиртовая вытяжка золотого уса — 30 мл.

Точно отмерить специальной посудой (крайне важна точность дозировки!) 40 мл льняного масла (только льняного и только натурального!) и 30 мл спиртовой вытяжки золотого уса. Плотнo закрыть крышкой, 7 минут энергично трясти и, не медля ни минуты (нельзя допускать разделения компонентов), выпить залпом. Категорически нельзя ничем заедать и запивать!!! Принимать 3 раза в день за 20 минут до еды. В любом случае, не позднее чем через 30 минут после приема бальзама необходимо поесть. Пить можно только по истечении получаса после приема пищи. Длительность курса лечения — 10 дней. Далее делают пятидневный перерыв, затем еще 10 дней принимают лекарство. Так

проводят три курса. Потом делают перерыв продолжительностью 10 дней и снова проводят цикл по три десятидневки. Таким образом чередуют циклы до полного выздоровления.

Важная особенность этого метода — лечение ни в коем случае нельзя прерывать! Иначе развитие заболевания только стимулируется. В ходе лечения на 2-4-й день могут возникнуть или обостриться боли, но лечение все равно нельзя останавливать. Немного позже болевые ощущения значительно ослабнут или полностью пройдут. Возможны возникновение отеков лица и конечностей, нарушение мочеиспускания. В случае отсутствия болезней почек и аденомы простаты спустя несколько дней все нормализуется. Для облегчения вывода токсинов хорошо сопровождать лечение приемом гомеопатического препарата фирмы *Heel* — лимфомиозота. Из-за активного вывода отравляющих веществ из организма возможно возникновение рвоты, поноса, слабости.

Внимание!

Во время лечения необходимы *строгие ограничения*.

Категорически запрещаются курение и потребление спиртных напитков (кроме спирта, входящего в состав лекарств), запрет необходимо соблюдать и, как минимум, год после завершения приема средства. Абсолютно несовместимы с данным курсом любые другие методы лечения (в том числе химиотерапия, лучевая терапия, использование других трав с противораковыми свойствами, применение мочи)

Голодать нельзя, но необходимо соблюдение *строгой диеты*: полностью исключают жареное, острое, соленое, сахаросодержащие продукты, жиры животного происхождения.

Разрешено использование только растительного масла. В дни приема средства нельзя есть мясные и молочные продукты, сахар и соль, Картофель, дрожжевой хлеб. Нужно стараться употреблять преимущественно

каши, рыбные блюда, орехи (кроме арахиса), сыр, овощи в сыром виде, морковный и свекольный сок (только в умеренных количествах), пророщенное зерно, толченое с льняным или кукурузным маслом. По утрам хорошо сосать, не проглатывая, растительное масло.

Перед началом лечения рекомендуется, если позволяет состояние больного, провести *полную очистку организма*. В случае его сильного ослабления можно попробовать ограничиться использованием препарата *фортранс* и одного из *энтеросорбентов*. Во время проведения курса возможно снижение аппетита, этого бояться не следует, так как лечебная смесь способна полностью обеспечить организм необходимым минимумом энергии.

В случае, если уже пройдены курсы химиотерапии лучевой терапии, уже были использованы сильнодействующие травы, перед началом вышеописанного лечения совершенно необходимо провести, как минимум, в течение месяца, очищение организма.

Для выведения шлаков Владимир Огарков предлагает применять гомеопатическое средство фирмы Hell — убихинон композитум. Инъекции следует делать подкожно, под лопатку, по следующей схеме: первые пять инъекций ежедневно, потом пять инъекций через день, следующие пять — одна инъекция один раз в неделю. Если применение этого препарата невозможно, для очистки можно воспользоваться нижеприведенными фитотерапевтическими средствами. Наилучший эффект будет достигнут при совместном применении гомеопатических и фитотерапевтических препаратов.

• Отвар семени льна

Семя льна — 12 ч. ложек; вода — 1л.

Для изготовления отвара на литр воды берут 12 ч. ложек семени льна и кипятят 10 минут на слабом огне. Далее охлаждают до температуры 40 °С и принимают в теплом виде с полудня до полуночи 6 раз по 150 мл.

Средство благотворно воздействует на почки и пищеварительную систему, очищает организм от радионуклидов и других токсинов. Курс рассчитан на 2–3 недели.

• Настой цветков конского (паркового) каштана

Высушенные цветы каштана — 6–8 ст. ложек; цветки медуницы или душицы — 2 ст. ложки; вода — 1 л.

Собранные цветки каштана рассыпать тонким слоем на полотенце или бумагу и сушить три дня. На литр воды взять 6–8 ст. ложек высушенных цветов каштана, можно дополнительно добавить 2 ст. ложки медуницы или душицы, довести до кипения и оставить на ночь, предварительно укутав. Потом процедить и выпить за день, за один раз выпивая не более глотка. Особенно прием настоя необходим после облучения.

МИОМА МАТКИ

К проблемам лечения и профилактики фибромиом (миом) матки приковано пристальное внимание многих женщин мира. Этим заболеванием страдает более 3 % женщин старше тридцати лет. В чем же суть этой болезни и где кроются ее причины? Миома — это доброкачественная опухоль, появляющаяся в мышечных и соединительнотканых элементах матки.

Почему она растет?

Давайте подробнее остановимся на *механизме возникновения миомы*. Современной медициной установлена четкая связь развития опухоли с избыточным воздействием эстрогенов (женских половых гормонов), синтезирующихся в первой половине менструального цикла в яичниках. Эстрогены способны активизировать рост гормонозависимой ткани в матке, поэтому миому и называют гормонозависимой. Деятельность эстрогенов ограничивается гормоном прогестероном, вырабатываемым во второй фазе цикла.

У молодых здоровых женщин появление миомы — большая редкость. Но с наступлением климактерического периода работа яичников существенно ослабевает. Поэтому в этот период эстрогены формируются в жировой ткани из других гормонов — андрогенов, в свою очередь синтезирующихся в надпочечниках. Таким образом, яичники уже не продуцируют прежнее количество прогестерона, а уровень эстрогена в крови остается достаточно высоким, и тем выше, чем больше в организме жировой ткани (вот тут и сказывается пагубное воздействие избыточного веса). В такой ситуации матка испытывает постоянную стимуляцию роста тканей, что и провоцирует возникновение и рост миомы.

Конечно, на образование миомы влияют и другие факторы: бесплодие, гинекологические заболевания, неблагоприятное воздействие окружающей среды, стрессы, наличие хронических заболеваний. Самое важное в профилактике миомы — регулярно проходить осмотр у гинеколога, избегать абортов и не допускать заражения половыми инфекциями.

Женщину сразу должны насторожить обильные менструальные кровотечения, нарушение их регулярности, боли внизу живота и пояснице. Миома может длительное время вообще никак себя не проявлять, поэтому так важно регулярно проходить осмотр у врача.

ФИТОТЕРАПИЯ В БОРЬБЕ С МИОМОЙ

К несчастью, эффективных консервативных способов, позволяющих полностью вылечить миому, в официальной медицине сейчас не существует. Применяются гормональная терапия, удаление части матки вместе с миоматозными узлами или удаление матки целиком.

Легче всего поддаются лечению неосложненные миомы, размером до 12 недель (у гинекологов принято оценивать величину миомы относительно размеров, характерных для матки беременной женщины). В случае, если симптомы отсутствуют или слабо выражены, можно, получив консультацию у опытного специалиста, начать применение лекарственных растений.

Внимание!

Не поддавайтесь влиянию мифа о полной безопасности лечения травами. Это тоже лекарства, зачастую несущие в себе высокие концентрации биоактивных веществ. Во время их применения всегда необходимы осторожность и контроль врача. Бесконтрольное использование трав может спровоцировать дальнейший рост опухоли.

С другой стороны, сейчас появляются сообщения об эффективном применении (при лечении миомы матки) растений, содержащих особые гормоны растительного происхождения — *фитогормоны*. Кроме золотого уса, для достижения этой цели применяют люцерну, дудник китайский, шалфей, крапиву двудомную, солодку, хмель и некоторые другие растения. Фитогормоны способны регулировать гормональный баланс женского организма, налаживать менструальный цикл, улучшать сон и память.

В фитотерапии можно выделить еще четыре направления при лечении миомы.

1. *Собственно борьба с опухолью.* С этой целью используют следующие растения:

- неспецифические противоопухолевые растения — их применяют для лечения любых опухолей, в том числе растущих в матке. В этом ряду можно назвать болиголов крапчатый, сабельник болотный, мухомор красный, омелу белую. Большинство из них ядовиты и требуют крайней осторожности при использовании;

- растения, избирательно влияющие на опухоли, располагающиеся именно в матке — так называемые «маточники». Это матка боровая, зюзник европейский и некоторые другие;

- регуляторы деятельности так называемых соединительнотканых макрофагов — клеток, отвечающих за регуляцию деятельности фиброзной ткани и борьбу с опухолевыми клетками и чужеродными микроорганизмами. В этой группе можно назвать такие растения, как хвощ полевой, медуница лекарственная, горец птичий;

- иммуномодуляторы, механизм действия которых мы подробно рассмотрели в главе, посвященной иммунитету.

2. *Для борьбы с маточными кровотечениями* лекарственные растения используют с древних времен. Для повышения свертываемости крови можно, например, взять пастушью сумку, а барбарис амурский и крапива двудомная, кроме этого, способны, вызвав спазм сосудов матки, перекрыть поступление к ней крови.

3. *Устранение нарушений менструального цикла.* Для достижения данной цели используется очень широкий спектр растений. Их подбор осуществляют в зависимости от того, какие нарушения цикла имеют место. Например, при ранних менструациях используют прострел обыкновенный, а при их задержке можно применить отвар цветков пижмы.

4. *Наружное воздействие травами* используют для усиления эффекта от трав, принимаемых внутрь. Здесь можно отметить наложение припарок на низ живота, спринцевание, использование тампонов.

Золотой ус в лечении миомы

Таким образом, золотой ус способен оказывать комплексное воздействие при лечении миомы — в его состав входят фитогормоны, комплекс веществ, обладающих противоопухолевой активностью, а также он способен оказывать иммуномодулирующее действие.

Для лечения миом и других доброкачественных образований используют настойку золотого уса. Вот рецепт ее приготовления.

• Настойка золотого уса

Суставчики золотого уса — 25–35 шт.;
водка — 500 мл.

Измельчают 25–35 суставчиков (если диаметр до 4 мм — 35 шт., более 4 мм — 25 шт.) от лианоподобных отростков и заливают лекарственное сырье 500 мл водки, настаивают две недели без доступа света, потом процеживают. Настойка должна иметь сиреневый цвет, во время хранения допустимо появление коричневой окраски.

Настойку применяют очень аккуратно, согласно специальной схеме, по каплям, лучше использовать пипетку или специальные дозаторы. Принимают ее перед едой утром, натощак. В 30 мл воды растворяют 10 капель настойки, потом держат во рту, не глотая несколько минут. Через 40 минут можно поесть. Также за 40 минут до еды принять таким же образом настойку и вечером. Каждый день увеличивать количество капель на одну, дойдя за 25 дней до 35 капель в день. Потом также постепенно, вновь по одной капле в день в течение 25 дней, дозу снижают до первоначальных 10 капель. После первого курса делают недельный перерыв и начинают по той же схеме второй курс. Начиная с третьего курса принимают капли уже 3 раза в день. После третьего курса и далее перерыв между курсами увеличивают до 10 дней. Обычно требуется не более пяти курсов.

Обычно во время приема настойки улучшаются работоспособность и общее самочувствие. Этот же рецепт можно применять для заживления послеоперационных спаек, восстановления после операций.

В заключение хотелось бы еще раз напомнить, что фармакологические свойства золотого уса до сих пор еще до конца не изучены. Пожалуйста, будьте осторожны — советуйтесь с доктором и прислушивайтесь к своему организму.

БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА

Пока мы здоровы, мысли о необходимости делать вдох-выдох нас не беспокоят. Люди ищут смысл жизни, пытаются удовлетворить честолюбивые желания, добывают в поте лица хлеб насущный, заботятся о создании и сохранении домашнего очага... Мысли о постоянной и неотступной потребности дышать обычно посещают разве что при занятиях подводным плаванием. И вот в жизнь стучится эта страшная болезнь, известная с древнейших времен — и простой глоток свежего воздуха начинает доставаться невероятными усилиями, свободно сделанный вдох приносит несказанное облегчение. Астма мучает людей во всех уголках земного шара, не делая исключений ни для каких сословий и возрастных групп.

Как работает наша дыхательная система

Давайте начнем этот грустный разговор с небольшого экскурса в анатомию. Дыхательная система человека образована из расположенных в грудной полости легких и системы несущих к ним атмосферный воздух особых трубок. В легкие воздух поступает следующим образом: вначале он попадает в носовые ходы, затем перемещается в глотку, минует гортань, и попадает в *трахею*. Трахея делится на два *bronха*, в легких происходит разделение на

многочисленные *бронхиолы*, внутренний диаметр которых не превышает 1 мм. Они, в свою очередь, разделяются на *альвеолярные ходы*, которые, наконец, ведут в *легочные альвеолы*, где газообмен и происходит. В состав стенок альвеол входят коллаген и эластичные волокна, благодаря которым альвеолы способны изменять свой объем. Эпителий (поверхностный слой слизистой оболочки), выстилающий стенки альвеол, всегда влажный. В этом слое влаги поступивший из атмосферы кислород растворяется и проникает сквозь стенку альвеолы в плазму крови, где его подхватывают красные кровяные клетки — эритроциты. Окружающие альвеолы капилляры настолько узки, что эритроциты вынуждены медленно-медленно протискиваться по ним, успевая захватить с собой как можно больше кислорода. Углекислота в это время, наоборот, может совершить обратный путь — из крови в полость альвеол.

На каждом этапе в дыхательной системе воздух подвергается соответствующей *очистке*: во-первых, инородные частички задерживает каемка волосков, окружающая каждую ноздрю; во-вторых в носовых ходах как называемый реснитчатый эпителий выделяет специальную слизь, которая улавливает пробравшиеся через волоски посторонние частички и увлажняет вдыхаемый воздух. Выстилающий трахею эпителий также осуществляет секрецию защитной слизи, которая задерживает частицы пыли и чужеродные микроорганизмы.

Бронхи изнутри выстланы слизистой оболочкой, их стенки укреплены С-образными хрящами, а снаружи находятся под защитой бронхиальных мышц. В случае попадания инородных частиц или токсических соединений в качестве защитной реакции мышечная оболочка сокращается и, таким образом, сужает просвет бронхов.

Когда болезнь перекрывает кислород

При развитии бронхиальной астмы происходит нарушение работы бронхов: в них может начаться изменение тканей, возможны их сужение, закупорка и другие нарушения, серьезно затрудняющие прохождение воздуха. Нарушение в работе слизистой оболочки, ее отеки и утолщения могут привести к уменьшению просвета бронхов, серьезно затруднить прохождение воздуха. Нарушения работы эпителия приводят к нарушению передвижения слизи, в результате она начинает скапливаться, образовывать пробки. Возникают болезненный кашель, чувство катастрофической нехватки воздуха. Если изменения прогрессируют, появляются еще более коварные осложнения, такие как легочная недостаточность, дистрофия миокарда и многие другие.

Современная официальная медицина в настоящий момент определяет рассматриваемую нами в данной главе болезнь следующим образом: *«бронхиальная астма — хроническое воспалительное заболевание дыхательных путей, при котором повышается их чувствительность к многочисленным раздражителям; основным признаком заболевания являются более или менее приступообразные нарушения бронхиальной проводимости, которые клинически выражаются в повторных эпизодах удушья, кашля и хрипов»*.

Несмотря на то, что бронхиальная астма известна с древнейших времен, а сейчас от нее страдают более 300 миллионов человек, точные причины ее возникновения до сих пор не установлены. Можно с уверенностью утверждать, что их несколько, а действуют они всегда в совокупности. В основе болезни лежит воспаление слизистой оболочки бронхов аллергического характера, тесно связанное с нарушениями в работе иммунной системы. Даже если внешне болезнь никак себя не выдает, в глубине бронхов все равно тлеет затаившийся воспалительный процесс.

Обострение заболевания сопровождается типичными симптомами: приступами удушья, свистящим дыханием, непродуктивным (сухим) кашлем, одышкой с особенно затрудненным выдохом.

Лечение с помощью золотого уса

В лечении этого тяжелого заболевания можно условно выделить следующие этапы.

- купирование (снятие) приступа (обычно используют специальные препараты — бронхоспазмолитики);

- профилактика обострения заболевания, поддержание нормальной жизнедеятельности человека. Если при легком течении болезни возможно обойтись использованием нетрадиционных лечебных методов, то при наличии более серьезной формы болезни обходиться без лекарственной терапии просто опасно. При этом очень важно самому больному обладать хотя бы минимальной информацией о своей болезни. *Жизненно необходимо выявить причинно — значимый аллерген и максимально избегать контакта с ним. Самолечение при этом опасном заболевании недопустимо!*

Ниже мы приводим схему комплексного лечения бронхиальной астмы с использованием золотого уса, предложенную известным фитотерапевтом Владимиром Огарковым.

Настойка^[1] золотого уса для лечения бронхиальной астмы

Измельчают 15–20 суставчиков от лианоподобных отростков золотого уса (менее 4 мм в диаметре — 20 шт., более 4 мм — 15 шт.), помещают их в бутылку и заливают 1 л водки, две недели настаивают в темном месте и процеживают. Цвет настойки должен быть сиреневым, во время хранения допустимо появление коричневой окраски.

Настойку принимают 3 раза в день за 1 час до еды. Категорически нельзя запивать и заедать!

На начальных этапах лечения возможно обострение болезни, нужно немного потерпеть и спустя некоторое время наступит заметное улучшение, появятся хороший сон и аппетит.

В комплексе с настойкой каллизии применяют *календуловое масло, чесночный кальцинит и аппликации из глины.*

Для изготовления **календулового масла** слегка подсушенные цветки календулы заливают подогретым до температуры 40 °С (не выше!) льняным маслом в соотношении: на литр масла пол-литровая банка свежих цветков. Месяц настаивают без доступа света, отделяют цветки и отжимают масло, затем тщательно фильтруют.

Принимают по чайной ложке перед сном и закапывают теплое масло утром и на ночь — по 10 капель в каждую ноздрю.

Дополнительно готовят следующий отвар: 1 ст. ложку *просвирника* (на котором уже образовались колечки) и 1 ч. ложку *семян крапивы* заливают 600 мл кипятка, держат на слабом огне 15 минут, укутывают и оставляют на 2 часа, после чего процеживают. Принимают по 100 мл 4 раза в день за полчаса до или через час после еды.

Чесночный кальцинит изготавливают следующим образом. Кипятят 7 деревенских куриных яиц 5 минут, их скорлупу мелко измельчают, предварительно сняв с нее внутреннюю пленку, и заливают соком 7 лимонов, настаивают неделю, потом процеживают через мелкаячеистую сетку и добавляют пол-литра меда; чистят и измельчают в чесночнике 5 головок чеснока. Полученные компоненты перемешивают в стеклянной банке и настаивают еще неделю в темном месте. Принимают в течение месяца строго ежедневно, около 15–16 часов, 4 раза с интервалом 10 мин по чайной ложке.

Глину любого цвета накладывают на грудь лепешкой толщиной 1 см и радиусом 15 см, прикрывают вощеной бумагой и тепло укутывают, сверху можно положить

пуховую подушку. Процедуру проводят через день, глину после каждого использования выбрасывают.

В фитотерапии для лечения бронхиальной астмы также используют *травы, обладающие спазмолитическим, противовоспалительным, отхаркивающим и общеукрепляющим эффектом: багульник, бузину черную, веронику, девясил высокий, крапиву, клевер, солодку, шалфей, фиалку трехцветную, череду.*

Допустимо *кратковременно (!) использовать растения, обладающие сильнодействующим эффектом: белену черную, хвощ полевой, красавку, дурман.*

Хорошо зарекомендовало себя употребление *овощных соков*, особенно следующее народное средство (к сожалению, непригодное для использования детьми): натереть хрен, заполнить им 2 граненых стакана (по 250 мл), из 2–3 лимонов выжать сок и все смешать. Не обращая внимания на слезотечение принимать утром и после обеда по половине чайной ложки, полчаса после приема этой смеси нельзя ничего пить.

В заключение хотелось бы еще и еще раз подчеркнуть, что бронхиальная астма — грозное и коварное заболевание. *Перед началом любых лечебных процедур необходимо проконсультироваться с врачом, ни в коем случае не занимаясь самолечением.*

ЗАБОЛЕВАНИЯ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Немного о самой железе

Щитовидная железа является частью эндокринной системы, роль которой заключается в выработке особых биологически активных веществ — гормонов. Основной задачей гормонов, как и всей эндокринной системы, является сохранение гомеостаза, то есть постоянства как содержания различных веществ в крови, так и в целом

протекающих в организме процессов. Поскольку все железы эндокринной системы неразрывно связаны между собой, даже небольшие нарушения в одной из них мгновенно сказываются на состоянии всего организма.

Располагается щитовидная железа пониже гортани, спереди от трахеи. Ее составляют две доли, соединенные перешейком, то есть по форме она напоминает подкову или бабочку. У большинства людей железу можно прощупать, а у молодых и худых даже увидеть (не следует путать с так называемым адамовым яблоком!). Большая часть клеток щитовидной железы продуцирует тиреоидные гормоны. По количеству атомов йода в их молекулах их называли тироксином и трийодтиронином. Синтез этих гормонов находится под контролем гипоталамо-гипофизарной системы. В крови большинство тиреоидных гормонов пребывает в неактивной форме, они связаны с белком-переносчиком. Другая часть клеток щитовидной железы продуцирует гормон кальцитонин, регулирующий содержание кальция и фосфора в организме, влияющий на развитие костной, мышечной и соединительной тканей, а также на проведение импульсов в нервной и мышечной тканях. В костной ткани это уникальное вещество замедляет работу клеток, разрушающих кость (остеокластов) и активирует деятельность клеток, формирующих кость (остеобластов), способствуя таким образом поддержанию упругости и прочности кости. Надо не забывать о том, что от состояния костной ткани напрямую зависит состояние иммунной системы (ведь в костях зарождаются клетки крови). Сказывается влияние кальцитонина и на нашей внешности: при его нормальной концентрации в крови повышается кальциевая проницаемость клеточных мембран, активизируется выработка коллагена соединительной тканью, а значит, кожа становится эластичной и упругой.

Каковы функции щитовидной железы? Роль щитовидной железы трудно переоценить. С ее участием происходят поддержание метаболизма (обмена веществ) практически во всех клетках, регуляция большинства

процессов в организме — дыхания, пищеварения, сна, движения, работы всех внутренних органов — от сердца до органов репродуктивной системы. Полноценное умственное и физическое развитие невозможно без нормального участия тиреоидных гормонов. Установлено, что с нарушением деятельности щитовидной железы также связано развитие атеросклероза.

Замедляя или ускоряя процессы метаболизма, щитовидная железа влияет на контроль веса тела. Ее гормоны участвуют в синтезе некоторых витаминов, играют важную роль в регуляции водно-солевого баланса, функционировании иммунной системы организма.

К сожалению, по распространенности заболевания щитовидной железы сейчас можно поставить в один ряд с сердечно-сосудистыми заболеваниями и сахарным диабетом. Решающую роль в развитии этих заболеваний играет совокупность как внешних, так и наследственных факторов. Из внешних факторов наиболее значимы дефицит йода в продуктах питания, стресс и перенесенные инфекции. В наших силах позаботиться о нормальном снабжении организма йодом, которым так богаты морепродукты. Важно помнить о том, что хлор, содержащийся в неочищенной водопроводной воде, может обуславливать потери йода в организме. В любом случае, при остром дефиците йода нормальная выработка гормонов щитовидной железы становится невозможной.

Поскольку щитовидная железа участвует в регуляции большинства жизненно важных процессов, то и ее заболевания сказываются на функционировании всех систем организма.

Могут возникнуть резкая потеря веса, постоянная слабость, упадок сил, бессонница, дрожь в руках, плаксивость, поносы, нарушения в репродуктивной сфере. Человек становится очень суевливым, может много и несколько бессвязно говорить.

В норме объем щитовидной железы у женщин — 9-18 мл, у мужчин — 9-25 мл. Его легко установить с помощью ультразвукового исследования (УЗИ). У

здоровых людей этот орган увеличивается в подростковом возрасте, после менопаузы и во время беременности. В других случаях увеличение щитовидной железы называется зобом и является признаком заболевания. Среди болезней щитовидной железы, сопровождающихся формированием зоба, можно назвать *эндемический зоб* (вызывается недостатком йода в пище), *диффузный токсический зоб* (характеризуется повышенной активностью щитовидной железы), *тиреоидит* (зоб *Хашимото*), *аденома щитовидной железы*, *рак щитовидной железы*.

Рассмотрим наиболее часто встречающиеся болезни из перечисленных выше заболеваний щитовидной железы подробнее.

Эндемический зоб

Основной причиной развития болезни является нехватка йода в месте проживания человека. Отсюда и название: «эндемия» означает «местный». Если известно, что в определенной местности не хватает йода, особенно важно следить за питанием детей. Также стоит обратить повышенное внимание на содержание в рационе аскорбиновой кислоты, витаминов группы В, каротина (провитамина А). Их нехватка может существенно осложнить течение болезни.

Диффузный токсический зоб

Раньше это заболевание называли базедовой болезнью или тиреотоксикозом.

Болезнь обычно возникает из-за нарушения регуляции деятельности щитовидной железы со стороны гипоталамо-гипофизарной системы. Такое нарушение может являться *следствием инфекционного заболевания* (менингита, энцефалита, даже гриппа) или *травмы головного мозга*. В случае длительного и тяжелого заболевания развивает *остеопороз* — нарушения в костной ткани, связанные с потерей фосфора и кальция.

Как уже говорилось выше, щитовидная железа ответственна за синтез гормона кальцитонина, отвечающего за обмен в организме кальция и фосфора. При изменении концентрации данного гормона в крови кальций может вымываться из мышечной ткани, а значит потеряет силу и мускулатура сосудов, сердца, кишечника. Резко ухудшается *состояние кожи*: появляются морщины, возможно возникновение дерматита, фурункулеза, экземы. Заболевают *зубы и суставы*, возрастает вероятность переломов. В костях замедляется выработка будущих лимфоцитов... Возникают *сердцебиение и одышка*, меняется характер, человек становится склонен к конфликтам.

Микседема

Выше мы рассмотрели ситуацию, возникающую при повышенной выработке тироксина. Если же щитовидная железа синтезирует его в недостаточном количестве, то развивается *микседема*. Симптомы этой болезни противоположны проявлениям вышеописанного заболевания. Заболевший человек становится медлительным, наблюдается склонность к ожирению, глаза посажены глубоко. Возникают характерные отеки слизистых оболочек и подкожной клетчатки, при надавливании на них пальцем углубление не остается. Из-за отека увеличивается размер языка, речь становится малопонятной.

Если микседемой заболевает ребенок, при отсутствии своевременного лечения он начинает сильно отставать в развитии и навсегда может остаться неполноценным. Поэтому так важно вовремя обратиться к врачу.

Золотой ус против болезней щитовидной железы

В наших северных краях трудно найти человека с абсолютно здоровой щитовидной железой. Всем нам надо заботиться о ее благополучии. Необходимо думать о поступлении в организм йода и кальция в достаточных

количествах. Особенно богаты йодом дары моря (водоросли и рыба).

При лечении заболеваний щитовидной железы применение препаратов золотого уса призвано поддерживать иммунитет на должном уровне. Для этих целей обычно используют спиртовую настойку каллизии. Ниже приведен ее рецепт.

• Спиртовая настойка золотого уса

Суставчики усов каллизии —15–20 шт.
(менее 4 мм в диаметре — 20 шт.; более 4 мм — 15 шт); водка — 1л.

Суставчики измельчить, засыпать в стеклянную емкость и залить водкой. Настаивать в темном месте две недели, затем процедить.

Принимать приготовленную настойку следует каждый день по 20–40 капель (доза подбирается индивидуально), размешав их в 1 ст. ложке воды.

Уже не раз упомянутый нами известный фитотерапевт Владимир Николаевич Огарков приводит следующие рецепты.

1. Рецепты средств, рекомендуемых при увеличении щитовидной железы.

Истолочь деревянной толкушкой *черноплодную рябину с сахаром* в соотношении 1:1, принимать 3 раза в день по чайной ложке при зобе и атеросклерозе.

Натереть на терке *фейхоа* и *лимоны* без косточек в соотношении 1:1, принимать 3 раза в день по столовой ложке за полчаса до еды, добавив по вкусу *сахарный песок*.

Настаивать в 300 мл спирта в темном месте в течение 7 дней стакан измельченных перегородок грецких орехов,

далее настой процедить и принимать по 40 капель 1 раз в день.

2. Рецепты средств, рекомендуемых при угнетении функции щитовидной железы.

Сухой порошок *морской капусты (ламинарии)* залить стаканом кипятка, настаивать до тех пор, пока порошок полностью не разбухнет, затем процедить, измельчить и добавить 10 ядер *грецких орехов*, столовую ложку *чеснока*, затем заправить *льняным маслом*.

Смолоть 300 г ядер *грецкого ореха*, измельчить в порошок 50 г плодов *аниса*, измельчить 50 г сухих *водорослей* (подойдут *фукус* или *ламинария*). Все перемешать, добавить 100 г сваренного на пару и размятого до кашицеобразного состояния *чеснока*. Принимать 3 раза в день по столовой ложке за 20 минут до еды.

ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЗВОНОЧНИКА И СУСТАВОВ

Позвоночник — фундамент нашего тела

По данным Всемирной организации здравоохранения болезни суставов и позвоночника мучают около 40 % людей старше 40 лет. Остеохондроз, деформирующий спондилез, артрозы, артриты — многие знакомы с этими грозными заболеваниями не понаслышке. Давайте попробуем разобраться, почему у нас болят спина и суставы, а главное — чем мы можем им помочь.

Фундамент нашего тела — это позвоночник. Он проходит через все тело и несет на себе голову, плечевой пояс, руки, органы брюшной полости и грудной клетки... Всю жизнь. А еще он заботливо смягчает толчки и сотрясения при ходьбе, беге, прыжках. Позвоночник надежно защищает заключенный в нем спинной мозг.

Перелом позвоночника способен на очень длительное время полностью обездвижить человека.

Спинной мозг расположен внутри позвоночного канала, в межпозвоночные отверстия выходят нервные корешки, формирующие нервные сплетения. Подвижность позвонков обеспечивают межпозвонковые диски (хрящевые прокладки), связки, суставы. Именно с их повреждением связан столь печально известный остеохондроз. Начинается это серьезное и, увы, столь распространенное заболевание с потери межпозвонковым хрящевым диском упругости и эластичности, в дальнейшем происходят разрушение кости и утрата гибкости и эластичности всего хрящевого и связочного аппарата позвоночника. На протяжении всей жизни на наши межпозвонковые диски ложатся огромные нагрузки, их величина во многом зависит от веса тела, от того, какие тяжести человек поднимает или переносит, как он это делает, сколько времени человек проводит в статичной позе.

Как возникает остеохондроз

Межпозвонковый диск представляет собой упругое студенистое образование (ядро) окруженное фиброзным кольцом. В состав ядра входит «генератор упругости», уникальное вещество, умеющее отдавать и поглощать воду — глюкозамингликан. Если возрастает нагрузка на позвоночник, происходит втягивание воды, ядро диска выдерживает давление, если нагрузка уменьшается — вода выбрасывается. Но с возрастом содержание глюкозамингликанов в межпозвонковом диске с каждым прожитым годом падает, диск как бы усыхает, прежних сил противостоять нагрузкам на позвоночник у него уже нет... В конце концов тело диска прогибается и начинает давить на окружающие нервы, мышцы, сосуды, связки. Костная структура позвонков тоже меняется: появляются «шипы». Они, в свою очередь, травмируют окружающие мышцы, которые, напрягаясь, могут вызвать блокаду сегмента. Тогда его нагрузку принимают на себя соседи, и,

не выдержав непосильной ноши, тоже начинают страдать. Так процесс постепенно охватывает весь позвоночник. Упругость снижается, окружающие нервы и сосуды сдавливаются. В них начинаются спастические и воспалительные изменения, а это ведет к нарушению кровообращения мозга и нервной регуляции внутренних органов. И вот, к человеку уже приходят столь обычные симптомы — предупреждения: кружится и болит голова, приходит тянущая боль в шее, камнем висит боль в спине, немеют руки и ноги...

Проявления болезни зависят и от того, какой отдел позвоночника поврежден. Наиболее чувствительны отделы позвоночника, несущие максимальную нагрузку — шейный и поясничный.

При остеохондрозе шейного отдела могут быть головные боли, шум в ушах, скованность плеча или руки, боли, распространяющиеся по задней поверхности шеи. При поражении грудного отдела боли могут отдавать в область сердца (часто больные принимают такие боли за стенокардию). В случае наличия остеохондроза пояснично-крестцового отдела появляются болевые ощущения в пояснице, области спины, таза, в ногах может появиться ощущение холода или онемения. Далеко зашедший остеохондроз может привести к травмированию спинного мозга, тяжелым заболеваниям нервной системы и нарушениям функций внутренних органов.

Медленно, незаметно начинает развиваться и артроз. Выявить причинно-следственные связи очень сложно. В любом суставе сначала без внешних проявлений начать может развиваться артроз. При возникновении болезни человеку грозит ограничение или потеря подвижности. Нельзя выйти из дома, самостоятельно добраться до туалета, перевернуться в постели... Принципиальный выход в традиционной медицине — замена сустава, но искусственный сустав не вечен, к тому же он не может во всех отношениях заменить естественный. Поэтому так важно не допускать развитие болезней, пока еще не поздно.

«Почему это случилось со мной?»

Развитие остеохондроза связано с дефицитом белка коллагена и последующим износом хрящевых поверхностей костей суставов и межпозвонковых дисков.

Известны следующие *причины развития остеохондроза*:

- неблагоприятная наследственность;
- травмы (включая микротравмы);
- плохая осанка;
- перенесенные инфекционные заболевания;
- недостаток движения;
- нарушение работы желез внутренней секреции;
- физические перегрузки или неправильные нагрузки на суставы (в том числе из-за избыточного веса), длительная работа в статической неудобной позе;
- неправильное питание, недостаток минералов и витаминов в рационе;
- нарушения кровообращения, обмена веществ в костях;
- старение.

Основы правильного питания

На вопросах питания хотелось бы остановиться. Ведь без рационального, с лечебной направленностью, питания применение любых лекарственных препаратов, в том числе изготовленных на основе золотого уса, будет неэффективным. К сожалению, привычная пища городского жителя совершенно не удовлетворяет потребности нашего организма. В условиях острого недостатка минеральных веществ эти вещества забираются из костно-суставного аппарата, для обеспечения работы нервной и сердечно-сосудистой

систем. Происходит минеральное истощение костей, что приводит к развитию многих заболеваний.

Для поддержания здоровья нашего позвоночника в организм должно поступать достаточное количество кальция. Как известно, основным его источником на нашем столе служат молочные продукты. При этом следует учесть, что фосфорсодержащие продукты (сосиски, колбасы), газированная вода, сахар препятствуют усвоению кальция. Соль вызывает потерю кальция костной тканью. Необходимо исключить из рациона наваристые бульоны, копчености, жирные колбасы. Придется сократить употребление кофе и чая. Основную часть рациона должны составлять фрукты, овощи, бобовые, злаки, орехи, цельное зерно. Надо учитывать, что из консервных банок, разнообразных упаковок, алюминиевой фольги и посуды в наш организм может попадать алюминий. Откладываясь в костях, он затрудняет регенерацию костных и хрящевых тканей, препятствует усвоению кальция.

Для профилактики недостатка витаминов и поддержки опорно-двигательного аппарата (особенно в зимне-весенний период) хорошо применять *настоя шиповника, рябины, спорыша, листьев березы и смородины.*

Из *пищевых продуктов* особенно полезны апельсины, арбуз, виноград, вишня, голубика, горох, грейпфрут, грецкий орех, груша, дыня, ежевика, земляника, кабачки, калина, капуста, картофель, клюква, крыжовник, лимон, лук, любисток, морковь, овес, огурец, пастернак, петрушка, подсолнечник, помидор, редис, салат, свекла, сельдерей, слива, смородина, топинамбур, фасоль, чеснок, яблоки.

Принципы лечения

Лечение заболеваний опорно-двигательного аппарата обязательно надо проводить комплексно, наступая на болезнь по всем направлениям. *В первую очередь, надо*

усилить иммунную систему организма, особенно на клеточном уровне. Тогда будет возможно восстановление поврежденных структур.

Кроме *золотого уса* можно применять растения, обладающие противовоспалительным эффектом. К таким растениям относятся *ива, осина, таволга, тополь, береза*.

Существенно помочь в лечении болезней опорно-двигательного аппарата могут *продукты пчеловодства* — *прополис, маточное молочко, обножка, цветочная пыльца*.

Необходимо регулярно проводить курсы *массажа*, посещать врача-остеопата, владеющего *мануальной терапией*, врача-ортопеда, регулярно выполнять назначенный ими комплекс упражнений *лечебной физкультуры*. Очень полезно *плавание*, особенно на спине. Благоприятно влияет на состояние больных *посильный физический труд*. Главное — выполнять работу с правильным положением позвоночника.

Посоветовавшись с врачом можно использовать *препараты глюкозамина* — одного из важнейших компонентов соединительной ткани, основным свойством которого является активизация создания входящих в состав хряща веществ.

Затрагивая столь сложную тему, как болезни суставов, нужно еще и еще раз призвать людей не жить по пословице «пока гром не грянет...» и заранее начать заботиться о том, что пока цело. Очень многое зависит от нас самих.

Комплексный подход — позвоночнику поможет золотой ус

Золотой ус обладает потенциалом, достаточным для эффективного воздействия на причины заболеваний позвоночника и суставов и их предотвращение.

Наиболее эффективно в подобных случаях применять ствол растения. Из него изготавливают *спиртовую вытяжку* и *масло*. Приведем рецепты.

• **Спиртовая вытяжка из золотого уса**

Один зрелый горизонтальный побег измельчают, заливают 1 л качественной водки, настаивают 3 дня в темном месте и процеживают. Спиртовая вытяжка готова.

• **Масло на основе золотого уса**

Измельчают 2–3 листка растения и отжимают сок из них и 10-сантиметрового отрезка стебля. Подсушенный жмых заливают 1,5 стаканами оливкового масла. Далее масло настаивают 2–3 недели, процеживают и соединяют с половиной полученного ранее сока. Хранят полученное средство в темном месте.

Этими средствами больные места растирают, периодически смачивая в течение 10 минут. Лучше всего выполнять процедуру ежедневно перед сном.

Один раз в два дня можно делать аппликации с использованием этих же средств. Для этого одним из препаратов обильно смачивают несколько слоев марли и на 10–13 минут накладывают на пораженное место.

Владимир Николаевич Огарков приводит **комплексную методику лечения заболеваний позвоночника и суставов**. Первоочередной задачей он считает очищение организма, нормализацию работы выделительной системы. И лишь после того как работа печени, почек, толстого кишечника, кожи будет восстановлена, можно надеяться на эффективность остальных методов лечения. По свидетельству автора, применяя нижеописанный способ, можно победить даже коксартроз, осложненный ревматоидным полиартритом.

Необходимым условием является растирание больных суставов **настойкой золотого уса**, приготовленной на спирте или крепком самогоне.

• Спиртовая настойка золотого уса

Суставчики усов каллизии — 15–20 шт.
(менее 4 мм в диаметре — 20 шт.; более 4 мм — 15 шт.); водка — 1 л.

Суставчики измельчить, засыпать в стеклянную емкость и залить водкой. Настаивать в темном месте две недели, затем процедить.

Настойка должна быть сиреневого оттенка, при хранении допустимо появление коричневой окраски.

Кроме того, необходимо применять настой сабельника болотного (*Comarum palustre*), гомеопатический препарат дискус фирмы Heel, втирание мази из меда и мумие в сочетании с применением медных пластин, а до приема настоя сабельника следует в течение месяца пить отвар спорыша.

По сведениям Владимира Николаевича, **сабельник болотный** очень хорошо зарекомендовал себя в помощи людям, страдающим от проявлений полиартрита. Для этого используют *спиртовую настойку корней*. Третью трехлитровую банку заполняют измельченными корнями, заливают приготовленное лекарственное сырье хорошей водкой. Надежно закрывают банку плотной полиэтиленовой крышкой, не допускающей испарения. Ежедневно надо встряхивать банку. Точно через 21 день настой фильтруют. Принимают до еды по 1 ст. ложке 3 раза в день, запивают водой. Если положение тяжелое, допускается прием до 30 г 3 раза в день. Можно втирать этот же состав 1–2 раза в день в пораженные места, но лучше использовать для этой цели настойку золотого уса.

В течение курса необходимо выпить от одного до пяти (в тяжелых случаях) литров настойки. Лечение необходимо довести до конца даже в случае видимости выздоровления.

Как уже отмечалось выше, в течение курса лечения выделительная система испытывает повышенную

нагрузку, поэтому возможны заболевания органов системы выделения и детоксикации. Особенно часто обостряются уже имеющиеся заболевания печени и почек. Может подниматься давление. В подобных случаях нужно временно уменьшить дозу приема сабельника. Необходимо соблюдать осторожность, остерегаться простудных заболеваний, нежелателен прием других лекарств, алкогольных напитков. В пищу нельзя употреблять мясо, мясные бульоны, молочные продукты, острые приправы, соленые и кислые продукты.

За месяц до начала лечения, пока готовится настой, можно начинать принимать **отвар спорыша** — по 150 мл 3 раза в день за час до еды. Для его приготовления столовую ложку (с верхом) спорыша кипятят в 0,5 л воды 15 минут на слабом огне.

Для приготовления мази 10 г **мумие** растирают до сметанообразного состояния со столовой ложкой теплой кипяченой воды. Далее смешивают с 200 г распущенного на водяной бане или свежего меда. Перед использованием состав распускают до жидкого состояния, зачерпнув горячей ложкой.

Для проведения процедур используют **медные пластины**. Необходимо подготовить 10 круглых пластин толщиной около 1 мм, диаметром 20–30 мм, изготовленных из чистой меди (можно использовать старинные медные монеты). Далее по кругу, отступив от края 7 мм, просверливают 5–7 отверстий диаметром 1 мм. Непосредственно перед выполнением каждой процедуры проделывают следующее: пластины держат над огнем (газовой плиты или спиртовки) до возникновения зеленоватого ободка у пламени, затем помещают в 10 %-ный раствор соляной кислоты. Остужают, до блеска натирают одну сторону мелкой наждачной бумагой и протирают водкой, спиртом или одеколоном.

Лучше проводить процедуру за час-два до сна. До нанесения мази больной участок растирают настойкой золотого уса. Затем в течение 5 минут сухой рукой делают массаж, накладывают тонкий слой мази из мумие и меда и

проводят щадящий (без нажимов) одноминутный массаж. Потом еще раз смазывают и уже 2 минуты массируют, затем еще раз смазывают и вновь 2 минуты массируют. Обработанный участок равномерно укрывают ватой, закрывают целлофаном, поверх привязывают шерстяную ткань. После этого рекомендуется лечь спать. Если на следующий день не надо выходить из дома, повязку оставляют до вечера, а потом обработанный участок обмывают и вытирают насухо. Если выйти все же необходимо, снимают повязку, больное место обмывают теплой водой и утепляют шерстяной тканью.

ЗОЛОТОЙ УС ПРИ ЛЕЧЕНИИ РАДИКУЛИТА

Радикулит — это болевой синдром, возникающий при какой-либо болезни позвоночника, в том числе остеохондрозе. Боль приходит из-за поражения нервных корешков. Чаще всего встречается хронический пояснично-крестцовый радикулит, острая форма которого называется прострелом (люмбаго).

Оригинальный рецепт лечения от В. Н. Огаркова — *применение лопуха большого (репейника) вместе с настойкой золотого уса.*

• Спиртовая настойка золотого уса

Суставчики усов каллизии — 15–20 шт.
(менее 4 мм в диаметре — 20 шт.; более 4 мм — 15 шт.); водка — 1 л.

Суставчики измельчить, засыпать в стеклянную емкость и залить водкой. Настаивать в темном месте две недели, затем процедить.

Настойка должна быть сиреневого оттенка, при хранении допустимо появление коричневой окраски.

Корни лопуха оказывают обезболивающее, противовоспалительное действие, способствуют восстановлению хрящевой ткани, оптимизируют минеральный обмен.

В сухую погоду осенью или ранней весной собирают корни растений первого года жизни (то есть без цветоносов), руками осторожно очищают их от земли, при этом важно сохранить целостность оболочки корней. Водой промывать нельзя — это может привести к вымыванию важных биологически активных веществ. Сушат собранное сырье в течение 6–8 суток при температуре около 40 °С, если корни крупные, их можно разрезать вдоль. Лекарственные свойства они сохраняют до трех лет. Непосредственно перед употреблением их измельчают до размера горошины.

• Отвар корней лопуха большого

В стакан воды засыпают 20 г (столовую ложку) измельченных корней и кипятят 10 минут в эмалированной посуде на медленном огне. Далее настаивают 30–40 мин, как следует укутав, процеживают и сливают.

Третью полученного отвара используют для компрессов, две трети принимают внутрь по 1 ст. ложке между приемами пищи в течение дня.

Компрессы накладывают на всю ночь. Для этого чистую хлопчатобумажную ткань или марлю смачивают отваром и оборачивают больной сустав в 4–6 слоев. Затем смазывают подсолнечным маслом кальку или компрессную бумагу (не полиэтилен!) и накладывают поверх ткани в один слой, сверху утепляют шерстяной тканью. В случае повторного применения, ткань необходимо тщательно выстирать с мылом и высушить, хотя все же лучше взять новую.

Подобные компрессы помогают избавиться от *подагры, артрита, болей в суставах.*

В случае наличия *пяточной шпоры*, компрессы делают по той же схеме, только вместо ткани используют три пары хлопчатобумажных носков. Их как обычно покрывают промасленной бумагой, а сверху надевают шерстяные. Уже через неделю можно ожидать заметных положительных результатов.

Победим ревматизм

Для лечения ревматизма применяют *отвар корней лопуха большого* (рецепт был приведен выше), только на столовую ложку (с горкой) корней берут уже литр воды и кипятят на слабом огне 15 минут.

Компресс накладывают на все тело. Для этого хлопчатобумажное белье (кальсоны и рубашку с длинными рукавами) смачивают в теплом растворе, и быстро надевают, не дав остыть. Потом укладываются на толстое одеяло из чистой шерсти. Ноги заворачивают порознь и как следует укутываются. Компресс оставляют на два часа. Если ежедневно в течение 14 дней выполнять эту процедуру, можно получить очень хорошие результаты. Биологически активные вещества лопуха будут не только бороться с воспалительными процессами, но и активизируют иммунную систему.

Комплексное лечение ревматизма золотым усом и лопухом (репейником) можно проводить по схеме, описанной ниже.

• Мазь из репейника

Осенью или ранней весной собирают корни репейника первого года жизни (то есть без цветоносов), измельчают, отмеряют 40 г и смешивают с 120 г льняного масла, настаивают 24 часа. Далее 15 минут варят на слабом огне и процеживают.

Лечение лучше проводить перед сном. Больной идет в баню, мазью растирает больные суставы и на полчаса

ложится на полоч, причем в это время большими глотками выпивает стакан теплого отвара корней лопуха. Обычно через 15–20 минут начинается сильное потоотделение, но продолжать париться необходимо до тех пор, пока тело не станет сухим. Для утоления жажды используют чай из веточек вербы с добавлением меда, липы и мяты.

После посещения парной суставы натирают *спиртовой настойкой золотого уса* (рецепт был приведен выше), обкладывают ватой и забинтовывают.

Будьте внимательны!

Кроме вышеперечисленных способов при болезнях опорно-двигательного аппарата применяют методы, в рамках которых используются следующие *лекарственные растения*: береза, брусника, бузина черная, вереск, вероника, донник, ива, крапива, лопух, люцерна, малина, осина, полынь обыкновенная, пырей, таволга вязолистная, татарник, толокнянка, тополь, плоды шиповника (В. Н. Вишнев).

В заключение еще раз хотелось бы отметить — заболевания опорно-двигательного аппарата очень сложные, к их возникновению приводит множество различных причин, поэтому лечение лекарственными травами и наблюдение за ходом болезни обязательно должен проводить врач. Болят суставы, спина — сигнал тревожный. Поначалу боли возникают редко, иногда раз-два в год и не кажутся опасными. Если «поймать» болезнь в начальной стадии, справиться с ней будет гораздо легче, потом помочь будет значительно сложнее....

НАРУЖНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗОЛОТОГО УСА

Лечение ран, укусов, ожогов

У себя на родине, в Мексике, золотой ус издавна славился своими ранозаживляющими свойствами. Местные жители используют его так же, как мы подорожник — разминают пальцами, прикладывают к ранке, и... происходит маленькое чудо. Несмотря на жаркий и влажный климат даже серьезные повреждения заживают быстро и без осложнений. Происходит это благодаря способности каллизии ускорять регенерацию тканей и ее сильно выраженным противовоспалительным свойствам.

В России листья золотого уса тоже используют для лечения наружных повреждений, а также применяют как другие измельченные части растения, так и свежавыжатый сок, спиртовую настойку, мазь и масло на основе золотого уса.

Измельчать листья и усы лучше, растирая их пестиком в фарфоровой ступке, но допустимо просто пропускать их через мясорубку. Полученную кашицу нужно накладывать на синяки, шишки и ушибы (держат около 2-х часов). Для заживления более серьезных повреждений — обморожений, ожогов, нагноений измельченные листья и усы следует выложить на стерильную, сложенную в два раза марлю и прикладывать марлей к коже. Если речь идет о фурункулах и укусах животных, то можно использовать просто хорошо промытые крупные (длиной от 20 см) листья целиком или частями.

Очень эффективен для активизации скорейшего восстановления кожного покрова свежий сок золотого уса. Для его получения кашицу, приготовленную так, как описано выше, необходимо выжать через марлю, а можно просто пропускать свежие листья через соковыжималку.

В случае ушибов травмированные участки можно растирать и маслом или мазью на основе золотого уса, а также спиртовой настойкой каллизии, ею же полезно протирать лицо при угревой сыпи.

Внимание!

Для заживления трофических язв, ожогов, обморожений и открытых ран накладывать листья каллизии можно хотя и ежедневно, но не более чем на 15 часов в день! В противном случае возможно возникновение непредсказуемых аллергических реакций. Если все-таки аллергическая реакция появилась, в дальнейшем следует применять разбавленный кипяченой водой сок. Разводят его в три-пять раз, в зависимости от выраженности возникшего раздражения.

Приведем рецепты препаратов из золотого уса, рекомендуемых для наружного использования.

• Мазь на основе золотого уса

Свежий сок золотого уса — 5 ст. ложек,
крем для основы — 15 ст. ложек.

Сок тщательно смешивают с основой. В качестве основы используют детский крем, вазелин, нутряной барсучий или свиной жир.

• Масло на основе золотого уса

Измельченные усы — 1 стакан, оливковое
(или подсолнечное) масло — 0,5 л.

Усы заливают маслом, томят в духовке при 30–40 °С в течение 8-10 часов, масло процеживают и хранят в холодильнике.

Или применяют другой способ.

Высушенный жмых после отжима листьев и стеблей — 1 стакан, оливковое масло — 250 мл.

Хорошо подсушенный жмых дополнительно измельчают, заливают маслом и настаивают несколько

недель, затем отжимают. Хранят в посуде темного стекла без доступа света.

• Рецепт спиртовой настойки золотого уса, рекомендованный целителем Александром Кородецким

Междоузлия горизонтальных побегов (усов) каллизии — 30–40 шт, качественная водка — 1 л.

Усы измельчают, заливают водкой, настаивают в темноте 10–15 дней, в это время содержимое сосуда регулярно взбалтывают. Настойка должна приобрести темно-сиреневый цвет. Затем ее процеживают и хранят в прохладном месте без доступа света.

Для наружного использования эту настойку применяют при ушибах и остеохондрозе. В различных концентрациях ее назначают и внутрь при туберкулезе, пневмонии, лечении послеоперационных спаек, полипов и других заболеваниях.

• Золотой ус в — «лекарствах красоты»

Если предыдущие главы были посвящены лечению серьезных, зачастую мучительных болезней, то сейчас давайте просто поговорим о красоте. Она ведь тоже неразрывно связана с нашим здоровьем, как душевным, так и телесным.

Без сомнения, благодаря своим удивительным биоактивным веществам золотой ус способен не только вылечить нас, но и помочь прекрасно выглядеть. Его активно используют для ухода за кожей и волосами, на его основе изготавливают кремы и многие другие косметические средства.

Приведем несколько наиболее эффективных рецептов.

• Настой золотого уса для ухода за волосами

Измельченные листья каллизии (или жмых после отжима сока) — 1 ст. ложка, вода — 1 л.

Измельченные листья заливают крутым кипятком, укутывают сосуд и настаивают сутки.

Споласкивают еще влажные тщательно вымытые волосы.

• Крем для увядающей кожи

Сок алоэ — 1 ч. ложка, свежий сок золотого уса — 1 ч. ложка, незасахаренный мед — 1 ч. ложка, оливковое масло — 1 ч. ложка, ланолиновый крем — 75 мл.

Лист алоэ две недели выдерживают на нижней полке холодильника, затем выжимают сок. Ланолиновый крем тщательно смешивают с остальными ингредиентами. Крем хранят в холодильнике. Наносят перед сном легкими движениями по массажным линиям на 5-10 минут. Потом осторожно промокнуть бумажной салфеткой.

• Крем для рук

Питательный крем для рук — 75 мл, свежий сок золотого уса — 1 ч. ложка, масляный раствор витамина А — 1 ч. ложка, оливковое масло — 1 ч. ложка.

Все составляющие тщательно смешивают, наносят тонким слоем на руки перед сном.

• Тоник для сухой кожи

Измельченные листья золотого уса — 1 ст. ложка, свежая растертая земляника — 2 ст. ложки; глицерин — 0,5 ч. ложки, кипяченая вода — 250 мл.

Кашицу из земляники и листьев золотого уса размешивают в воде, процеживают, добавляют глицерин. Протирают лицо утром и вечером. Хранят тоник в холодильнике.

• Маска для увядающей кожи

Огурец средних размеров — 1 шт., сок золотого уса — 2 ч. ложки.

Огурец натирают на крупной терке, добавляют сок каллизии, тщательно размешивают, накладывают на сложенную в несколько слоев марлю и прикладывают к лицу на 20 минут.

• Увлажняющая маска для нормальной кожи

Некрупное яблоко сладких сортов — 1 шт., сок каллизи — 1 ч. ложка.

Яблоко натирают на мелкой терке и смешивают с соком каллизии. Перед сном лицо тщательно очищают, наносят на кожу под глазами питательный крем, на лоб и щеки — полученную смесь. Держат 15–20 минут. Маска оказывает увлажняющее и питательное действие, применяют ее 2 раза в неделю.

• Лосьон для кожи любого типа

Сухая измельченная трава чистотела, крапивы, петрушки — по 1 ст. ложке, тертый огурец — 1 ст. ложка; растертая дыня — 1 ст. ложка; белое вино — 250 мл; лимонный сок — 1 ст. ложка, глицерин — 1 ст. ложка, сок золотого уса — 1 ст. ложка.

Чистотел, крапиву, петрушку, дыню и огурец смешивают, заливают вином и настаивают 8 дней в темном месте. Процеживают, добавляют глицерин, сок

лимона и золотого уса. Хранят в темном прохладном месте.

• Омолаживающий компресс

Измельченные листья крапивы — 2 ч. ложки, измельченные листья одуванчика — 2 ч. ложки, измельченные листья мяты — 2 ч. ложки; сок золотого уса — 1 ст. ложка; вода — 500 мл. Травы можно использовать как свежие, так и сухие.

Заливают смесь трав кипящей водой, вливают сок золотого уса и настаивают, предварительно укутав, 40 минут (при необходимости используют термос). Затем слегка остужают, пропитывают сложенную в несколько слоев хлопчатобумажную ткань, немного ее отжимают и накладывают на лицо и держат в течение 10 минут. После этого компресс делают повторно, но ткань пропитывают уже прохладным отваром трав.

• Тонизирующий крем

Любой питательный жирный крем — 15 г, биостимулированный сок алоэ — 10 г, сок золотого уса — 10 г, оливковое масло — 0,5 ч. ложки.

Для получения биостимулированного сока листья алоэ 14 дней выдерживают в полиэтиленовом пакете на нижней полке холодильника. Далее из них выжимают сок, соединяют его с соком каллизии, добавляют оливковое масло и тщательно смешивают с кремом. Хранят на нижней полке холодильника. На лицо наносят на 30 минут, тщательно смывают теплой водой и протирают кожу тоником.

• Питательная маска для любой кожи

Масло шиповника или облепихи — 3 ст. ложки, желток — 1 шт., витамин А — 12 капель, мед — 1 ч. ложка, сок золотого уса — 1 ч. ложка.

Желток тщательно растирают с маслом шиповника и медом, добавляют по каплям витамин А и сок золотого уса. Лицо тщательно очищают. Маску наносят на 15 минут, смывают теплой водой. После этого в течение 5 минут держат на лице сложенную в несколько слоев увлажненную марлю. В заключение смазывают кожу любым подходящим питательным кремом.

• Тонизирующая маска

Размолотые овсяные хлопья — 2 ст. ложки, яблочный уксус — 1 ст. ложки, мед — 1 ч. ложка, лимонный сок — 0,5 ч. ложки, сок каллизии — 0,5 ч. ложки.

В хлопья добавляют яблочный уксус, сок лимона и золотого уса, смешивают. Полученную кашицу наносят на лицо. Держат в течение 20 минут. Смывают прохладной водой.

• Ванна бодрости

Морская соль — 2 горсти, сок каллизии — 8 ст. ложек.

В теплую ванну высыпают соль, добавляют сок каллизии и тщательно размешивают. Продолжительность приема ванны — около 20 минут.

Глава 6

ОСТОРОЖНО — БИОАКТИВНЫЕ ВЕЩЕСТВА!

Золотой ус — на сегодняшний день недостаточно детально изученное растение, способное оказывать на организм очень мощное воздействие. Поэтому так важно использовать препараты, полученные на основе золотого уса, только под контролем врача, строго придерживаясь предписанных дозировок и учитывая срок годности. Недаром автор многочисленных методик применения золотого уса не устает повторять слова великого Парацельса: «Все есть лекарство и яд, только доза определяет и то и другое».

После столь грозного вступления приведу возможные последствия неконтролируемого приема золотого уса. С этими последствиями периодически сталкиваются в своей практике В. Н. Огарков и другие опытные целители.

Особенной осторожности требует использование препаратов, полученных с использованием ствола растения. Например, при приеме 50-100 г отвара одного-двух предварительно измельченных суставчиков ствола на 0,5 л воды в первое время может подняться общий тонус, улучшиться самочувствие, по всему телу пройдет приятное тепло... Но лишь спустя неделю даст о себе знать передозировка. Может начать болеть голова, отекает горло, увеличиться щитовидная железа, начнутся нарушения работы голосовых связок, ухудшится общее самочувствие. Система выделения перестает справляться с выведением избытка введенных в организм биоактивных веществ, и тогда начинает страдать кожа. В области живота начинается зуд, а затем может развиваться и мокнущая экзема.

В случае передозировки необходимо безотлагательно начать принимать сорбирующие препараты, желательно

энтеросгель и гомеопатические средства сульфодерм и нормогаст.

Поэтому препараты, полученные из ствола золотого уса, используют только наружно, например спиртовую вытяжку (4–6 суставчиков на 0,5 л крепкого самогона или 70°спирта) применяют для растирания при остеохондрозе или болях в суставах.

Вероятно возникновение сильных аллергических реакций спустя несколько дней во время заживления трофических язв при прикладывании листьев растения на открытые раны большой площади. В этом случае рекомендуется использовать разведенный (в соотношении 1:3 или 1:5) кипяченой водой сок усов.

Необходимо учесть, что *с использованием препаратов золотого уса несовместимы:*

- употребление спиртных напитков;
- курение;
- бесконтрольное применение других лекарственных методик;
- употребление в большом количестве овощных и фруктовых соков;
- голодание.

Во время лечения нужно употреблять преимущественно морепродукты, сыр, орехи (не арахис!), пророщенное зерно, отдавать предпочтение сырым овощам, кашам, морковному и свекольному сокам. При приготовлении пищи надо стараться использовать растительное масло.

Внимательно отнеситесь к данным рекомендациям — только в этом случае можно ожидать выраженного лечебного эффекта.

Глава 7

КАК ВЫРАСТИТЬ «ДОМАШНИЙ ЖЕНЬШЕНЬ»

Необходимо приложить любовь, силы, заботу и знания для того, чтобы ваш зеленый друг приобрел максимум целительных сил.

УСЛОВИЯ ВЫРАЩИВАНИЯ

С декоративной точки зрения золотой ус используют как ампельное и почвопокровное растение. Размещать его лучше на окнах, выходящих на запад и восток. Лучше всего выращивать каллизию в крупных керамических вазах. Грунт может состоять из равных долей дерновой земли и парникового перегноя и должен содержать не менее 30 % крупного речного песка. В качестве дренажа можно использовать скорлупу от сырых куриных яиц. В целом растение неприхотливое, но любит свет и тепло. Хотя растение теневыносливое, для цветения его необходимо помещать в светлое место. В любом случае, необходимо избегать прямых солнечных лучей. Зимой надо поддерживать температуру в пределах 16–18 °С (не ниже 12 °С!). Так как стебель у каллизии слабый, лучше установить опору. Летом хорошо выносить растение на балкон, но оберегать от воздействия прямых

РАЗМНОЖЕНИЕ

Золотой ус легко размножается отростками (усами) и отводками — их ставят в воду или помещают во влажный песок и дожидаются появления корней. При этом усы лучше срезать тогда, когда они уже выросли хотя бы на 10 суставчиков, срезать рекомендуется на два суставчика ниже метелочки. Именно в этот, самый ранний, период жизни растения происходит закладка его целительных свойств. Отростки требуют повышенного внимания, необходимо, чтобы вода всегда была свежей, а растение было достаточно освещено рассеянным солнечным светом. После этого растение пересаживают в горшок с землей.

Золотой ус можно размножать и черенками. Для этого побеги разрезают на части длиной 10–15 см и рассаживают по горшкам, группами по несколько штук. В качестве субстрата для посадки можно использовать смесь из равных долей песка, компостной и перегнойной земли. При температуре 10–20 °С за несколько дней черенки укореняются и через один-два месяца готовы к окончательной посадки.

Размножать золотой ус можно в течение всего года, но наиболее благоприятное время — март и апрель. На формирование нового растения обычно уходит менее года.

НЕОБХОДИМЫЙ УХОД

Основными элементами ухода являются регулярное опрыскивание, полив и подкормка.

Полив должен быть умеренным, особенно в зимний период, но при этом нельзя допускать пересыхания земляного кома (иначе растение может сбросить листья).

Полезны для каллизии полив молочной водой (четверть стакана молока на 1 л воды) и протирка листочков тампоном, смоченным в молоке. Раз в 7-10 дней

растение можно подкормить каким-либо комплексным минеральным удобрением с микроэлементами.

Одним из признаков неправильного ухода может являться побурение кончиков листьев. Это свидетельствует об избытке прямого солнечного света, слишком частом поливе или неправильном питании растения, в последнем случае следует проводить регулярные (каждые две недели) подкормки каким-либо видом комплексных удобрений. С другой стороны, при недостатке солнечного света в растении не вырабатываются целебные вещества, вызывающие специфическую фиолетовую окраску. Можно отметить, что в целом яркость окраски листьев зависит от интенсивности освещения.

Для поддержания декоративных свойств по мере роста каллизия нуждается в обрезке. По мере роста нижняя часть стебля каллизии оголяется, поэтому для поддержания декоративных свойств ее целесообразно не пересаживать, а возобновлять из черенков.

Лечебные свойства отмечаются у растений, на лианоподобных отростках которых образуется как минимум 9 суставчиков, которые приобретают коричневато-лиловый оттенок.

При выращивании вашего «зеленого доктора» необходимо учитывать, что домашние животные тоже его очень любят и, если владельцы зазеваются, могут целиком его съесть.

При соблюдении приведенных выше правил можно рассчитывать на получение здорового растения, которое поделится с вами своей лечебной силой.

Заключение

Вот и закончена еще одна книга о золотом усе и его удивительной целительной силе. А сколько еще своих тайн он оставил нераскрытыми? Кто знает, может быть, некоторые из них суждено разгадать именно вам? Напоследок хотелось бы еще и еще раз напомнить о том, что свойства этого удивительного растения до сих пор полностью не известны. Мощнейший комплекс таящихся в нем биоактивных веществ требует при применении соблюдения крайней осторожности.

А в заключение хотелось бы добавить немного о наших болезнях. Казалось бы, современный уровень медицины способен творить чудеса, избавлять человека от множества заболеваний, позволяет побеждать серьезнейшие недуги, за последнее столетие среди лекарств произошла настоящая революция... К сожалению, все не так просто. Вопрос о том, как сохранить здоровье, молодость, красоту, радость жизни, встает перед современным человеком все острее. С каждым годом появляются все новые, неизвестные раньше болезни. Становится все сложнее и сложнее найти здорового человека даже среди молодых. Люди годами безуспешно бегают по врачам, лекарства не помогают... Постепенно мы осознаем, что наша наука отнюдь не всесильна, начинаем искать все новые и новые пути к выздоровлению. Медленно приходит понимание того, что нельзя надеяться только на себя и окружающих, что без помощи свыше исцеление невозможно. Как важно во время болезни не утратить Веру, правильно обратиться за помощью. Самое важное для исцеления — не допустить отчаянья и уныния, сохранить в себе истинную Веру.

Список литературы

1. *Артемова А.* Комнатные растения исцеляющие и омолаживающие — СПб.: «ДИЛЯ», 2001.
2. *Балицкий К. П., Воронцова А. Л., Карпухина А. М.* Лекарственные растения в терапии злокачественных опухолей. — Киев: Здоровье, 1966.
3. *Гаммерман А. Ф.* Курс фармакогнозии. — Л.: Медицина, 1967.
4. *Горбунова Т. А.* Атлас лекарственных растений. — М.: Аргументы и факты, 1995.
5. *Дворянинова К. Ф.* Декоративные комнатные растения. — Кишинев: Картя Молдовеняска, 1982.
6. *Замятина Н. Г.* Лекарственные растения. — М.: АБФ, 1998.
7. *Йорданов Д., Николов П., Бойчанов А.* Фитотерапия. — София: Медицина и физкультура, 1973.
8. *Лагерь А. А.* Фитотерапия заболеваний внутренних органов. — Красноярск: Изд-во Красноярского унта, 1985.
9. *Лагерь А. А.* Фитотерапия. — Красноярск: Изд-во Краснояр. ун-та, 1988.
10. *Муравьева Д. А.* Тропические и субтропические лекарственные растения. — М.: Медицина, 1983.
11. *Насиров С. Х.* Фармакология растительных веществ. — Ташкент: Фан, 1973.
12. *Пашинский В. Г.* Растения в терапии и профилактике болезней. — Томск; Изд-во Томского ун-та, 1989.
13. *Приходько С. Н.* Лечебница на подоконнике. — Киев: Наумова думка, 1968.
14. *Соколов С.Я., Замотаев И. П.* Справочник по лекарственным растениям. — М.: Медицина, 1984.

15. *Соколова Н. С.* и др. Дикорастущие и культурные растения в народной медицине: лечение травами, рецепты приготовления отваров и настоев из трав. — М.: Кооператив «ВУЗ» совместно с ММА, 1990.

16. *Телятьев В. В.* Лекарственные растения Восточной Сибири. — Иркутск: Вост. — Сиб. кн. изд., 1971.

17. *Хессайон Д. Г.* Все о комнатных растениях. — М.: Кладезь-букс, 2001.

18. *Кородецкий А.* Новые тайны золотого уса. — СПб.: Питер, 2004.

19. *Кородецкий А.* Золотой ус против ста болезней. — СПб.: Питер, 2004.

20. *Кочегина А. А.* Изучение вегетативного размножения и химического состава каллизии душистой (*Callisia fragrans*). Lingl. Woodson о комнатной культуре: Герценовские чтения. СПб.: РГПУ им. А. И. Герцена, 2004.

21. *Полевая М. А.* Золотой ус, или Домашний женьшень. — СПб.: ИД «ВЕСЬ», 2004.

22. *Огарков В. Н.* Золотой ус в лечении болезней века. — СПб.: ИД «ВЕСЬ», 2004.

23. *Огарков В. Н.* Все о золотом усе. — М.: ООО «АСС-Центр», 2004.

23. *Семенова Л. В.* Каллизия — выращивание и использование.

* * *

Иван Павлович Неумывакин

**ЗОЛОТОЙ УС
МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ**

Ответственный за выпуск	<i>С. С. Раимов</i>
Ведущий редактор	<i>О. В. Катанугина</i>
Художественный редактор	<i>И. Н. Фатуллаев</i>
Корректор	<i>Л. Г. Алёшичева</i>
Верстка	<i>М. В. Вдовин</i>

ИД № 06073 от 19.10.2001.

Подписано в печать 15.09.2004. Гарнитура Petersburg.
Формат 84×108¹/₃₂. Усл. печ. л. 18,48. Печать офсетная.
Доп. тираж 30 000 экз. Заказ № 818.

ООО «Издательство «ДИЛЯ»
191186, Санкт-Петербург, ул. Казанская, 15.

Отпечатано с готовых фотоформ в ФГУП ИПК «Лениздат»
Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям
Министерства культуры и массовых коммуникаций
Российской Федерации.
191023, Санкт-Петербург, наб. р. Фонтанки, 59.

notes

Примечания

Фитотерапевт *Кородецкий* предлагает использовать следующее соотношение: 45 междоузлий на 1,5 л водки; настаивают, регулярно взбалтывая 10 дней, принимают по десертной ложке за 45 минут до еды 3 раза в день.