

И. П. НЕУМЫВАКИН

ЧИСТОТЕЛ

МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ

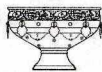




И. П. Неумывакин

ЧИСТОТЕЛ

МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ



Москва — Санкт-Петербург
«ДИЛЯ»

ББК 42.143

НЗ8

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

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

Неумывакин И. П.

НЗ8 Чистотел. Мифы и реальность. — СПб.: «Издательство «ДИЛЯ», 2009. — 128 с.

ISBN 978-5-88503-315-2

Издавна применяемый народной медициной, чистотел способен помочь даже в случае тяжелых заболеваний. В своей новой книге профессор И. П. Неумывакин рассказывает о многовековых традициях лечебного использования растения, способах его употребления, а главное — о необходимости очищения организма в целом и важности соблюдения правильного образа жизни, что служит верным залогом успеха любого лечения, в том числе и с использованием лекарственных растений.

Для широкого круга читателей.

© Неумывакин И. П., 2009

© «ДИЛЯ», 2009

© Оформление «Издательство «ДИЛЯ», 2009

ISBN 978-5-88503-315-2

СУПЕРЛАБОРАТОРИЯ ЖИЗНИ

Сегодняшний цивилизованный мир — явление парадоксальное. С одной стороны — это невероятные, неподдающиеся рядовому уму достижения в области высоких технологий, с другой — не менее невероятная немощь и неадекватность человека как биологического существа по отношению к окружающему. Мы не только не приблизились к познанию сущности явления жизни, процесса жизни, а можно сказать, наоборот, повернули в противоположную сторону. Стали в этой жизни незадачливыми пользователями, существами, живущими в своем теле, управляющими насущные свои потребности, но абсолютно не представляющими, что, как и почему в нем работает, какие «батарейки» выбрать и как их правильно заменить, когда иссякает энергия, каков у нашего организма «гарантийный срок» и что делать, если произошла неожиданная «поломка устройства».

Конечно, в случае поломки тысячи «гарантийных» или «ремонтных мастерских» предложат вам свои услуги — это врачи всех мастей и фармацевтические производители. Но вот вам задача. В вашем «Фольксвагене» полетела коробка передач. Пойдете ли вы ремонтировать его в сервисной службе «Мерседеса»? Ответ очевиден. Вы обратитесь к производителю. Скажу еще раз — к *производителю*! То есть к тому, кто знает все нюансы устройства вашего автомобиля, к тому, у кого есть запчасти именно для «Фольксвагена». Тогда почему же в случае «поломки» в вашем организме, вы не спешите к Природе, породившей вас, не обращаетесь к Создателю своему, а идете в аптеку за синтетическим лекарством?

ББК 42.143

Н38

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

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

Неумывакин И. П.

Н38 Чистотел. Мифы и реальность. — СПб.: «Издательство «ДИЛЯ», 2009. — 128 с.

ISBN 978-5-88503-315-2

Издавна применяемый народной медициной, чистотел способен помочь даже в случае тяжелых заболеваний. В своей новой книге профессор И. П. Неумывакин рассказывает о многовековых традициях лечебного использования растения, способах его употребления, а главное — о необходимости очищения организма в целом и важности соблюдения правильного образа жизни, что служит верным залогом успеха любого лечения, в том числе и с использованием лекарственных растений.

Для широкого круга читателей.

© Неумывакин И. П., 2009

© «ДИЛЯ», 2009

© Оформление «Издательство «ДИЛЯ», 2009

ISBN 978-5-88503-315-2

СУПЕРЛАБОРАТОРИЯ ЖИЗНИ

Сегодняшний цивилизованный мир — явление парадоксальное. С одной стороны — это невероятные, неподдающиеся рядовому уму достижения в области высоких технологий, с другой — не менее невероятная немощь и неадекватность человека как биологического существа по отношению к окружающему. Мы не только не приблизились к познанию сущности явления жизни, процесса жизни, а можно сказать, наоборот, повернули в противоположную сторону. Стали в этой жизни незадачливыми пользователями, существами, живущими в своем теле, управляющими насущные свои потребности, но абсолютно не представляющими, что, как и почему в нем работает, какие «батарейки» выбрать и как их правильно заменить, когда иссякает энергия, каков у нашего организма «гарантийный срок» и что делать, если произошла неожиданная «поломка устройства».

Конечно, в случае поломки тысячи «гарантийных» или «ремонтных мастерских» предложат вам свои услуги — это врачи всех мастей и фармацевтические производители. Но вот вам задача. В вашем «Фольксвагене» полетела коробка передач. Пойдете ли вы ремонтировать его в сервисной службе «Мерседеса»? Ответ очевиден. Вы обратитесь к производителю. Скажу еще раз — к *производителю*! То есть к тому, кто знает все нюансы устройства вашего автомобиля, к тому, у кого есть запчасти именно для «Фольксвагена». Тогда почему же в случае «поломки» в вашем организме, вы не спешите к Природе, породившей вас, не обращаетесь к Создателю своему, а идете в аптеку за синтетическим лекарством?

Я уже неоднократно писал в своих книгах, что главная проблема нашего времени — нарушение гармонии макро- и микрокосмоса. Именно здесь лежат первоисточки нарушений в организме, которые, в конце концов, приводят к «поломке» — заболеванию, независимо от его характера (этиопатогенеза). И даже если больного, по понятиям официальной медицины, «вылечили», устранив внешние проявления заболевания — симптомы, то оставшиеся в организме причины готовят новые сюрпризы, один коварнее другого. И уже не только для людей в пожилом, а и во все более молодом возрасте жизнь превращается не в радость, а в хождение по мукам с торбой «неизлечимых» заболеваний, которые ложатся тяжелым бременем на близких, окружающих, государство. И что же — выхода нет? Да нет, выход есть, и чем раньше каждый будет его знать и, главное, что-то делать, тем меньше будет у всех проблем со здоровьем.

Человек по отношению ко Вселенной — песчинка, а по отношению к тем же микробам, населяющим наш организм, — макрокосмос. И причина разлада с окружающим нас миром находится внутри нас, поэтому выздоровление на всех уровнях надо начинать с самих себя.

Взять, например, качество воды, влияющее не только на наше здоровье, но и генотип человеческой популяции. Не надо никого убивать — просто пусть люди пьют воду, которая течет из крана. Своими «техногенными» достижениями мы довели Россию, богатейшую по своим водным ресурсам страну, до того, что более 70 регионов пользуются некондиционной водой, а в ближайшее время ни в одном проекте природопользования никаких положительных мер не предусматривается. Наоборот, постоянное ухудшение экологической обстановки бактериальными, химическими и другими загрязнениями вынуждает использовать для обеззараживания воды хлор. Однако при употреблении такой воды, в том числе и кипяченой, в организме образуется производное хлора — диоксин, который, накапливаясь, как раз и нарушает иммунную, эн-

докринную, репродуктивную и другие функции. И это не говоря о том, что вода еще и ржавая.

О загрязнении окружающей среды сегодня говорят все, а вот об эндоэкологическом аспекте — состоянии организма почему-то забывают. Между тем, что есть болезнь? Это образ жизни, при котором нарушена гармония между внутренним состоянием и внешними факторами, это когда дают сбой три «С» — самодисциплина, саморегуляция и самолечение. Оказывается, искусственного вмешательства, будь то лекарственное средство или использование других методов лечения, можно избежать, ибо человек как саморегулирующаяся система может сам навести у себя порядок, главное не мешать.

Главное при лечении любого заболевания, независимо от его характера, — эндоэкологическое очищение организма.

Например, физиологический показатель зашлакованности печени у детей до 5 лет не должен превышать 2–3%, у детей 5–12 лет — 5–6%, у взрослых — 8–12%. Однако у всех обратившихся к нам, по данным биолокации, зашлакованность печени была значительно больше — у детей 40–45%, у взрослых до 50–55%. О чем это говорит? Это говорит о том, что когда отработанная в тканях организма жидкость доставляется в печень, то очищается она лишь на 50–75%. Таким образом ваши клетки живут и работают в невыносимых условиях, задыхаясь от токсических продуктов. И пока вы не восстановите, не очистите внутреннюю, эндоэкологическую, среду, излечить вас нельзя.

До сих пор, например, нам твердят об опасности избыточного холестерина, что связывают с атеросклерозом, инфарктом, инсультом, преждевременным старением и т. п. Однако еще в начале своей научной деятельности Е. Чазов доказал, что дело здесь не в холестерине, а в образе жизни. Ведь без холестерина не может жить ни одна клетка. Получаете вы его или нет — организм сам должен его вырабатывать. Недавно появилась новая, гомоцистеиновая, теория возникновения атеросклеротического

процесса (Мак-Калли, США). Гомоцистеин — это аминокислота, содержащая атом серы. Под действием ферментов и витаминов в организме она превращается в метионин — незаменимую аминокислоту, необходимую для синтеза белка и образования стромы, своего рода перемычек в мышечных волокнах, что помогает им сокращаться, для формирования коллагена — волокнистого каркаса костей. Вместе с тем для синтеза гомоцистеина необходим комплекс витаминов группы В, особенно фолиевая кислота. Однако при смешанном питании, свойственном всем людям, и при нарушении мембранного и полостного пищеварения (А. Уголев) витамины этой группы в желудочно-кишечном тракте не вырабатываются. Обратите внимание, получается, что именно это и есть первичное звено возникновения атеросклероза, а вторжение в «рыхлую» мышечную ткань и остеопорозную кость жировых вкраплений — уже только вторичное. Оказывается, дело не в том, сколько вы едите мяса, молочных продуктов, а в плохой работе кишечника, печени, что нарушает механизм образования основы различных соединительнотканых структур (А. Алексеев).

Основной бедой медицины является переоценка собственных возможностей и недооценка защитных сил организма. Больного с помощью врача научили расслабляться, у него развилась направленность не на здоровье, а на болезнь. Несмотря на тысячи разновидностей болезней, протекают практически все они однотипно: реакция организма, боль, воспаление. Соответственно строится и схема лечения, независимо от характера заболевания — противовоспалительное, обезболивающее, общеукрепляющее средство, операция, при онкологических заболеваниях добавляется химио- и радиотерапия. Спрашивается, неужели врачу надо было учиться семь лет, чтобы все лечение сводить к некоему стандарту (здесь, конечно, не имеются в виду случаи, требующие срочной хирургической или реанимационной помощи, а также использование лекарственных средств при острых состояниях)?

Все очень просто: больные — это обеспечение работой громадной индустрии здравоохранения, техники, фармацевции, то есть рынка, который за счет больных живет — чем их больше, тем «эффективнее» работает система. Выходит, что здоровый человек медицине не нужен, врачу платят не за вылеченного больного, а за их количество. Создалась парадоксальная ситуация: чем меньше больных, тем меньше зарплата и меньше врачей в штатном расписании. Мы всегда гордились, что в нашей стране врачей больше, чем в любой стране мира. А что из-за их «профессиональной» гордости страдают люди, которым врачи не могут и не умеют помочь, во внимание не принималось.

Разумеется, сводить все к тому, что медицина виновата в том, что у нас много больных и умирает людей больше, чем рождается, было бы абсурдным. Наше здоровье — это комплекс факторов, где социальная среда и условия жизни составляют 55–60%, еще 35–40% зависит от самого человека и только за 10% отвечает медицина.

Немаловажной причиной кризиса в медицине является тот факт, что она продолжает рассматривать человека как линейную систему, набор простых составляющих, раскладывая их на отдельные направления: кардиологию, пульмонологию, гастроэнтерологию и т. п. Человеческий же организм, так же как и другие живые организмы, — это система нелинейная и представляет собой единое целое, где все взаимосвязано. И медицина, которая лечит отдельный орган, уходит в прошлое. Появилась новая наука — синергетика, изучающая сложные системы в их взаимосвязи и рассматривающая человека не как сумму его частиц, а как нечто большее, объемное, голографическое понятие, где физическое и психическое слито воедино и одно зависит от другого. Что же делать в случае заболевания? При разрушении какой-либо системы на смену ей в качестве альтернативы приходит более жизнеспособная, которая вбирает в себя все лучшее, что уже создано, и несет позитивные начала.

Только нужно помнить, что все мы смертны и каждому судьбой определен жизненный путь, который зависит

от множества факторов: здоровья родителей, желанности вашего появления на свет, воспитания вас как личности, предоставления условий для самореализации, отношения к своему духовному и физическому состоянию и т. п. Конечно, здоровью будет способствовать восстановление социальной справедливости, экономического процветания, общей культуры. Все остальное является вторичным. Однако в любом случае вы должны быть грамотными в отношении своего здоровья и не рассчитывать, что кто-то за вас что-то будет делать (здесь не имеются в виду неотложные состояния). Ведь многие из нас не задумываются о тех последствиях, которые связаны с различными извращениями нашей жизни: алкоголь, курение, наркотики, «легкая жизнь», лишенная нравственных начал, и т. д. Конечно, когда государство совершает революцию, сея хаос и разрушение, когда все хорошие ростки уничтожаются, а взамен ничего нового, прогрессивного не предлагается, такому обществу не позавидуешь. Махровым цветом в стране цветет преступность, наркомания, алкоголизм, проституция. В стране умирает больше, чем рождается, а родившиеся уже больны. Богатейшая в мире, занимающая 1/6 часть Земли страна, в которой находится 40% всех природных богатств и проживает 3% населения земного шара, доведена до кризисного состояния на всех уровнях: нравственном, социальном, экономическом, правовом, экологическом и многих других. А ведь по «буржуазным» меркам мы должны жить, как арабские шейхи.

Народные целители пытаются возродить издревле существовавший в России подход к лечению — сначала исцеляют душу, потом тело, ибо в единстве духовного и физического лежит путь к выздоровлению каждого из нас и общества в целом.

Одним из лечебных средств, широко применяемым народными целителями, являются растения, сила которых обусловлена не просто набором полезных веществ в них, но и их биоэнергетической структурой, информацией о жизни из самого сердца Земли.

Как известно, сведения об использовании растений в питании и для лечения самых разнообразных болезненных состояний можно встретить уже в самых ранних памятниках письменности человеческой культуры.

Сами названия многих растений отражают многовековой опыт применения человеком этих изумительных даров природы. Так, в Беловежской пуще произрастает зубровка южная, названная так потому, что она охотно поедается зубрами из-за сходства запаха травы с характерным мускусным запахом зубра. Известные всем колокольчики получили свое название за поразительное сходство венчика цветка с древнейшим музыкальным инструментом — колокольчиком. Недотрога обыкновенная названа так потому, что после созревания плоды растения раскрываются и выбрасывают семена при малейшем прикосновении к ним. Листья иван-чая издавна служили русским людям для приготовления суррогата чая и раньше были больше известны как «копорский чай» — по названию села Копорье под Петербургом, где его заготавливали в большом количестве. А вот русское название чистотела связано с применением в народной медицине сока этого растения при кожных заболеваниях. Именуют чистотел и «бородавником», потому что его соком выводят бородавки, а «желтым молочаем» называют из-за того, что все растение содержит млечный сок яркого желтого цвета.

Именно о чистотеле, растении в своем роде уникальном, хочется мне рассказать в этой книге.

ЛЕКАРСТВО ПОД НОГАМИ

Чистотел часто выпалывают как сорняк. Поразительно мы, люди, устроены! Тратим деньги и нервы на поиски дорогостоящих лекарств, а о великой целительной силе Природы забываем или вспоминаем слишком поздно. Пока мы молоды и энергичны, нам не до целебных трав, жизнь полна забот, проблем и суеты. На природу выезжаем для отдыха с костром, шашлыком и т. д. Цветы покупаем на рынке... Мы привыкли пользоваться только искусственными лекарствами и знаем, в основном, только препараты, о которых твердят в рекламах. А ведь в основе каждой болезни лежит ее причина, которую не устранил никакое лекарство! Можно снять боль и парацетамолом. Панадол, колдрекс нанесут по ней «двойной удар». Но чем ответит болезнь? Можно вообще удалить больной орган, а завтра придется удалять другой, потом третий: ведь в организме все взаимосвязано, лишнего ничего нет. И процесс образования шлаков не прекратится. Бывает и так, что операция считается успешной, если больного живым выписали домой, а сколько он потом проживет — уже неважно.

А когда операция не по карману, когда нет денег на импортные препараты? Вот тогда мы вспоминаем о Природе, ищем сердобольных и бескорыстных травниц, целителей, читаем десятки книг, пачками покупаем траву на рынках и в аптеках. Увидев чистотел на рисунке, многие удивляются — оказывается, он растет, что называется, под ногами, а вот и не думали, что это растение лечебное. Знать бы раньше!..

Кстати, у растения много названий. Его называют и «адамовой головой», и «волосником», и «полевой горчицей», и «желтомлечником», и «жовтило», и «подтынни-

ком большим», и «гладишником» и т. д. Иногда чистотел называют «женышнем». Древние греки, заметив, что растение появляется с прилетом ласточек и увядает с их отлетом, назвали его «хелидониум» (от слова «хелидон» — «ласточка»), чему в русском языке соответствует название «ласточкина трава». Есть версия, которая объясняет происхождение названия «хелидониум» (*chelidonium*) от древнелатинских слов «*coeli*» и «*donum*», что означает «дар небес».

Чистотел большой — близкий родственник мака. Это единственный, как в настоящее время считают систематики, вид рода *Chelidonium*. Растет повсеместно, предпочитая тенистые сыроватые места на богатых гумусом и азотом почвах, поэтому охотно селится в садах, огородах, у домов и оград, вблизи скотных дворов. В естественных местах обитания обычно встречается в ольшаниках, оврагах, пойменных лесах. Ребристый стебель растения может достигать до метра высоты. Если растение разрезать, выделяется большое количество млечного сока, который на воздухе быстро окрашивается в оранжево-красный цвет, а при попадании на кожу оставляет бурые пятна и вызывает жжение. Сок чистотела горький, едкий, имеет неприятный запах, он ядовит. Жизнь каждого из цветков недолга. Всего два дня тянутся лепестки к весеннему солнцу, чтобы затем уступить место созревающим плодам — стручковидным корбочкам, наполненным блестящими черными, похожими на мак семенами. На каждом семечке чистотела есть белый гребневидный придаток, который считается деликатесом у муравьев: они лакомятся семенами не только на месте, но и тащат их к себе в муравейники, теряя часть по дороге. На следующий год на муравьиной тропе вырастают новые растения.

Растение, известное в средние века под названием чистотел малый, сейчас называют чистяком весенним; оно выделено в самостоятельный род и отнесено к другому

семейству. Однако некоторые основания для объединения двух столь несхожих растений у древних были. Современными исследованиями установлено, что чистяк весенний содержит те же алкалоиды, что и чистотел большой.

Официальная медицина для лечебных целей использует траву чистотела, которая, будучи высушенной, также имеет острый и неприятный запах. Иногда из нее готовят спиртовые настойки или экстракты. Народная медицина использует растение целиком, в том числе его сок, который получают во время цветения.

Есть у чистотела одна интересная особенность — он всегда отыскивает корень болезни. Если сок или порошок чистотела поместить на биологически активную точку, то наблюдается мгновенная трансформация, перенос его к источнику болезни. Также и внутри организма — он сразу находит больную зону и приступает к ее лечению.

Чистотел применяли для лечения самых разнообразных заболеваний издавна. Особенно часто употребляли его при кожных заболеваниях: им удаляли бородавки, выводили веснушки, угри, лишай.

Как лекарственное растение чистотел широко применялся в арабской медицине, в древнем Риме, где им лечили различные экземы. В средние века корень чистотела использовали для лечения заболеваний печени, а сок чистотела с козьим салом прикладывали к язвам. Вот что пишет об этом растении известный французский ученый и врач Одо из Мена-на-Луаре (XI век):

*Как сообщают врачи, у травы чистотела известны
Два ее вида и первый название носит «большого»,
«Малым» зовется второй; и глазам они оба целебны;
Ею ослепшим птенцам, пусть у них и проколоты глазки,
Зрение ласточка-мать, Плиний пишет о том, возвра-
щает;*

*Он говорит, что трава с их прилетом расти начинает
И засыхает, когда по привычке они улетают;*

И «хелидонии» имя отсюда у ней: ведь «хелидон»

Эта крылатая птичка обычно зовется у греков.

Сок чистотела в цвету вместе с медом на воздухе варят,

Варят на легком огне, пока пены не выпустит всей он

И густотою своей наподобие меда не станет;

Средства для глаз, говорят, не найдется полезней, чем это,

Тьмой пораженных, — и надо глаза им намазывать часто.

Корень его растирают, мешая с укропом, и вместе

С белым вином принимают все те, кто страдает желтухой;

Как уверяют, растертый он боль прекращает зубную.

Если из листьев толченых его изготовить припарку

Вместе с вином, от нее, говорят, истребляются пятна.

К слову, полезным при глазных заболеваниях чистотел считали многие поколения врачей, начиная с древнегреческих, Авиценны и до XVIII века. Основана эта вера как раз и была на старинной легенде, в которой говорится о том, что ласточка лечит глаза своим ослепшим птенцам соком чистотела, как в процитированном отрывке. Эта вера послужила основанием для еще одного названия чистотела — «светлая трава».

Для лечения же глазных заболеваний сок чистотела вместе с медом варили на легком огне, пока не прекратится выделение пены и сам он не станет похожим на мед. Этой жидкостью следовало намазывать глаза как можно чаще.

Указывает на лечебные свойства чистотела в своей энциклопедии и средневековый армянский врач Амирдовлат Амаснаци (1420 или 1425–1496 годы): «Если смазать, то поможет при экземе и зуде. Если посыпать им (порошком травы) язвы, то высушит их».

Необычайная для растений окраска млечного сока в средние века привлекала пристальное внимание алхимиков.

Они приписывали это несомненному родству чистотела с золотом. А так как основной целью исследований алхимиков было превращение неблагородных металлов в золото, то пришлось чистотелу побывать в тиглях и ретортах алхимиков. Современные ученые объяснили причину столь необычной окраски млечного сока присутствием большого количества пигмента красно-оранжевого цвета — каротина.

Средневековые медики полагали, что горький желтый млечный сок, похожий на желчь, должен быть полезен при болезнях печени. И действительно, это оказалось «знаком» — некоторые вещества, входящие в его состав, обладают желчегонным действием. А в одной из древних книг практической магии можно было почерпнуть, например, такой совет: «Если носить чистотел на себе с сердцем кроута — избавишься от неприятностей, одолеешь врага, выиграешь тяжбу».

В России в старину в отваре травы чистотела купали золотушных детей, лечили кожный туберкулез и чесотку, сводили бородавки и веснушки. В русских старинных лечебниках вообще отводилось много места чистецам, чистухам, чистоплотам, чистотелам, то есть средствам растительного происхождения, «очищающим» человека от коросты.

Ученые XIX века отмечали положительное действие экстракта чистотела при лепре (проказе). В монографии Г. Мадауса указывается, что чистотел вылечивает «волчий» лишай. По сообщению С. Е. Червинского (1896 год), во Владимирской губернии толченую траву чистотела, смешанную со сливками, накладывали для лечения на кожу, пораженную чесоткой и псориазом. В том же году Н. Н. Денисенко сообщал об успешном местном лечении опухоли соком чистотела. В течение года он использовал вытяжку, которую назначали внутрь и местно. Наблюдалось отделение патологической ткани от здоровой и уменьшение опухоли. Денисенко опубликовал сообщение о нескольких случаях удачного лечения злокачественных за-

болеваний экстрактом чистотела. Препарат поставляла ему знаменитая московская аптечная фирма Феррейн. Об опытах Денисенко в письме А. С. Суворину А. П. Чехов писал так: «Найдено средство от рака. Вот уже почти год, как с легкой руки русского врача Денисенко пробуют сок чистотела, или бородавника, и приходится теперь читать о поразительных результатах». К сожалению, препараты чистотела не отличались постоянством действия, а так как объяснения этому не находили, то энтузиазм врачей постепенно угас.

И все-таки другие исследователи продолжали изучение этого растения и позднее. Так, А. П. Левчук отмечал, что чистотел применяется при экземах в виде мази из сока листьев, который приготавливают на свином или бараньем жиру. Сохранились данные о применении спиртового экстракта при опухолях молочной железы.

В свое время С. С. Оголевец и другие авторы указывали на успешное применение чистотела при лечении туберкулеза кожи. Исходя из этого, профессором М. М. Бременером был предложен препарат в виде пасты, названный «Плантозан Б», для лечения туберкулезной волчанки (в настоящее время он уже не производится).

По предложению наших ученых чистотел широко использовался для лечения полипоза кишечника и желудка. Некоторые авторы наблюдали терапевтический эффект от применения чистотела внутрь в виде настоя в сочетании с трехцветной фиалкой у больных псориазом. Отвар травы медики применяют внутрь как желчегонное средство при болезнях печени.

В Болгарии широко распространены ванны с чистотелом при нарушениях обмена веществ. В Германии чистотел применяют как болеутоляющее, противовоспалительное средство, а также используют при кожных заболеваниях. В Польше — при геморрое, во Франции — как мочегонное, возбуждающее, слабительное средство.

В наши дни исследования ученых подтвердили, что препараты чистотела (настой, сок, мази, настойка) обладают

противовоспалительным, бактериостатическим, противовирусным, желчегонным, спазмолитическим, репаративным, обезболивающим действием. В серии экспериментов с использованием новейших достижений науки было доказано, что препараты чистотела задерживают рост опухолей, особенно на коже и слизистых. Поэтому в настоящее время трава чистотела используется в официальной и народной медицине многих стран Европы и Америки.

Как уже говорилось, **растение ядовито**. В соке чистотела найдено более двадцати алкалоидов (то есть азотсодержащих органических соединений, многие из которых являются сильнейшими ядами). Содержание алкалоидов в нем колеблется в зависимости от возраста растения и условий обитания. Один из алкалоидов — *хелидонин* близок по структуре к папаверину и морфину, но гораздо слабее последнего. *Гомохелидонин* — судорожный яд, вызывающий местную анестезию. *Хелиритрин* тоже анестезирует, обладает раздражающим действием (если сок чистотела в большом количестве и надолго попадает на кожу, возникает ощущение жжения и волдыри). *Сангвинарин* — яд, обладающий временным наркотическим действием, возбуждающий перистальтику кишечника и слюноотечение, тоже раздражает кожу и лишает ее на время болевой чувствительности.

Кроме того, в листьях чистотела в большом количестве обнаружены каротин, витамин С, эфирное масло, флавоноиды, яблочная, лимонная кислоты, сапонины, фитонциды, микроэлементы, цинк, молибден, селен, медь, бром, барий, серебро и др.

В соке чистотела также обнаружены витамин С (аскорбиновая кислота), каротин (провитамин А), желтые красящие вещества флавоноиды, органические кислоты, смолистые вещества, сапонины.

Внимание! Так как растение сильно ядовито, обращаться с ним надо, соблюдая осторожность. При отравлениях чистотелом возникают кровотечения из носа, прямой кишки, возможно поражение почек.

Одним из применяемых медициной препаратов на основе чистотела является «Сангвиритрин», обладающий противомикробным действием и выпускаемый в виде таблеток и в виде линимента (жидкой мази). Предварительные результаты указывают на эффективность этого препарата при лечении длительно незаживающих гнойных ран и трофических язв, поражений кожи и слизистых оболочек, экземы, псориаза, гнойных воспалений среднего уха и хронических гайморитов, а также некоторых гинекологических заболеваний.

В ветеринарии порошком из листьев присыпают раны и язвы, лечат некоторые кожные заболевания скота. В деревнях его травой в старину окуривали скот от падежа, мыли молочные крынки.

Чистотел обладает достаточно сильными инсектицидными свойствами. Настой (с добавлением мыла) и порошок из сухих листьев употребляют для борьбы против вредителей овощных и садовых культур.

Кроме того, с древних времен млечный сок чистотела применяли (и до сих пор применяют) при травлении и чернении металлов, а в отваре корней и травы можно окрашивать шерсть в желтый и красный цвет.

ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ И ФАРМАКОЛОГИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА ЧИСТОТЕЛА

Во всех частях растения содержатся алкалоиды, количество которых в траве может достигать 2%, а в корнях — 4%.

Алкалоиды (от средневекового лат. «*alkali*» — «щелочь» и греч. «*eidos*» — «вид») — это обширная группа азотсодержащих циклических соединений главным образом растительного происхождения. Все алкалоиды — азотистые основания, которые классифицируются по химическому строению (преимущественно по входящим в их структуры

гетероциклам — индолу, пиридину, хинолину и др.), а также в зависимости от источника выделения. Известно около 10 000 алкалоидов; особенно богаты ими растения из семейства бобовых, маковых, пасленовых, лютиковых, маревых, сложноцветных. Все алкалоиды оказывают физиологическое действие на организм животных и человека, преимущественно на нервную систему, благодаря чему применяются в медицине (кофеин, морфин, эфедрин, алкалоиды спорыньи и др.) и в сельском хозяйстве для борьбы с вредителями. Биологическая роль алкалоидов в растениях до конца не установлена; известно, что алкалоиды могут защищать растения от поедания животными, служить формой хранения органического азота в тканях и др.

Состав алкалоидов чистотела очень сложен, и по своей структуре они относятся к разным подгруппам изохинолиновых производных: протобербербиновые алкалоиды (берберин, коптозин и др.), протопиновые алкалоиды (протопин, аллокриптопин); бензофенантрелиновые алкалоиды (хелидонин, гомохелидонин, хелеритрин, метоксихелидонин, оксихелидонин, сангвинарин и др.).

Помимо алкалоидов в чистотеле содержатся сапонины, 0,01 % эфирного масла, до 1,87 % аскорбиновой кислоты, каротин, флавоноиды, органические кислоты (яблочная, лимонная и янтарная). В семенах чистотела содержится 40–60 % жирного масла.

Фармакологические свойства чистотела продолжают изучаться. Экспериментальное применение препаратов чистотела показало, что они вызывают задержку роста злокачественных опухолей и оказывают фунгистатическое и бактериостатическое действие на микробактерии туберкулеза.

Определенный опыт использования препаратов чистотела в лечении больных аллергическими заболеваниями кожи накоплен многими учеными. В лечении применялись водные извлечения свежего и высушенного растения в виде настоя или отвара из расчета от 0,25 до 10 г травы на 100 мл воды. Из них готовили дерматологический

компресс, ванночки и примочки. В распространенной острой стадии заболевания ученые применяли ванночки с настоем чистотела из расчета 10 г на 100 мл воды при температуре 37 °С в течение 15–20 минут ежедневно. В ходе лечения больные отмечали снижение зуда, а потом полное его прекращение. Устранялись явления гиперемии, отека, подсыхали мокнущие поверхности, уменьшалась инфильтрация в очагах поражения. С этой стадии ванночки сочетались с применением мазей, обладающих редуцирующими и кератопластическими свойствами.

Лечение микробной экземы ванночками 5%-ного свежеприготовленного настоя травы также давало успешные результаты.

Лечение экземы примочками и дерматологическими компрессами с 1%-ным настоем травы, которые делались на ночь, давало положительный результат уже на 2–3-й день.

МЕДИЦИНСКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ ЧИСТОТЕЛА

В народе издавна широко применяли чистотел в лечебной практике. Хотя растение это и ядовитое, зато очень действенное, и при *осторожном, умелом* обращении дает блестящие результаты очень быстро.

Наружно препараты чистотела используются для прижигания бородавок, лечения труднозаживающих ран и туберкулеза кожи, внутрь — при заболеваниях печени, желчного пузыря, язве желудка.

Трава чистотела оказывает спазмолитическое, желчегонное и противовоспалительное (бактерицидное) действие, ее применяют только по назначению врача.

В лечебных целях используется свежая и высушенная трава чистотела, порошки, мази, свежий млечный сок, настои, отвары в виде примочек, компрессов, ванночек, ванн, как составной компонент лекарственных препаратов.

Самая популярная лекарственная форма из чистотела — сок. Считается, что желтый или оранжево-красный

сок чистотела, который добыть несложно, излечивает все наружные заболевания. Существует два способа добывания сока этого растения.

Пассивный способ добывания сока чистотела. Курс лечения соком целесообразнее всего проводить летом, когда вы без труда можете получать его от растения в свежем виде. Свежим соком чистотела прижигают бородавки, кондиломы, полипы, мозоли, лечат пародонтоз, болезни печени и желчного пузыря, кладут на больной зуб. Внутреннее применение сока необходимо проводить после консультации и под контролем врача, так как неумеренное и длительное его употребление может в самом лучшем случае закончиться дисбактериозом, в худшем — отравлением.

Для получения сока куст вырывают с корнем, стряхивают с него землю, отрезают кончик корня — сок начинает накапливаться на поверхности среза. Этим соком нужно хорошо смазать любое кожное заболевание, вскоре после того, как вырван куст.

Чтобы продолжить выделение сока, отрезают еще кусочек корня, примерно 0,5 см. Сок опять начинает накапливаться на срезе. Так можно повторять до тех пор, пока не израсходуется весь сок куста. Этот сок ни в какой сосуд собирать нельзя.

Активный способ добывания сока. Так как сок чистотела желательно всегда иметь под рукой в доме, кроме пассивного есть и другой способ добывания сока — активный.

Вырванный куст чистотела очищают от сухих листьев, промывают и просушивают. Все растение целиком пропускают через мясорубку. Получается влажная темно-зеленая масса. Из этой массы выжимают сок и заливают во флакон с плотно завинчивающейся пробкой, на дно которой нужно положить резиновую прокладку для герметичности.

Сок чистотела гуще воды, его трудно будет влить в узкое отверстие бутылки. Поэтому можно воспользоваться спринцовкой с мягким хоботком. Наполнять флакон нужно так, чтобы между соком и пробкой оставалось воздуш-

ное пространство в 1–2 см, затем завинтить крышкой. Хранят такой сок в прохладном месте.

Через день-два пробку нужно отвинтить, чтобы выпустить воздух. Это надо проделывать до тех пор, пока он не перестанет выходить из бутылки. Затем бутылку плотно закрыть. Такой сок может храниться долго, не теряя своих свойств, не менее 5 лет. Он считается универсальным лечебным средством.

При использовании сока не рекомендуется долго держать флакон открытым.

В холодильнике хранить такой сок ни в коем случае нельзя, только в темном прохладном месте!

После брожения сок должен иметь янтарный цвет. На дне бутылки осадок — темно-зеленая масса. При использовании сока нужно стараться не взбалтывать флакон, чтобы сок с осадком не смешивался.

Настой травы чистотела. Для приготовления настоя берут 5 г (1 ст. ложка) сырья и помещают в эмалированную посуду, затем заливают 200 мл горячей кипяченой воды, настаивают (или нагревают на водяной бане) в течение 15 минут. Готовый настой охлаждают в течение 45 минут, затем процеживают, отжимая траву, и доводят количество настоя до первоначального объема. Принимают настой по трети стакана 3 раза в день за 15 минут до еды по показаниям. Хранить настой можно не более двух суток в темном прохладном месте.

Отвар травы чистотела. Для приготовления отвара берут 5 г (1 ст. ложка) сырья, помещают в эмалированную посуду, заливают 200 мл горячей кипяченой воды и кипятят в течение 10 минут, после чего настаивают еще 20 минут и процеживают, отжимая траву. Принимают отвар по 1–2 ст. ложки 3 раза в день до еды.

Отвар корня чистотела. Для приготовления отвара берут 10 г сухого (или 30 г свежего) корня чистотела, измельчают и заливают 2 стаканами молока, после чего смесь доводят до кипения и кипятят до тех пор, пока половина его не выкипит. Затем размягченные кусочки корня вынима-

ют и растирают, превращая в кашицу, и снова кипятят в течение 15–20 минут. После кипячения жидкость процеживают через холст, остатки отжимают, заливают стаканом воды и вновь кипятят, пока половина воды не выкипит. Полученный отвар принимают по показаниям по 2 ст. ложки 4 раза в день, соблюдая кисломолочную диету.

Порошок корня чистотела. Для приготовления порошка корня чистотела нужно хорошо промыть и высушить, а затем смолоть в кофемолке. Такой порошок можно приготовить и из сухой наземной части растения.

Чай из чистотела. Для приготовления напитка 2 ч. ложки травы чистотела нужно залить 0,25 л кипятка и настаивать в течение 10 минут. Затем процедить. Такой чай можно пить по 1 чашке 2–3 раза в день.

Очистительный квас из чистотела по рецепту академика Б. В. Болотова. Ученый использовал чистотел для приготовления ферментных препаратов на основе молочной сыворотки. Приготовленные таким образом препараты способствуют выведению из организма радионуклидов.

В качестве питательной среды берут 3 л кипяченой охлажденной воды и 1 стакан сахара. Для закваски требуется 1 ст. ложка сметаны. Сахар растворяют в воде, затем помещают на дно банки марлевый мешочек с чистотелом — 1 стакан свежей или сухой нарезанной травы. Добавляют сметану, накрывают банку марлей и хранят в теплом, затемненном месте. В течение 2–3 недель будет происходить процесс брожения с образованием молочно-кислых бактерий, прошедших своего рода дезинфекцию с помощью чистотела.

Полученный квас обладает выраженным стимулирующим организм свойством, очищает носоглоточные, ушные, легочные и влагалищные пространства, желудочно-кишечный тракт и мочеполовые пути.

Принимают квас по 100 мл за 10–15 минут до еды. Считается, что двухнедельное употребление напитка полностью восстанавливает эпителиальные поверхности желудка и кишечника, излечивает дисбактериоз, гноеродные инфекции, снижает проявление симптомов лучевой болез-

ни. Эпителий толстой кишки при употреблении кваса освобождается от солей тяжелых металлов.

Сангвиритрин. О свойствах этого препарата на основе бисульфатов алкалоидов чистотела — сангвиритрина и хелеритрина, уже рассказывалось выше. Он обладает широким спектром антимикробной активности, действует на грамположительные и грамотрицательные бактерии, в том числе антибиотикорезистентные (то есть устойчивые к антибиотикам) штаммы (микробная экзема, атопический дерматит, осложненный пиодермией, трофические язвы, хронические язвенно-некротические процессы). Применяют препарат наружно в виде 1%-ного линимента — 1–2 раза в день на очаги поражения, а также используют водно-спиртовой раствор 0,2%-ной концентрации или водный раствор, получаемый из таблеток.

МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ И ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ ЧИСТОТЕЛА

Как известно, одно из главных преимуществ фитотерапии — значительно более редкие и значительно более легкие по характеру и выраженности побочные явления и токсические действия. В то же время, благодаря бурному развитию химиотерапии создано огромное количество сильнодействующих средств, которые, однако, могут подействовать на организм человека нежелательным и даже опасным образом.

Уже во времена Гиппократа было известно, что лекарственные средства при одних обстоятельствах оказывают желаемое лечебное действие, а при других вызывают нежелательное, ухудшающее здоровье человека. Недаром греческий термин «фармакон» означает одновременно две противоположности одного средства — лекарство и яд.

В последующие века накапливались наблюдения практических врачей о ядовитом (отрицательном) действии

лекарств растительного, животного и минерального происхождения. Но лишь в 30-х годах XIX столетия французский ученый М. Орфила начал изучать токсическое действие ядов и лекарств в эксперименте на животных.

К настоящему времени накопилось много данных о различных осложнениях лекарственной терапии, появились разнообразные термины для обозначения отрицательного действия того или иного лекарственного средства.

Отравления вызываются различными ядовитыми веществами — алкалоидами, гликозидами, сапонинами, токсинами, органическими кислотами, образующимися в различных частях растений. Количество ядовитых веществ в растении, а следовательно, и его токсичность неодинаковы и зависят от ряда факторов. Известно, например, что один и тот же вид ядовитого растения в одной местности резко отличается выраженной токсичностью, а в другой оказывается безвредным.

Из ядовитых растений получают высокоэффективные лекарственные препараты, разрешенные для широкого применения, однако примерно у 4–5% людей наблюдается непереносимость, своеобразная сверхчувствительность к некоторым лекарствам, которые даже в небольших дозах вызывают у них крапивницу, экзему, отеки, зуд, приступы бронхиальной астмы, называемые аллергическими заболеваниями. Подобные болезни представляют лишь частный случай аллергии — врожденного или приобретенного свойства человека отвечать болезненными реакциями на введение или попадание в организм небольших доз некоторых веществ, называемых аллергенами. У определенной категории людей развивается, например, «пыльцевая аллергия»: сверхчувствительность к воздействию пыльцы деревьев и трав.

Осложнения, возникающие в процессе лекарственного лечения и после его окончания, имеют весьма разнообразную клиническую картину. Они могут длиться от нескольких минут и часов до нескольких дней, месяцев и даже лет. По степени тяжести отрицательное влияние ле-

карств может выражаться кратковременным ощущением боли, различными дерматитами и стойким поражением отдельных органов, и даже возможен летальный исход.

Чтобы приостановить отрицательное действие лекарства, необходимо прекратить его прием. При легких осложнениях этого бывает вполне достаточно. В случае острого тяжелого отравления применяются меры по выведению препарата из организма и обезвреживанию его с помощью специальных противоядий.

Большой вред может принести человеку невоздержанное и безграмотное самолечение. И особенно при таких заболеваниях, как, например, желчнокаменная болезнь, заболевания печени, сердца, желудочно-кишечного тракта и т. д.

В каждом конкретном случае заболевания важно совершить рациональный выбор фитотерапевтических препаратов. Проблема эта весьма непростая. Ведь в любой аптеке сегодня представлено множество новых, ранее неизвестных, рекламируемых как чрезвычайно эффективные и «безвредные» лекарственных средств. Каким образом выбрать то лекарственное средство, которое подходит именно вам и именно в данный момент? Любой симптом, как уже было сказано, вызывается целым комплексом различных причин и нарушений. В то же время это еще и способ сигнализировать, что у организма появились проблемы, требующие внимания. Первым шагом к выбору лекарственного препарата является правильная постановка развернутого диагноза. Необходимо выделить острую форму заболевания и отметить сопутствующие заболевания. Затем нужно определить цели и задачи лечения.

Фитотерапия по своему назначению может быть следующих видов:

- профилактическая, направленная на предупреждение заболевания (например, профилактика атеросклероза);
- симптоматическая, направленная на устранение определенного симптома заболевания (например, отхаркивающие средства при бронхите);

- патогенетическая, воздействующая на механизм развития заболевания (например, диуретики, сердечные гликозиды при лечении сердечной недостаточности).

Далеко не всегда именно основной диагноз определяет направление терапии. Довольно часто на первый план в клинической картине заболевания выходят осложнения. Например, пациент с выявленной ишемической болезнью сердца, постинфарктным кардиосклерозом нуждается только в профилактическом предупреждении повторных инфарктов миокарда.

Сформулировав диагноз и цель лечения, можно приступать к выбору сначала группы препаратов, а затем индивидуального лекарственного средства (важнейший критерий выбора препарата подразумевает, что его применение соответствует поставленной цели лечения). Оценить эффективность какого-либо лекарственного средства можно, только зная его фармакодинамику, то есть механизм действия — сущность процессов взаимодействия, влияние на системы органов, ткани.

Не следует привыкать к болезненным ощущениям. Некоторые живут с болью годами, не обращаясь к врачу, не разобравшись в ее причинах. Любые длительно оставляемые без внимания нарушения могут привести к хроническим заболеваниям, а они, в свою очередь, могут усугубляться, приводя к частичной или полной потере функций отдельных органов или систем организма.

Подытоживая сказанное, остается конкретизировать, когда именно чистотел противопоказан.

Противопоказан чистотел в галеновых препаратах* для наружного применения лицам, страдающим эпилеп-

*Галеновы препараты (по имени Галена) — лекарственные средства, получаемые из растительного или животного сырья; от новогаленовых препаратов отличаются меньшей степенью очистки от балластных веществ. Большинство галеновых препаратов представляют собой смесь из нескольких веществ. Наиболее значительную группу галеновых препаратов составляют настойки и экстракты. Термин «галеновы препараты» введен Парацельсом.

сней, бронхиальной астмой, стенокардией, при некоторых неврологических синдромах.

В случае внутреннего использования галеновых препаратов растения в большом количестве или передозировки сборов, включающих чистотел в качестве основного компонента, у больных может развиваться отравление с тошнотой, рвотой, параличом дыхательного центра.

ПОДАРИТЕ СЕБЕ ЗДОРОВЬЕ

Наш более чем пятнадцатилетний опыт в народном целительстве позволяет сделать вывод, что организм — это совершенная саморегулирующаяся энергоинформационная система, в которой все взаимосвязано и взаимозависимо, а запас прочности всегда больше любого повреждающего фактора. Основопологающей же причиной практически всех заболеваний является неправильный образ жизни, прежде всего, нарушение работы желудочно-кишечного тракта.

Желудочно-кишечный тракт — это сложное «производство» по дроблению, переработке, синтезу, всасыванию необходимых организму веществ и удалению продуктов метаболизма. Нарушение работы желудочно-кишечного тракта приводит к ослаблению иммунной, гормональной, ферментативной систем; замене нормальной микрофлоры на патологическую (дисбактериоз, колит, запор); изменению электролитного баланса (витаминов, микро- и макроэлементов), а следовательно — нарушению обменных процессов (артрит, остеохондроз), кровообращения (атеросклероз, инфаркт, инсульт). Неправильная работа желудочно-кишечного тракта вызывает также смещение, сдавливание и нарушение функционирования всех органов грудной, брюшной и тазовой областей. Застойные явления в любом отделе кишечника, особенно в толстом, приводят к патологическим процессам в проецируемом на нем органе.

Не нормализовав режим питания, не очистив организм от шлаков, лечить заболевания сложно, даже невозможно. Напротив, благодаря очищению организма от шлаков и последующему разумному отношению к своему здоровью

нию, мы приводим все органы в резонанс с заложенной Природой частотой, тем самым восстанавливая эндоэкологическое состояние, то есть нарушенный баланс в энергетических связях внутри организма и с внешней средой. Иного пути нет.

Многие люди предпочитают больше находиться дома, не очень-то любят выходить на улицу без особой необходимости. Между тем существует одно любопытное физическое явление, известное под названием «эффект Фарадея». Объясним его суть на следующем примере. В два одинаковых горшка с землей посадили семена. Но над одним горшком поставили металлическую сетку. В том горшке, над которым была сетка, проросшее семя было хилым и растение плодов не дало, а в другом горшке все было в порядке. Находясь дома, в машине, в метро, мы изолированы от особых электромагнитных, космических и других излучений определенной частоты, что и делает нас больными. Вы не задумывались над тем, почему в закрытых помещениях спортсмены бегают, плавают, прыгают не с такими результатами, как на открытом воздухе? Работает все тот же эффект Фарадея. Вот почему при малейшей возможности надо выходить на улицу, бывать на открытом воздухе, так как наше здоровье в немалой степени зависит и от электромагнитных, магнитных и других излучений, влияющих на работу организма в целом. Одеваться лучше легко, а согреваться за счет движения, бега трусцой. Неплохо посидеть возле озера, глядя на ровную гладь воды. Она не только успокаивает, но и снимает напряжение с глаз. Кстати, дома вы можете повесить картину, где изображена водная ровная (волны возбуждают) поверхность, или налить воды в лоток и минут пять смотреть на воду, которую после это следует вылить. Идет очень сильная подзарядка энергией, которая снимает напряжение с глаз, усталость.

О способах очищения организма (кишечника, печени) подробно было рассказано в книге «Эндоэкология здоровья».

Помните только, что просто очистить организм — мало. Нужно полностью изменить образ жизни в соответствии со всем, о чем говорилось выше. Наладьте правильное питание, пейте только очищенную воду, больше двигайтесь. Не забывайте и о чистоте души — думайте о хорошем, совершайте добрые, бескорыстные поступки, помогайте слабым, не обижайтесь и не раздражайтесь. Стремитесь к гармонии во всем.

Что же касается лечения с помощью чистотела, о котором идет речь в этой книге, то народная мудрость сохранила немало рецептов использования этого замечательно-го растения при различных заболеваниях.

РЕЦЕПТЫ ЛЕЧЕНИЯ ЧИСТОТЕЛОМ

Кожные заболевания и дефекты, раны

Немногие знают, что кожа и подкожная клетчатка — самый большой орган человеческого тела, общая масса которого составляет пятую часть массы тела, а площадь — 1,5–2 м². Кожа, нервы и вещество мозга развиваются из одного зародышевого листка. Вот почему в коже так много различных рецепторов: холодовых, тепловых, болевых, тактильных, барорецепторов и других. Здесь же находится выделительная система в виде потовых и сальных желез.

Кожа — это дыхание и кровообращение, в ней находится четверть всех сосудов. К сожалению, замечено, что уже к 25 годам просвет капилляров уменьшается в два раза, а ведь от него зависит «подвоз» необходимых для жизни клеток веществ и «отвоз» отработанных продуктов.

Благодаря своему строению кожа упруга, эластична и способна оказывать значительное сопротивление механическим давлениям, ушибам. Кожа задерживает небезопасные для организма инфракрасные лучи, а часть ультрафиолетовых лучей в определенном спектре проникает внутрь,

стимулируя выработку в коже пигмента меланина, играющего определенную роль в обмене веществ.

Кожа и подкожная клетчатка — это лимфатическая система, наша канализация, от состояния которой зависит механическая и бактериостатическая защитная, иммунная система организма.

Кожа — это биологически активные точки, через которые воспринимается и передается информация, связывающая нас с единым информационным полем Вселенной. Только воздействуя на меридиональные точки, можно корректировать состояние человека и добиваться выздоровления.

Как видим, кожа — орган, решающий многие проблемы, главная из которых — поддержание постоянства температуры тела независимо от внешней среды. И как же безобразно мы к этому органу относимся!

Если глаза, как известно, — зеркало души, то кожа — зеркало здоровья. Неправильное питание (преимущественно мясная, крахмалистая пища с большим количеством сахара и жиров) приводит к появлению прыщей, угрей, фурункулов и других воспалений кожных покровов. Зашлакованность организма в результате плохой работы желудочно-кишечного тракта способствует развитию гнилостных и бродильных процессов в организме, самоотравлению, отсюда — неприятный запах изо рта, потливость. Возникают различные кожные образования — бородавки, родинки, папилломы, экзема, псориаз и т. д., то есть тело сигнализирует о внутренней грязи, которая ищет выхода в различных проявлениях.

Наладив питание и режим жизни, очистив организм, вы поможете своей коже дышать и выполнять все свои функции. Чистотел при лечении кожных заболеваний незаменим. Это радикальное наружное средство. Можно например приготовить мазь из свежего сока травы (летом) или порошка травы чистотела поровну с вазелином с добавлением 0,25% карболовой кислоты, а иногда салициловой или эвкалиптовой настойки. Употребляемая наружно

при различных воспалениях кожи, такая мазь действует эффективно. При болезнях кожи с гнойными выделениями лучше соединить (1:1) такую мазь с мазью из ноготков (календулы). Можно также добавить мед, тогда без карболки.

В отваре чистотела купают детей с кожными болезнями.



Из чистотела и других трав можно приготовить *противозолотушный чай*:

Чистотел большой (травы)	4 ст. ложки
Фиалка трехцветная (травы)	10 ст. ложек
Черёда трехраздельная (травы)	10 ст. ложек
Паслен сладко-горький (травы)	3 ст. ложки
Овес посевной (плоды)	10 ст. ложек

1 ст. ложку смеси заварить 1 стаканом кипятка, настаивать 1–2 часа, процедить и пить по 1 ст. ложке 3–5 раз в день.



При *дерматозах* в качестве успокоительного средства приготовить следующий сбор:

Чистотел большой (порошок)	0,5 части
Омела	1 часть

1 ст. ложку сбора залить 100 мл крутого кипятка, закрыть, кипятить на водяной бане 5 минут, оставить на 4 часа. Взять 1 ст. ложку зорьки (любистка), залить 50 мл крутого кипятка, закрыть, настоять 1 час, затем смешать оба отвара. Пить в течение дня равными долями за 40 минут до еды.



Состав для приготовления успокоительного средства при *дерматозах*:

Чистотел большой (порошок)	10 г
Вазелин медицинский	50 г

Все смешать и смазывать зудящие места.



Состав для приготовления успокоительного средства
при дерматозах:

Чистотел большой (порошок)	20 г
Настойка прополиса	40 мл
Отвар холодной мяты	40 мл

Все смешать, выдержать 3 дня и смазывать зудящие места.



Состав для приготовления успокоительного средства
при дерматозах:

Чистотел большой (порошок)	20 г
Лонух (корень)	10 г
Крапива (корень)	10 г
Глицерин	40 мл

Все истолочь в порошок и перемешать с глицерином. Настоять 7 дней в темном месте. Смазывать зудящие места.



Состав для приготовления успокоительного средства
при дерматозах:

Чистотел большой (порошок)	10 г
Прополис	40 мл
Настойка мяты	20 мл
Глицерин	30 мл

Прополис спиртовой смешать с порошком чистотела и 20%-ной настойкой мяты, настоять 2 дня, потом смешать с 30 мл глицерина и настоять 7 дней. Смазывать зудящие места.



Состав для приготовления успокоительного средства
при дерматозах:

Чистотел большой (порошок)	10 г
Шиповник (свежие плоды без семян)	40 г

Облепиховое масло 50 мл

Все смешать, настоять 5 дней в теплом темном месте.
Смазывать зудящие места.



Состав для приготовления успокоительного средства
при дерматозах:

Чистотел большой (порошок)	5 г
Парафин	50 г
Крапива (корень)	5 г
Настойка мяты	20 мл

Смешать чистотел, 20%-ную настойку мяты и крапиву, растопить парафин и все хорошо перемешать, дать застыть в виде лепешек и прикладывать к зудящим местам.



Состав для приготовления успокоительного средства
при дерматозах:

Чистотел большой (порошок)	10 г
Шиповник (мякоть без семян)	40 г
Ива (порошок коры)	15 г
Облепиховое масло	50 мл

Все смешать, настоять 7 дней, смазывать зудящие места.



Состав для приготовления успокоительного средства
при дерматозах:

Чистотел большой (порошок)	15 г
Лопух (корень)	20 г
Крахмал	25 г
Вазелин	50 г

Все смешать, выдержать 4 дня и смазывать больные места.



Состав для приготовления успокоительного средства
при дерматозах:

Чистотел большой (порошок)	15 г
Петреба (травы)	25 г
Коробочки дурмана	35 г
Порошок чистотела	15 г
Вазелин медицинский	75 г

Все измельчить в порошок и хорошо перемешать с вазелином. Смазывать больные места.



Состав для приготовления успокоительного средства при дерматозах:

Чистотел большой (травы)	1 часть
Липа (листья)	2 части
Календула (цветки)	1,5 части
Железняк (цветки)	2 части
Польнь (травы)	0,5 части

1 ч. ложку сбора залить 300 мл крутого кипятка, настоять 4 часа. Пить в течение дня 5–6 раз за 15–20 минут до еды.



При экземе, сильном зуде рекомендуется приготовить следующий сбор:

Чистотел большой (травы и цветки)	0,5 части
Ежевика (листья)	1 часть
Календула (цветки)	2 части
Дуб (кора)	2 части
Мелисса (листья)	1 часть

1 ст. ложку сбора залить 200 мл крутого кипятка, закрыть, кипятить на водяной бане 3–4 минуты на слабом огне, оставить на 2 часа, сцедить. Пить в течение дня 5–6 раз за 15–20 минут до еды.

Сбор имеет закрепляющее действие, следите за работой кишечника. Сбор также оказывает болеутоляющее действие. Большую дозу можно принять на ночь.



При экземе полезно приготовить следующий сбор:

Чистотел большой (порошок)	10 г
Шиповник (мякоть плодов)	40 г
Мед пчелиный	10 г
Березовый деготь	50 г

Порошок чистотела осторожно всыпать в деготь, затем мякоть плодов шиповника смешать с медом, и только потом все смешать в одну емкость. Смазывать пораженные места.

Не применять это средство тем, у кого мед вызывает аллергическую реакцию.



Сбор при экземе:

Чистотел большой (травя)	10 г
Грецкий орех (порошок листьев)	10 г
Донник желтый (цветки)	10 г
Шиповник (мякоть плодов)	40 г
Березовый деготь	70 г
Мед пчелиный	20 г

Порошки грецкого ореха, чистотела и донника осторожно смешать с теплым пчелиным медом, затем массу смешать с мякотью шиповника и настоять 2 часа в темном месте и только тогда смешать с дегтем. Смазывать пораженные места. Хранить в темноте.



Сбор при экземе:

Чистотел большой (травя)	20 г
Конский щавель (корень)	10 г
Черёда (травя)	15 г
Крапива жгучая (корни)	30 г

Весь сбор измельчить до порошка, и 1 ст. ложку сбора залить 70 мл крутого кипятка, настоять 30 минут, затем смешать, не сцеживая, со свиным внутренним жиром в пропорции 1:1 и прокипятить на слабом огне в открытой посуде 3 минуты, процедить, настоять 3 часа.

Желательно делать не больше 100 г мази. Лучше пользоваться свежей.



Сбор при экземе:

Чистотел большой (порошок)	2 части
Конский щавель (корень)	1 часть
Ива (кора)	1,5 части
Береза (порошок почек)	1 часть

1 ст. ложку сбора залить 100 мл растительного масла (лучше свежего подсолнечного), закрыть, взболтать, настоять 14 дней в темном месте. Не сцеживая, перелить в маленький пузырек и смазывать больные места.



Сбор при экземе:

Чистотел большой (травы)	1,5 части
Льнянка	3 части
Грецкий орех (листья)	2 части
Крапива (корень)	1 часть

1 ст. ложку сбора залить 75 мл растительного масла, настоять 3 недели. Не сцеживая, смазывать больные места.



Сбор при экземе:

Чистотел большой (травы)	2 части
Тысячелистник (травы)	2 части
Грецкий орех (листья)	4 части
Дуб (кора)	1 часть
Мелисса (листья)	1,5 части
Ежевика (корень)	3 части

2 ст. ложки сбора измельчить в порошок, смешать с 200 мл оливкового масла, закрыть, настоять 14 дней в темном месте, ежедневно встряхивая. Для употребления процедить нужное количество этого средства и смазывать пораженные места.

Мази и сборы рекомендуется систематически менять, чтобы организм не привыкал к ним. Раз в месяц делать одну неделю разгрузочную: ничего не принимать, чтобы дать возможность организму самому побороться с болезнью, что наиболее важно в любом лечении.



Сбор при экземе:

Чистотел большой (трава)	1,5 части
Ромашка аптечная (цветки)	2,5 части
Мята (листья)	1,5 части
Полынь (трава)	1 часть
Лопух (корень)	3 части

Сбор измельчить в порошок, и смешать 2 ст. ложки сбора с тремя ложками растительного масла, настоять в прохладном месте 3 недели. Не сцеживать. Смазывать больные места, процедив перед применением необходимое количество средства.

Вначале сделать мази немного и наблюдать за пораженными участками тела. При 5–6-разовом применении больные места очищаются, и появляется новая чистая кожа.



Сбор при экземе:

Чистотел большой (трава)	1 часть
Стальник (стебли цветущего растения)	1 часть

Измельчить и смешать в соотношении 1:1 с медом или со свежим несоленым коровьим маслом, мазать больные места. Если мазь делается на основе коровьего масла, то ее надо сразу же использовать в течение недели, затем готовить новую мазь.



Состав при экземе:

Чистотел большой (порошок)	1 ст. ложка
Пачка махорки	100 г
Керосин	0,5 л

Махорку и керосин смешать, добавить порошок чистотела, закрыть, настоять 14 дней. Сцеживать при пользовании. Снижает зуд.



Состав при экземе:

Чистотел большой (порошок)	15 г
Деготь березовый	30 г
Мед липовый	20 г
Сера очищенная	20 г
Рыбий жир	15 г

Вначале порошки смешать с рыбьим жиром, настоять 2 часа, затем влить растопленный на водяной бане мед и дать настояться 3 часа, смешать с дегтем и настоять 10 дней.



Состав при экземе:

Чистотел большой (порошок)	5 г
Шиповник (мякоть плодов без семян)	20 г
Рыбий жир	25 г
Мед	50 г
Деготь березовый	50 г

Все перемешать с теплым медом и оставить на 2 дня в темном месте. Затем смешать все с дегтем и поставить на 7 дней в более прохладное место. Мазь успокаивает зуд.

Не рекомендуется есть лимоны и апельсины из-за возможных обострений, следует больше употреблять молочную и растительную пищу.



При мокнущих экземах готовят следующий сбор:

Чистотел большой (травы)	8 ст. ложек
Тысячелистник (цветки)	3 ст. ложки
Золототысячник (травы)	6 ст. ложек
Спорыш (травы)	6 ст. ложек
Зверобой продырявленный (травы)	8 ст. ложек

Череда (трава)	8 ст. ложек
Верба (трава)	4 ст. ложек
Лопух паутинистый (трава)	10 ст. ложек
Цикорий дикий (корень)	6 ст. ложек

4 ст. ложки смеси залить на ночь 1 л дистиллированной воды и настаивать в духовке. Утром кипятить 7–10 минут, настаивать 30 минут и, процедив, выпить горячим первый стакан натошак, второй — через 2 часа после обеда и третий — перед отходом ко сну.

Исключить из рациона яйца, жирное мясо, все жареное, щавель, алкоголь, курение. При возможности есть лесную землянику.



При *экземах* готовят примочки из следующего сбора:

Чистотел большой (трава)	3 ст. ложки
Роза культурная (лепестки)	3 ст. ложки
Ноготки лекарственные (цветки)	3 ст. ложки
Хвощ полевой (трава)	1 ст. ложка
Нехворощ сухая (трава)	1 ст. ложка
Дуб (кора)	1 ст. ложка
Валериана (корень)	2 ст. ложки

Всю смесь прокипятить в течение 7–10 минут в 1 л воды, настоять, тепло укутав, в течение часа, процедить. Отваром пропитать кусок льняного полотна, сложить вдвое, наложить на пораженные места, закрыть бумагой и закрепить бинтом. Держать до высыхания. Лечение повторяют до выздоровления.



При *воспалениях кожи различного характера* раз в сутки, после стула, делать клизму — 250 мл напара из следующих трав:

Чистотел большой (трава)	4 ст. ложки
Тысячелистник (цветки)	3 ст. ложки
Ромашка аптечная (цветки)	3 ст. ложки

Коровяк (цветки)	3 ст. ложки
Хвощ полевой (травя)	6 ст. ложек
Дуб (кора)	2 ст. ложки
Валериана (корень)	1 ст. ложка

Смесь залить 500 мл кипящей воды, настаивать в плотно закрытой посуде 2 часа, процедить. Содержимое клизмы удерживать по возможности дольше.



При зудящем лишае, чешуйчатом лишае, псориазе наружно применяют сок чистотела, делают ванны с отваром чистотела. При этом врач А. С. Томилин рекомендует принимать внутрь отвар следующих трав:

Чистотел большой	10 г
Анютины глазки	10 г

Смесь заварить в 200 мл кипятка, настоять, выпить в 3 приема.



Для лечения псориаза, которое проводится в два этапа, сначала нужно приготовить смесь из трав для чая:

Чистотел большой	20 г
Полынь горькая	10 г
Розмарин	10 г
Шалфей	10 г
Тысячелистник	20 г
Золототысячник	20 г
Зверобой продырявленный	20 г
Подорожник болотный	20 г
Хвощ полевой	30 г
Фиалка трехцветная	30 г
Крапива двудомная	20 г
Плоды можжевельника	20 г

5 ст. ложек сбора залить 1 л кипятка. Настаивать 7–8 часов в плотно закрытой и тепло укутанной посуде, процедить. Принимать по 125 мл 8 раз в день. Детям давать по 35–50 мл 8 раз в день в зависимости от возраста.

Если в чае будет недоставать каких-либо трав, принципиального значения это не имеет.

Далее следует приготовить мазь № 1 из таких компонентов:

Белок от сырых яиц	150 г
Мед пчелиный цветочный	800 г
Крем детский	15 г
Солидол медицинский	900–1000 г

На протяжении всего первого этапа лечения 2 раза в сутки на высыпания наносить тонкий слой мази и тщательно втирать.

Через 10 дней после начала лечения и в течение последующих 30–40 дней вместо травяного чая принимать настойку из аралии маньчжурской по 30–40 капель 3 раза в день за 30 минут до еды. Затем прием настойки из аралии прекратить на 2 недели, в течение которых вновь принимать напар из смеси трав. После чего цикл повторить.

Через некоторое время после начала лечения бляшки (чешуйки) сходят.

В большинстве случаев в процессе лечения на очищенной и здоровой коже выступают гнойничковые зудящие прыщи. С этого момента за 10–15 минут до очередного втирания следует обмывать кожу теплой кипяченой водой и насухо вытирать. 2–3 раза в неделю необходимо мыться с мылом. Постепенно гнойнички исчезнут, зуд прекратится.

После очищения кожа на местах, где были бляшки, становится темно-синей, а затем постепенно приобретает здоровый вид. В это время мазь № 1 необходимо заменить мазью № 2 такого состава:

Белок от сырых яиц	60–65 г
Мед пчелиный цветочный	100–150 г
Крем детский	12–20 г
Порошок из чистотела	60–100 г
Солидол медицинский	850–1000 г

Эту мазь втирать так же, как и мазь № 1, принимая одновременно, по прошествии 10 дней после начала лечения и в течение последующих 30–40 дней, настойку из аралии. Затем прием настойки из аралии прекратить и принимать 2 недели напар из смеси трав. После двухнедельного перерыва начать принимать экстракт элеутерококка по 1 ч. ложке 3 раза в день за 30 минут до еды, причем в первые 10 дней — принимать по полдозы. Курс приема элеутерококка — месяц, затем сделать перерыв на 2 недели. В это время пить напар из смеси трав. При необходимости курс повторить. В этом случае лечение начинать с полной дозы. Детям — элеутерококк разводить водой.

При лечении псориаза необходимо также соблюдать диету и режим. Из пищи следует исключить яйца, жирное мясо и острую пищу. Не употреблять алкоголь, прекратить курение. Пища должна быть разнообразной, с обилием витаминов растительного происхождения.

Лечение не следует начинать в период обострения заболевания.

Полное излечение от псориаза, в зависимости от запущенности болезни, наступает через 2–4 месяца с момента начала процедур.

Во время лечения можно также приготовить отвар из трав фиалки трехцветной, мыльнянки, водного перца, взятых в равных частях, и смачивать им кожу в местах поражения.



Для лечения псориаза и других поражений кожи можно также приготовить такой сбор:

Чистотел большой (травы)	35 г
Горец змеиный (порошок из корневища)	30 г
Чага (порошок)	35 г

К смеси добавить мед и делать повязки на пораженные места.



Для лечения *псориаза* народная медицина рекомендует такой сбор:

Тысячелистник	2 части
Чистотел большой (трава)	4 части
Грецкий орех (листья)	3 части
Ликоподий	2 части

Сбор измельчить до порошка и смешать с цветочным медом. Делать повязки.

Мази, компрессы целесообразно чередовать из наиболее подходящих вам сборов, чтобы организм к ним не привыкал. При этом следует пить кровооздоровливающие сборы, улучшающие обмен веществ, чтобы способствовать сопротивлению вашего организма инфекционным и другим заболеваниям.



Сбор для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (трава)	1 часть
Грецкий орех (листья)	2 части
Мята (листья)	1 часть
Ежевика (листья)	1 часть

1 ст. ложку сбора залить 200 мл крутого кипятка, закрыть, настоять 40 минут. Пить в течение дня равными долями. Сбор крепит и понижает кровяное давление. Тем, у кого пониженное артериальное давление, сбор лучше не принимать.



Сбор для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (порошок травы)	50 г
Шиповник (зола веток, срезанных во время цветения)	100 г

Компоненты смешать, залить 0,5 л спирта, настоять 10–12 дней, сцедить. Составом смазывать зудящие места в дневное время суток. На ночь эту процедуру не делать.



Сбор для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (порошок травы) 1 часть

Конский щавель (порошок корня) 1 часть

Компоненты смешать, залить эту смесь березовым дегтем. Делать повязки 2 раза в день: утром и в середине дня. На ночь делайте другие мази и компрессы, так как это средство сильнодействующее.



Сбор для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (травы) 1 ч. ложка

Тысячелистник (цветки) 1 ст. ложка

Конский щавель (порошок) 1 ст. ложка

Сбор залить 200 мл крутого кипятка, закрыть, кипятить на водяной бане 15 минут, остудить, настоять 3 часа, сцедить. Отвар смешать с таким же количеством цветочного меда, или с детским кремом, или с ихтиоловой мазью и смазывать пораженные места.



Сбор для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (травы) 1 ст. ложка

Донник желтый (цветки) 1 ст. ложка

Лаванда (цветки) 1 ст. ложка

Сбор залить 200 мл крутого кипятка, закрыть, кипятить на водяной бане 10 минут. Слить отвар и смешать в пропорции 1:1 с дегтем.



Сбор для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (травы) 1 ст. ложка

Шиповник (толченые плоды) 1 ст. ложка

Стальник (корни) 1 ст. ложка

Сбор залить 200 мл крутого кипятка, закрыть, кипятить на водяной бане 15 минут, настоять 2 часа, процедить, смешать с таким же количеством яичного белка. Смазывать больные места.



Состав для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (порошок)	1 часть
Мед цветочный	1 часть
Ликоподий	1 часть
Солидол	4 части

Компоненты перемешать, настоять в темном месте при комнатной температуре 14 дней. Если нет медицинского солидола, его можно заменить дегтем.



Состав для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (порошок)	10 г
Дуб (зола коры)	25 г
Шиповник (зола цветков)	25 г
Яичный белок свежий	1 шт.
Солидол	100 г

Все тщательно перемешать, настоять при комнатной температуре 15 дней. Составом смазывать зудящие места.



Состав для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (порошок)	10 г
Шиповник (зола от стеблей)	30 г
Деготь березовый	50 г
Сера жженая, то есть очищенная	10 г

Все перемешать, выдержать 7 дней в темном месте в посуде из темного стекла. Намазывать больные места.



Состав для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (порошок)	50 г
Масло лаванды	10 мл
Рыбий жир	20 г
Деготь	50 г
Спиртовая настойка софоры	20 мл

Все перемешать, держать в темной посуде и смазывать больные места.



Состав для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (порошок)	15 г
Порошок осажженной серы	20 г
Вазелин	50 г

Все перемешать и смазывать больные места.



Состав для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (порошок)	15 г
Спиртовая настойка софоры	20 мл
Спиртовая настойка корня мыльнянки	15 мл
Мыло зеленое	50 г

Все смешать, настоять двое суток и смазывать больные места.



Сбор для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (травя)	2 части
Грецкий орех (листья)	1 часть
Мята (листья)	1 часть
Ежевика (листья)	3 части

1 ст. ложку сбора залить 200 мл крутого кипятка, закрыть, настоять 40 минут. Выпить в 2 приема, утром и вечером. Следите за артериальным давлением. Этот сбор улучшает обмен веществ и снижает давление, немного крепит.



Состав для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (порошок)	2 части
Грецкий орех (листья)	1 часть
Ежевика (листья)	1 часть
Рыбий жир	1 часть

Мед 2 части

Деготь 3 части

Листья измельчить в порошок, добавить порошок чистотела, смешать с теплым медом, настоять 2 часа, влить рыбий жир, все перемешать и можно употреблять для смазывания.



Сбор для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (травя) 4 части

Дуб (кора) 1 часть

Крапива 2 части

Зверобой 3 части

Стальник 2 части

1 ст. ложку сбора залить 250 мл крутого кипятка, закрыть, настоять 3 часа. Пить в течение дня равными долями. Через 3 недели сделать перерыв. Необходимо следить за свертываемостью крови и работой кишечника, так как кора дуба крепит.



Сбор для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (порошок) 0,5 ч. ложки

Мыльнянка (корень) 1,5 ч. ложки

Сбор залить 300 мл крутого кипятка, настоять, кипятить на слабом огне 15 минут, закрыть, настоять 3 часа, процедить. Пить в течение дня равными долями.



Состав для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (порошок) 5 г

Шиповник (зола от веток) 10 г

Солидол 16 г

Мед 3 г

Ликоподий 2 г

Все смешать, настоять 3 дня в темном месте при комнатной температуре.



Состав для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (порошок)	5 г
Шиповник (мякоть плодов)	35 г
Солидол	15 г
Порошок нафталина	10 г

Вначале порошок нафталина и чистотела смешать с солидолом, настоять 3 дня, затем смешать с мякотью плодов шиповника. Состав накладывать на пораженные места.



Сбор для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (порошок)	2 части
Грецкий орех (листья)	1,5 части
Пустырник (травы)	3 части
Мята (листья)	2 части
Ежевика (листья)	1 часть
Стальник (корни)	1,5 части

1 ст. ложку сбора залить 250 мл крутого кипятка, закрыть, поставить на 3 минуты на водяную баню, настоять 40 минут. Пить в течение дня равными долями. Сбор имеет успокоительное действие и снижает артериальное давление, улучшает обмен веществ.



Сбор для лечения *псориаза*:

Чистотел большой (порошок)	1 часть
Мак (лепестки)	3 части
Мелисса (травы)	2 части
Тысячелистник (травы)	0,5 части

Травы измельчить и смешать со сливочным маслом, свежим, несоленым. Масла взять 3 части, порошка 4 части. Мазь хранить в прохладном месте. Смазывать пораженные места.



Для лечения *чирьев, фурункулов, карбункулов, паронихии* наружно применяется отвар или свежий сок чистотела большого.



При кожных болезнях и дефектах на лице — *волчанке, прыщах, желтых пятнах, веснушках* — очень эффективно наружное применение свежего сока чистотела большого или мази из порошка травы.



При *угрях и сыпи* на лице рекомендуется мазать пораженные участки соком чистотела большого, а также принимать ванны с отваром травы (50 г на ведро воды). Можно пользоваться и консервированным соком на 25% водки.



Для удаления *веснушек и угрей*, лечения *мокнущих экзем и сытей* на лице приготовить следующий наружный состав:

Валериана лекарственная (порошок из корневища) 150 г

Чистотел большой (порошок из травы и корней) 100 г

Вьюнок черный (порошок из корней и семян) 50 г

Следует наносить смесь порошков на влажное лицо и протирать его.

Внутри при этом можно принимать напар из следующих трав и плодов:

Чистотел большой (травы) 6 ст. ложек

Шалфей лекарственный (травы) 3 ст. ложки

Полынь горькая (травы) 3 ст. ложки

Розмарин (травы) 3 ст. ложки

Тысячелистник (травы) 6 ст. ложек

Зверобой (травы) 6 ст. ложек

Золототысячник (трава)	6 ст. ложек
Хвощ полевой (трава)	8 ст. ложек
Можжевельник (плоды)	6 ст. ложек
Подорожник (листья)	6 ст. ложек
Крапива двудомная (листья)	6 ст. ложек

4 ст. ложки (25 г) смеси залить 1 л кипятка, запарить на ночь, плотно закрыть и тепло укутать, днем процедить и выпить весь напар в 8 приемов.



Для лечения *хлоазмы* (пигментные пятна, преимущественно на лице, появляющиеся во время беременности, при некоторых заболеваниях женской половой сферы, глистных инвазиях) рекомендуется свежим соком травы чистотела большого смазывать пятна ежедневно 2 раза в день.

С этой же целью можно использовать настойку сухой травы на водке (1:5). Салфетки, пропитанные настойкой и слегка отжатые, накладывать точно на область пятен на 15–20 минут ежедневно.



Для лечения *бородавок* рекомендуется соком из свежей травы чистотела большого трижды (с интервалом 2–3 минуты) смазывать их 2 раза в день. Продолжительность лечения — до получения желаемых результатов, примерно в течение 10–15 суток.

По этой же методике можно лечить *мозоли*.



При *грибковых поражениях кожи*, например, *эпидермофитии*, рекомендуется приготовить состав из свежего сока или травы чистотела большого в виде порошка в соединении с цветами ноготков или с мазью из них — в равных количествах. Иногда также к составу присоединяется в равной мере и сок или сгущенный отвар корня аира.



Для лечения *абсцессов* сок чистотела большого, свежий или консервированный на 25% спирта или водки, можно прикладывать, намочив марлю, непосредственно к нарыву или делать из него мазь 1:4.



При *ограниченных ихтиозах* у детей (на ребре ладошки, на пяточках и на подошвах) хорошо делать горячие ванночки: на 1 л горячей — насколько терпится — воды добавить 200 г питьевой соды, попарить пораженные места 15 минут, а затем смазать таким составом:

Чистотел большой (порошок из сухого корневища)	3 ст. ложки
Сметана (густая и жирная)	100 г

Компоненты тщательно перемешать и настоять 10 часов. Смазывать пораженные места несколько раз в сутки.

Внутри принимать водный настой вырезанных глазков картофеля (2 ст. ложки глазков старого картофеля на 0,5 л кипятка). Глазки залить кипятком и настоять ночь. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день перед едой. Пить длительное время.



От *ихтиоза* помогает также такой состав:

Чистотел большой (сок)	1 ст. ложка
Смородина (порошок из листьев)	1 ст. ложка
Календула (цветки)	1 ст. ложка
Фиалка (травя)	1 ст. ложка
Орех грецкий (сок из листьев)	1 ст. ложка
Фасоль (мука)	2 ст. ложки
Подорожник (семена)	100 г семян
Уксусная эссенция	300 мл
Ферезол	5 капель

Все компоненты смешать и смесь настоять 2 недели в темном месте. Добавить 50 мл дистиллированной воды,

процедить. Мягким птичьим перышком осторожно смазывать пораженные места. Через полчаса наложить тряпицы, обильно смоченные птичьим жиром, и завернуть в виде жировых компрессов на ночь.

Внутри при этом 3 раза в день принимать по 100 мл морковного сока, периодически чередуя его с соком картофеля, свежей капусты, свеклы красной. Раз в неделю — строго в определенное время (не меняя) проглотить желчный пузырь, снятый с разделанного двухнедельного цыпленка. Заглатывается целым и запивается водой. Повторить придется на протяжении 10 недель.



Для лечения *мозолей*, а также *псориаза*, *красной волчанки*, *кожного туберкулеза* необходимо приготовить мазь из следующих компонентов:

Чистотел большой	10 г
Вазелин	10 г
Ланолин	10 г
0,25% карболовой кислоты	10 капель

Все компоненты тщательно перемешать и смазывать больные места.



Для лечения *простых свежих ран* используется отвар чистотела большого (1 ст. ложка на стакан) или сок растения, консервированный на водке на 25–50%, который применяется неразведенным.



Сильное средство при *застарелых незаживающих ранах* — мазь из порошка травы чистотела большого пополам с коровьим маслом. Можно применять и свежий сок или консервированный на 25 % водки. Консервируют иногда и на 50 % водки.



При *язвах, плохо заживающих ранах* рекомендуется приготовить следующий сбор:

Чистотел большой (травя)	1 часть
Полынь (листья)	1 часть
Подорожник	2 части
Каштан конский (листья)	2 части
Льнянка обыкновенная	1 часть

1 ст. ложку сбора залить 100 мл крутого кипятка, закрыть, настоять 1 час, сцедить. Делать компрессы с интервалом 2,5–3 часа. Очень хорошо очищает от гноя и приводит к скорейшему заживлению ран.



При *язвах, плохо заживающих ранах* рекомендуется также следующий сбор:

Чистотел большой (травя)	2 ст. ложки
Ромашка аптечная (цветки)	1 ст. ложка
Спорыш (травя)	1 ст. ложка
Крапива (листья)	2 ст. ложки
Эвкалипт (листья)	4 ст. ложки

Сбор залить 0,5 л водки, закрыть, настоять 14 дней в темном месте при комнатной температуре, 2 раза в неделю встряхивать. Не сцеживая, влить в разогретое облепиховое масло (300 мл). Кипятить на водяной бане 10 минут на слабом огне. Слить, настоять еще 7 дней в темном месте. Процедить в посуду из темного стекла и смазывать раны.



При *трещинах на пятках* рекомендуется приготовить следующий сбор:

Чистотел большой	1 ст. ложка
Конский щавель (корни)	1 ст. ложка
Лопух (корни)	1 ст. ложка

Сбор залить 300 мл крутого кипятка, закрыть, остудить, сделать лепешку и приложить ее на больное место на

3 часа. Лепешку можно использовать 3–4 раза, заворачивая ее для сохранности в пакет, чтобы не высыхала.



При *трещинах на пятках* можно также приготовить следующий сбор:

Ромашка аптечная 1 ст. ложка

Чистотел большой 1 ст. ложка

Сбор залить 200 мл крутого кипятка, закрыть, настоять 5–7 минут. Приготовить картофельное пюре и смешать с отваром, не процеживая. Сделать лепешку или пластырь, положить на больное место на 2–3 часа, затем очистить ноги от ороговевших размягченных мозолей и струпьев, сделать массаж и смазать маслом или мазью.



При *облысении, выпадении волос, перхоти, ранах, диатезах, лишаях, сытях, экземах* и других заболеваниях кожи готовят такой сбор:

Чистотел большой (измельченные корни) 75 г

Горец перечный (измельченная трава) 75 г

Береза (измельченные листья) 50 г

Лопух паутинистый (измельченные листья) 75 г

Ива (измельченная кора) 125 г

Дуб (измельченная кора) 150 г

Половину смеси кипятить 20–25 минут в 5–6 л кипятка, процедить, отжать и делать примочки на пораженные места.



При *перхоти, облысении, выпадении волос, для улучшения их роста*, а также при *экземах, лишаях* приготовить сбор:

Горец птичий (измельченная свежая трава) 250 г

Береза (измельченные свежие листья) 150 г

Лопух паутинистый (измельченные корневища) 300 г

Чистотел большой (измельченная трава) 100 г

Смесь тщательно растереть, залить кипятком так, чтобы только покрыть водой, и настаивать не менее 3 часов. Затем прокипятить в течение 5–7 минут, процедить, отжать и делать компрессы. Можно также развести водой и мыть голову и участки тела, пораженные различными кожными заболеваниями.

Заболевания органов дыхания

Древние говорили: «Дыхание — это жизнь», и это правильно. Воздух по степени жизненной важности стоит на первом месте — без него человек не может жить больше 3–5 минут (после этого наступают необратимые процессы).

Система оздоровления с помощью дыхания имеет тысячелетнюю историю. В последние годы среди аспектов поддержания здоровья человека и повышения его устойчивости к резко возросшей неблагоприятной экологической ситуации дыханию стали уделять особенно большое внимание. Однако в различной литературе рекомендуются различные способы дыхания: одни говорят — дышите глубже, другие — неглубоко. Если даже врачи не могут понять, как же им рекомендовать дышать больным, то у простых смертных от таких рекомендаций голова идет кругом.

Открою секрет: те, кто предлагает различные типы дыхания, вводят вас (да и себя, судя по всему) в заблуждение. Это смелое утверждение основано на моем личном научно-практическом опыте. За первые пять лет работы в космонавтике я разработал не только метод оценки, но и оптимальные способы дыхания как неспецифического средства опосредованного влияния на нормализацию обменных процессов, устраняющего имеющиеся или с профилактической целью предупреждающего возможные заболевания, чему была посвящена моя кандидатская диссертация применительно к задачам космической медицины. Важно и то, что научными руководителями этой работы были крупнейшие

ученые в области физиологии и патологии дыхания, такие как Б. Е. Вотчал и Л. Л. Шик.

Если с возрастом физиологические показатели у практически здоровых людей меняются незначительно, то такой показатель, как концентрация углекислого газа в артериальной крови существенно снижается и с 6–6,5% доходит до 4–3,5%. Именно этот показатель является доминирующим в возникновении спазма мелких сосудов, капилляров. Но, оказывается, Природа все предусмотрела для нормального функционирования всех систем независимо от возраста.

Как ни странно, ни в одном издании, посвященном дыханию, нет того, что вы знаете и без чего не можете прожить. Надо просто вспомнить, как вы дышите, например, при разговоре: быстрый вдох и медленный выдох. А пение, где еще больше соотношение вдоха к выдоху? Для чего это делается? Да чтобы снять внутреннее напряжение и на фоне незначительного сопротивления повысить давление в грудной полости, что улучшает выделение отработанной углекислоты и поддерживает ее концентрацию в клетках на физиологическом уровне, снимая спазм, улучшает газообмен, утилизацию кислорода. Будете смеяться, что всегда заразительно для других, или рыдать (плакать иногда тоже полезно, но это не вызывает положительных эмоций у других), это уж выбирайте сами, но результат будет один — нормализация обменных процессов, улучшение общего состояния, вплоть до выздоровления. Только при дыхании включайте брюшной пресс: при вдохе — надуть, при выдохе — втянуть живот или делать выдох порционно: чем больше, тем лучше. Диафрагмальное дыхание — это лимфатическое сердце, чем оно лучше работает, тем лучше идет перекачка жидкости организма снизу вверх, обеспечивая одновременный массаж всех внутренних органов, нормализацию кровообращения органов тазовой, брюшной областей и нижних конечностей.

Итак, правильно дышать нужно так: неглубоко вдохнуть, начиная с 1–2 секунд на первом этапе тренировки —

пауза 1–2 секунды — медленно, неглубоко выдохнуть за 3–4 секунды (выдох должен быть всегда длительнее вдоха) — пауза 1–2 секунды. Необходимо добиться, чтобы дыханий было не больше 6–8 в минуту. Если получается меньше — еще лучше. Затем постепенно нужно увеличивать время, но не глубину вдоха и выдоха, а паузы выдерживать вдвое длиннее, причем дыхание должно быть поверхностным и редким, а соотношение вдоха и выдоха как 1:2, 3, 4.

Многие специалисты думают, что из-за уменьшения минутного объема дыхания может развиваться кислородное голодание. Этого не надо бояться. Минутный объем дыхания снижается до оптимальной величины, когда о дефиците кислорода не может быть никакой речи, что доказано доктором медицинских наук В. В. Гневушевым.

Конечно, освоение этого способа потребует определенных усилий, без этого не обойтись, но через 1–2 месяца такое дыхание перейдет на автоматический режим, чего трудно добиться другими способами.

И еще одно важное обстоятельство, чего вы не найдете ни в одном методическом пособии. После неглубокого выдоха (кому удобнее — вдоха) надо задержать дыхание настолько, насколько сможете. В течение 1–2 месяцев вы должны научиться за один раз задерживать дыхание на 30, 40, лучше на 60 секунд, а в сутки не меньше 30 минут, а еще лучше до 1 часа. При этом следует помнить правило, которое позволит вам лучше и быстрее научиться так дышать. Прежде чем вдохнуть, после задержки дыхания надо довыдохнуть, ведь в легких осталось еще много воздуха. Это позволит вам после задержки дыхания не дышать как паровоз, а практически сразу же сделать очередной цикл задержки дыхания. При рекомендуемых способах ликвидируется избыточное возбуждение дыхательного центра, вот почему вам будет легко дышать.

Разумеется никакие дыхательные тренировки, да и вообще здоровое дыхание несовместимо с такой привычкой, как курение, о вреде которого уже столько сказано, что нет

даже смысла здесь все это повторять. Скажу одно: умный человек курить не станет.

А вот о таком явлении, как ионизация воздуха, говоря о дыхании, не упомянуть нельзя. Дело в том, что воздух имеет электромагнитную природу и насыщен отрицательными и положительными зарядами. Клетка как энергоинформационная система имеет на своей мембране с наружной стороны положительный, а с внутренней — отрицательный заряд. Изменяясь по величине и по полярности, эти заряды могут привести клетку к разбалансировке и заболеванию. Поддерживая электромагнитное состояние клетки на оптимальном физиологическом уровне, можно не только предупредить, но и избавиться от имеющихся болезней. Как уже говорилось, все болезни имеют разные причины, но течение у них у всех одинаковое, так же как и назначаемое лечение. Все дело в заряде на мембранах клетки. Пока он высок, клетка здорова, молода, при снижении его потенциала или изменении полярности — больна.

Величайшая заслуга русского ученого-космиста, основателя гелиотерапии Александра Леонидовича Чижевского в том, что он, изучая свойства воздуха, доказал: отрицательные ионы оказывают благотворное, а положительные — крайне негативное воздействие на организм. Чижевский не только сделал открытие, но и реализовал свою идею, создав электроэффлювиальную лампу, работающую, как разряды молнии. Ученый обратил внимание, что во время грозы у водопада, у бурлящей воды, в горах воздух насыщен отрицательными ионами, которые оказывают универсальный положительный эффект. В то же время пребывание в помещениях, где много затхлого воздуха, электроприборов (кондиционеры, компьютеры и т. д.), приводит к медленному (или быстрому) снижению биопотенциала клеток и соответственно к заболеваниям: снижению защитных сил организма, повышению вязкости крови (инсульт, инфаркт), подавленности, раздражительности, ухудшению самочувствия, сна, что в целом, при прочих равных условиях, увеличивает смертность. Вот

почему в таких помещениях необходимо использовать люстру Чижевского, создающую своего рода витамины воздуха — отрицательные аэроионы, или включать искусственные водопады. Кондиционеры же, стерилизуя воздух, медленно приводят к заболеваниям; они должны обязательно снабжаться аэроионизаторами.

Необходимо только правильно пользоваться люстрой Чижевского: проветрить комнату, закрыть форточку, включить ионизатор на 20–30 минут и выключить. Повторять это каждые 2–3 часа. Если люстра будет включена при открытой форточке, то она будет работать как насос и вся грязь атмосферы будет не только в комнате, но и у вас в легких.

Вообще же, учитывая, что мы не можем круглые сутки находиться на открытом воздухе, следует соблюдать элементарные правила гигиены в помещении: чаще проветривать комнату и делать влажную уборку. Помните, чем ближе вы к Природе, тем больше получаете отрицательных аэроионов, крайне необходимых вашему организму.

А теперь обратимся к рецептам лечения некоторых заболеваний органов дыхания с помощью нашего чистотела.



При *ринитах* и других заболеваниях верхних дыхательных путей можно для лечения приготовить следующий сбор:

Чистотел большой	0,1 часть
Гречка посевная цветущая	3 части
Мята перечная	0,5 части

1 ч. ложку сбора залить 200 мл крутого кипятка, закрыть, настоять 40 минут и пить в течение дня равными долями за 30 минут до еды.



При *ринитах* рекомендуется для лечения приготовить следующий сбор:

Чистотел большой	0,1 части
Чабрец	1,5 части
Крапива двудомная	3 части
Лаванда горная	0,5 части

1 ст. ложку сбора залить 250 мл крутого кипятка, закрыть, настоять 1,5 часа и пить в течение дня равными долями.



При *ринитах* рекомендуется приготовить такой сбор:

Медуница (листья и цветки)	2 части
Чистотел большой	0,5 части
Мята холодная	1,5 части

1 ч. ложку сбора залить 150 мл крутого кипятка, закрыть, настоять 4 часа и пить в течение дня равными долями за 30 минут до еды.



В качестве *противовоспалительного средства при заболеваниях верхних дыхательных путей* полезен следующий сбор:

Чистотел большой	0,5 части
Гречка цветущая посевная	4 части
Мята перечная	0,5 части

1 ч. ложку сбора залить 150 мл крутого кипятка, закрыть, настоять 2 часа и пить в течение дня равными долями за 30 минут до еды.



При *сильном кашле, ангине, бронхите* рекомендуется следующий сбор:

Чистотел большой	0,5 части
Алтей	1 часть
Коровяк (можно мальву лесную)	1 часть

1 ст. ложку сбора залить 200 мл крутого кипятка, кипятить на водяной бане 2 минуты, настоять 30 минут, сцедить. Пить небольшими глоточками после еды.

Сбор имеет также обезболивающее действие.



При *астме, бронхитах и других заболеваниях верхних дыхательных путей, кашле и коклюше* можно для лечения приготовить следующий сбор:

Чистотел большой (трава)	4 ст. ложки
Бузина черная (цветки)	6 ст. ложек
Буквица лекарственная (цветки)	5 ст. ложек
Роснянка лекарственная (трава)	6 ст. ложек
Фиалка трехцветная (трава)	4 ст. ложки
Чабрец обыкновенный (трава)	4 ст. ложки
Мать-и-мачеха обыкновенная (листья)	4 ст. ложки
Розмарин обыкновенный (листья)	2 ст. ложки
Сосна обыкновенная (почки)	4 ст. ложки
Пион уклоняющийся (корень)	2 ст. ложки
Солодка голая (корень)	2 ст. ложки

1 ст. ложку смеси прокипятить в течение 2–3 минут в 250 мл кипятка на малом огне, настаивать 1 час, процедить, отжать и принять весь отвар за 4 приема.

Детям давать по 1–2 ст. ложки 3–4 раза в день.



При *астме, простудах, бронхитах, пневмонии, кашле, коклюше и насморке* рекомендуется следующий сбор:

Чистотел большой (трава)	2 ст. ложки
Липа мелколистная (цветки)	4 ст. ложки
Бузина травянистая (трава)	2 ст. ложки
Лапчатка гусиная (трава)	4 ст. ложки
Сосна обыкновенная (почки)	2 ст. ложки

2 ст. ложки сбора запарить на ночь 600 мл кипятка в плотно закрытой и тепло укутанной посуде. Утром выдержать в водяной бане 12–15 минут, процедить, отжать и принимать по 0,5 стакана 4–5 раз в день.

Детям давать по 1–2 ст. ложки 3–4 раза в день при тех же заболеваниях.



При *бронхиальной астме с одышкой и приступами удушья* рекомендуется принимать внутрь свежий сок чистотела большого, можно и консервированный (20% спирта и даже водки), по 1 капле (не больше) на 1 ст. ложку воды 3 раза в день.



Одно из тяжелых и, к сожалению, распространенное сейчас заболевание легких — *туберкулез*, общие признаки которого: кашель, боль в груди, исхудание, малокровие, лихорадка, ночные поты, частый пульс, кровохарканье. Ход болезни большей частью медленный, постепенный, на ранних стадиях без выраженных признаков. Точный диагноз ставится по лабораторным анализам, когда в мокроте находят туберкулезную бактерию.

При развитии болезни держится повышенная температура по вечерам, упорный бронхит с небольшой мокротой, а иногда кровохарканье и изнурительный пот.

Режим для больных туберкулезом легких: освободить от вредного для легких производства, иметь достаточный отдых, хорошее жилище и оздоравливающий воздух (воздух соснового бора), заниматься легким спортом, совершать прогулки и закалять организм водолечением. Диета должна заключаться в равномерности питания, богатого питательными и жировыми веществами и витаминами, для чего в народе рекомендуется: мед с молоком (опыт Индии) или вместе с соком моркови (100–150 мл в день) и с розой; овсяный суп, молочный или немолочный; огурец, то есть свежий сок из него; обмывание прохладной водой пополам с уксусом по утрам и вечерам.

Для бактериостатического воздействия, то есть останавливающего развитие туберкулезной палочки, рекомендуется принимать отвар чистотела большого (1 ст. ложка на стакан кипятка) по 1 ст. ложке 3 раза в день. Можно принимать и сок (консервируется на водке в 25–50%): по 1 капле на 2 ст. ложки воды 3 раза в день.

Заболевания половой сферы

Для лечения *фибромы матки с кровотечениями* рекомендуется приготовить следующий сбор:

Чистотел большой (трава)	0,5 части
Ежевика (листья)	1 часть
Калина (листья)	2 части
Пастушья сумка (трава)	2 части

1 ст. ложку сбора залить 250 мл крутого кипятка, закрыть, кипятить на водяной бане 2 минуты, настоять 2 часа. Пить в течение дня равными долями, желательно до еды.

Чаще применяйте траву чистотела, так как чистотел имеет свойство останавливать рост опухолей (и доброкачественных и злокачественных), и он очень успокаивающе действует на организм. Но сильно увлекаться этой травой не следует, так как при неумелом пользовании она может принести вред.



Для лечения *фибромы матки с кровотечениями* рекомендуется также следующий сбор:

Чистотел большой (трава)	1 часть
Тысячелистник (цветки)	0,5 части
Конский щавель (корни)	4 части

1 ч. ложку сбора залить 600 мл крутого кипятка, кипятить на водяной бане 3 минуты, настоять 3 часа. Можно применять для ванночек или спринцеваний. Сбор имеет кровоостанавливающее действие. Следите за точностью рецептуры. В этом сборе есть чистотел, а он не безобиден, беременным женщинам этот сбор может принести вред.



Для лечения *фибромы матки с кровотечениями* рекомендуется также следующий сбор:

Чистотел большой (трава)	1 часть
Календула (цветки)	2 части
Хвощ полевой	1,5 части

2 ч. ложки сбора залить 250 мл крутого кипятка, закрыть, настоять 40 минут. Делать клизмы.



Для лечения *фибромы матки с кровотечениями* можно пить траву чистотела, только в маленьком количестве: 1 ч. ложку без верха залить 300 мл крутого кипятка. Пить лучше с молоком 4–5 раз в день до еды, не чаще 1–2 раз в неделю. Хорошо его принимать на ночь, так как он имеет успокоительное действие.



При различных *маточных кровотечениях, эрозиях* отвар травы чистотела большого (1 ст. ложка на стакан кипятка) или сок чистотела, разведенный 1:10, рекомендуется использовать для спринцевания как болеутоляющее средство.



При различных *маточных кровотечениях, эрозиях* рекомендуется приготовить следующий сбор:

Чистотел большой (свежая трава)	100 г
Горец перечный (свежая трава)	250 г
Крапива двудомная (свежая трава)	250 г
Фиалка трехцветная (свежая трава)	200 г

Измельченную смесь трав кипятить в течение 7–10 минут в 3,5 л кипятка в закрытом виде, процедить, отжать и делать спринцевания.



Для спринцеваний при *маточных кровотечениях и других женских заболеваниях* приготовить сбор:

Чистотел большой (измельченная трава и корни)	200 г
Дуб черешчатый (измельченные желуди и кора)	150 г
Вербка или ива обыкновенная (измельченная кора)	150 г

Лопух паутинистый (измельченные корни) 200 г
200 г сбора настаивать в течение ночи в 5 л кипятка.
Готовым настоем делать спринцевания.

Этот настой можно также утром прокипятить в течение 10–15 минут, процедить, отжать и делать ванны при различных кожных заболеваниях, рахите, золотухе, сыпях, язвах.



При маточных кровотечениях и воспалении придатков рекомендуется приготовить сбор:

Чистотел большой (измельченная трава)	25 г
Душица лекарственная (измельченная трава)	75 г
Ромашка лекарственная (цветки)	25 г
Береза (листья или почки)	75 г
Фиалка трехцветная (измельченная трава)	50 г
Черешда трехраздельная (измельченная трава)	50 г

150 г сбора залить 3 л кипятка и настаивать ночь в плотно закрытой посуде. Готовым настоем делать спринцевания.

Этот настой можно также утром прокипятить в течение 5–7 минут, процедить, отжать, развести водой и делать ванны при ревматизме, различных кожных заболеваниях, можно купать детей при испуге, бессоннице, повышенной возбудимости, золотухе, сыпях, диатезах и экземах.



При воспалительных заболеваниях женских половых органов приготовить следующий сбор:

Чистотел большой (трава)	1 часть
Тысячелистник (трава)	0,5 части
Лаванда	0,5 части

1 ст. ложку сбора залить 300 мл крутого кипятка, закрыть, настоять 4 часа. Пить в течение дня равными долями до еды.

Чистотел, который есть в составе этого сбора, поможет вам и при побочных заболеваниях: *псориазе, ревматизме, кашле и болезнях желудка.*



При *воспалительных заболеваниях женских половых органов* приготовить следующий сбор:

Чистотел большой (трава)	0,5 части
Тысячелистник (трава)	1 часть
Эвкалипт (листья)	1,5 части
Календула (цветки)	2 части

1 ст. ложку сбора залить 100 мл крутого кипятка, закрыть, настоять 40 минут. Подогреть на водяной бане, сцедить и применять с помощью тампонов.



При *болезненных месячных* можно приготовить следующий сбор:

Чистотел большой	1 часть
Мелисса	1,5 части
Бузина черная (цветки и листья)	0,5 части

1 ч. ложку сбора залить 200 мл крутого кипятка, закрыть, настоять 15 минут и пить в течение дня равными долями. Отвар имеет успокоительное действие.



Лечение *венерических заболеваний* — специфическое, для этого необходимо обратиться к врачу. Но в доврачебный период для задержания развития болезни можно использовать средства из опыта народной медицины.

Отвар травы чистотела большого (1 ст. ложка травы на стакан кипятка) употребляется в народе как оздоровитель с дозой приема по 1 ст. ложке. Можно с той же целью принимать по 1 капле сока (консервируется на 25% водки или 1:1) на 2 ст. ложки воды.

Заболевания печени и желчевыводящих путей

Печень по своим функциям очень важный для организма орган. Она участвует в процессах пищеварения, обмена веществ, кровообращения; обеспечивает постоянство внутренней среды организма. Клетки печени синтезируют желчь. В печени происходит синтез и расщепление белков, липидов, углеводов (регулирует уровень сахара в крови), витаминов (образуется и накапливается витамин А) и других веществ. Из «обменного фонда» печени организм получает многие необходимые вещества; в ней освобождается $1/7$ часть всей его энергии. Через печень протекает около 1,5 л крови в минуту, а в ее сосудах может находиться до 20% объема всей циркулирующей крови.

Жалобы при хронических заболеваниях печени во многих случаях неспецифичны и поэтому имеют весьма скромное диагностическое значение. И все-таки, на что следует обратить внимание?

Слабость, утомляемость, снижение работоспособности, похудание, боли в верхней половине живота, вздутие живота, лихорадка, зуд и боли в суставах, а в клинически выраженных стадиях — желтуха. Моча может приобретать темную окраску, а стул — становиться обесцвеченным.

Часто заболевания печени не выявляются до резкого ухудшения состояния. Для точного выяснения характера заболевания печени обычно требуется проведение развернутых лабораторных анализов, ультразвукового, рентгенологического или эндоскопического исследования.

Желчный пузырь расположен на нижней поверхности печени. Желчный проток, образующийся при слиянии протоков желчного пузыря и печени, открывается в двенадцатиперстную кишку.

Дискинезия желчных путей, дисфункция желчного пузыря — это функциональные нарушения тонуса и моторики желчного пузыря и желчных путей. Проявляются в основном болями в правом подреберье различного характера и интенсивности. Они могут быть одним из мест-

ных проявлений общего невроза или возникать при заболеваниях других внутренних органов: язвенной болезни, колите, аднексите и др.

Холециститом называется воспаление желчного пузыря. Для этого заболевания характерны горечь во рту, тяжесть в правом подреберье, возникающая после употребления жирной пищи, жареного мяса, копченостей, алкоголя. Если болезнь запустить, могут развиваться осложнения, угрожающие жизни. Причина холецистита — застой в желчном пузыре. Этому способствуют нерегулярное питание, сочетающееся с перееданием, малоподвижный образ жизни, хронические запоры. Желчный пузырь может также воспалиться, если в него проникнут микробы из кишечника или вместе с кровью. Ситуацию может усугубить плохая наследственность.

Во многих случаях воспаление желчного пузыря сочетается с наличием камней в желчном пузыре (реже — в печеночных и желчных протоках), так как при застое желчи основные ее компоненты (холестерин и билирубин) выпадают в осадок, что приводит к образованию камней. Заболевание сопровождается катаром желчного пузыря и желчных путей вследствие инфекции.

Иногда желчные камни не причиняют никаких страданий или же вызывают лишь неопределенные диспепсические расстройства (в желудке); приступы же так называемой желчной или печеночной колики появляются лишь тогда, когда камни начинают передвигаться или, чаще, когда к ним присоединяется инфекция, вызывающая воспалительные процессы в желчном пузыре; желчная колика начинается большей частью внезапно, приступом сильных болей в правом подреберье, отдающих в живот и под правую лопатку, реже в правое плечо и в другие места. Часто бывает тошнота, рвота, повышение температуры, иногда слабый пульс.

Известно и такое состояние, как постхолецистэктомический синдром. Этим термином обозначают разнообразные симптомы, которые могут оставаться у больных после

оперативного вмешательства по поводу холецистита или желчнокаменной болезни. Этот термин имеет собирательное значение.



При *всех болезнях печени* народная медицина рекомендует как непосредственное и сильное средство свежий сок чистотела большого, но с осторожностью, так как растение ядовитое, не больше 1 капли сока, растворенного в 2 ст. ложках воды, принимать 3 раза в день.



При *болезнях печени* рекомендуется также следующий сбор:

Чистотел большой (трава)	10 г
Бессмертник песчаный (цветки)	40 г
Ромашка аптечная (цветки)	30 г
Земляника лесная (трава)	40 г
Зверобой продырявленный (трава)	30 г
Береза (почки)	20 г
Кукурузные рыльца	10 г

4 ст. ложки смеси залить 500 мл кипятка, настаивать 8 часов в плотно закрытой и тепло укутанной посуде, процедить, отжать и выпить все в 4 приема за час до еды.



При *желтухе, опухлях печени* рекомендуется приготовить следующий сбор:

Чистотел большой (трава)	2 ст. ложки
Крушина ломкая (кора)	4 ст. ложки

Всю смесь кипятить 12–15 минут в 1 л воды, настаивать 1 час, процедить, отжать и принять весь отвар в течение суток за 5–6 приемов.

Детям давать по 50 мл 3–4 раза в день при болезнях печени.



При болезни *Боткина* рекомендуется приготовить следующий сбор:

Чистотел большой (травя)	3 ст. ложки
Бессмертник песчаный (цветки)	10 ст. ложек
Ромашка аптечная (цветки)	5 ст. ложек
Земляника лесная (травя)	8 ст. ложек
Зверобой продырявленный (травя)	8 ст. ложек
Береза (почки)	5 ст. ложек
Ликоподий	5 ст. ложек

20 г смеси заварить 500 мл кипящей воды, плотно закрыть, тепло укутать и настаивать 8 часов. Процедить и пить по 150 мл 3 раза в день за 15 минут до еды.

Есть при этом, по возможности, ягоды земляники. Пить напар из ягод шиповника.



Свежий сок чистотела большого считается эффективным не только при болезнях печени, но при болезнях желчных путей, только требуется строгая дозировка, так как растение это ядовитое. При *желчнокаменной болезни* рекомендуется принимать сок чистотела по 1 капле на 2 ст. ложки воды 3 раза в день.

Для профилактики заболевания рекомендуется принимать сок редьки, смешивая его с медом пополам, начиная с 0,5 стакана и доходя до 2 стаканов в день. Можно и почаще, но тогда — по 2–3 ст. ложки (детям по 1 ч. ложке) через каждый час.

Диета при лечении: пища без мяса, сала, рыбы, поменьше соли, без алкоголя. На больные места нужно ставить грелки.

Заболевания селезенки

Селезенка — это один из основных резервуаров («депо») крови. Она участвует в кроветворении, обмене веществ, выполняет иммунобиологическую и защитную

функции — вырабатывает антитела, задерживает и обезвреживает бактерии и токсины, разрушает отжившие эритроциты и тромбоциты.



При *опухолях селезенки*, а также *желтухе и других болезнях печени* рекомендуется приготовить следующий сбор:

Чистотел большой (трава) 2 ст. ложки

Коровяк скипетровидный (цветки) 4 ст. ложки

Ноготки лекарственные (цветки) 4 ст. ложки

Шалфей лекарственный (листья) 4 ст. ложки

Ива ломкая (молодая кора) 4 ст. ложки

6 ст. ложек сбора кипятить 12–15 минут в 1 л воды, настаивать 1 час, процедить и принимать по 1 стакану 2–3 раза в день.

Детям давать по 1–2 ст. ложки 2–3 раза в день.



При *опухолях селезенки* рекомендуется также следующий сбор:

Чистотел большой (порошок из листьев) 1 ст. ложка

Крапива жгучая (порошок из листьев) 1 ст. ложка

Подорожник ланцетный (порошок из листьев) 1 ст. ложка

Шалфей лекарственный (порошок из листьев) 1 ст. ложка

Порошки тщательно смешать и ссыпать в стеклянную посуду. Принимать смесь на кончике ножа (около 0,5 г) 3–4 раза в день, запивая медовой водой.

Детям дают меньшие дозы 3 раза в день.

Заболевания кишечника

При *колитах и других заболеваниях кишечника* рекомендуется приготовить следующий сбор:

Чистотел большой (измельченная трава)	25 г
Вахта трехлистная (измельченные листья)	25 г
Крапива двудомная (измельченные листья)	25 г
Мята перечная (измельченные листья)	15 г
Золототысячник (измельченная трава)	25 г
Пижма обыкновенная (измельченная трава)	35 г

30 г сбора выдержать 30 минут на водяной бане в 1 л кипятка, процедить, отжать, немного остудить и делать клизмы.

Сбор помогает также при *геморрое, глистах, запорах*.



При *заболеваниях кишечника*, а также *геморрое* можно приготовить такой сбор:

Чистотел большой (измельченная трава)	30 г
Мыльнянка (измельченная трава)	20 г
Лопух паутинистый (измельченные корни)	50 г

Сбор кипятить в течение 7–12 минут в 1,5 л кипятка, процедить, остудить и делать клизмы. Сбор помогает также при *геморрое*.

В таком настое также можно купать детей при *экземах, сытях*; мыть голову при *выпадении волос и облысении*.

При *запорах*:

Чистотел	2 ч. ложки
Льнянка обыкновенная	1 ч. ложка

Залить 250 мл крутого кипятка, настоять 10 минут. Пить в 1 прием лучше на ночь.

Заболевания сердца и сосудов

Доказано, что болезни сердца и сосудов, и прежде всего, самые распространенные из них — атеросклероз, ишемическая болезнь сердца и инфаркт миокарда, связаны в основном с образом жизни, который ведет человек, и, следовательно, зависят от него самого. Роль этих причин в

возникновении болезней трудно оценить количественно, поэтому в отношении сердечных заболеваний говорят не о непосредственных причинах их возникновения, а о «факторах риска». Чем больше этих факторов и чем ярче они проявляются, тем больше вероятность возникновения сердечно-сосудистой патологии. При этом оценивается примерная величина каждого из них, их сравнительная опасность.

Одновременное воздействие нескольких факторов риска определяется не их арифметической суммой, а выводится по более сложному закону, который всегда действует не в пользу пострадавшего.

Всемирная организация здравоохранения опубликовала перечень факторов риска ишемической болезни сердца: повышенное содержание жира в крови (определяется это нарушение с помощью анализа крови на общий холестерин и составляющие его липопротеиды — комплексы холестерина с белками, протеинами; помимо уровня общего холестерина основным фактором риска является высокое содержание так называемых липопротеидов низкой плотности); повышенное артериальное давление крови (артериальная гипертония); курение; ожирение; недостаточная физическая активность часто, сопровождающаяся ожирением; нарушение свертываемости крови — предрасположенность к образованию тромбов (сгустков крови, закупоривающих сосуды); отягченная наследственность или наследственная предрасположенность (генетический фактор риска) — наличие сердечно-сосудистых болезней у родителей и кровных родственников; резкие и длительные физические и психоэмоциональные перегрузки (стрессы); повышенное содержание глюкозы в крови, особенно при сахарном диабете; неблагоприятная среда (экологический фактор) — загрязнение воздуха, воды, пищи вредными веществами.

Новосибирские ученые установили, что инфаркт — это не просто закупорка сосудов. Внутри клетки сердечной мышцы есть белковые структуры — миофибриллы — сво-

его рода резинки, которые сокращаются и растягиваются. Так вот, под влиянием приема лекарств, алкоголя, длительного голодания и других факторов происходит нарушение синтеза белка в организме, что приводит к запуску запрограммированного механизма самоуничтожения клетки — апоптозу. Клетка, устав перерабатывать поступающие чужеродные вещества, принимает решение: лучше умереть, чем жить такой жизнью. На вскрытии у инфарктников не находят тромбов, а констатируют потерю клеток сердечной мышцы до 30%. После такой потери оставшиеся клетки не могут выдержать той нагрузки, которая на них ложится. Какой здесь можно сделать вывод? Необходимо восстановить работу клеток. Перейдите на здоровый образ жизни — проблемы исчезнут.

Заболевание периферических вен, известное как варикозное расширение вен, проявляется их значительным расширением, удлинением, деформацией (образованием извилин и узлов). Фактически это клиническое проявление хронической венозной недостаточности — одного из самых распространенных в современном мире заболеваний. Считается, что в развитых странах им страдают 30–50% женщин и 10–30% мужчин, главным образом взрослых.

При варикозном расширении вен, как осложнение после родов, операций, инфекционных болезней (тиф и др.), может возникнуть воспаление стенки вены с образованием тромба, закупоривающего ее просвет, — тромбофлебит.

Другим распространенным сосудистым заболеванием является геморрой — расширение кавернозных вен нижнего отдела прямой кишки, при котором образуются узлы, иногда кровоточащие, воспаляющиеся и ущемляющиеся в заднем проходе. К геморроям предрасполагает застой крови в прямой кишке (запоры, сидячий образ жизни).

В лечении сердечно-сосудистых заболеваний тоже может помочь чистотел.



В качестве профилактического средства при *болях в сердце* рекомендуется принимать отвар травы чистотела большого (1 ст. ложка на стакан кипятка) — по 1 ст. ложке 2 раза; можно также с осторожностью принимать сок растения — по 1 капле (не больше!) на 2 ст. ложки воды.



При *тромбофлебите и варикозном расширении вен* рекомендуется приготовить следующий сбор:

Чистотел большой	0,5 части
Дымянка	1 часть
Зверобой продырявленный	1 часть

1 ч. ложку сбора залить 300 мл крутого кипятка, не закрывая, настоять 30 минут. Не сцеживая, пить в течение дня равными долями минут за 40 до еды. Можно принимать после еды с медом или вареньем.

Сбор также улучшает работу сердца, поднимает настроение, имеет легкое слабительное действие.



При *геморрое* рекомендуется приготовить такой сбор для внутреннего применения:

Чистотел большой (трава)	0,5 части
Ромашка аптечная (цветки)	2 части
Дуб (кора)	3 части

1 ст. ложку сбора залить 200 мл крутого кипятка, закрыть, прокипятить 1 минуту, настоять 6–7 часов. Выпить в течение дня равными долями за 4 раза.



Для ванночек при *геморрое* рекомендуется следующий сбор:

Чистотел большой (трава)	0,5 части
Стальник полевой (трава)	3 части
Лен (семя)	2 части
Слодка (корень)	1 часть

2 ст. ложки сбора залить 400 мл крутого кипятка, закрыть, кипятить на слабом огне 3 минуты, настоять 3 часа, отцедить. Применять для ванночек.



Для лечения *геморроя и трещин прямой кишки* рекомендуется следующий рецепт для приготовления ванночек.

В пол-литровую бутылку аккуратно всыпать поровну зверобой, спорыш и 1 ч. ложечку без верха цветов чистотела. Именно в таком порядке: зверобой, спорыш, чистотел. Залить в бутылку подсолнечное масло, закрыть и поставить в теплое темное место. Настоять 3 недели с постоянным встряхиванием, но чтобы травы остались в том же порядке, как их всыпали.

Готовый бальзам использовать для тампонов.



Для ванночек при *геморрое* рекомендуется следующий сбор:

Чистотел большой (травы)	1 часть
Спорыш (травы)	1 часть
Зверобой (травы)	2 части
Мята (листья)	1 часть

4 ст. ложки сбора залить 1 л крутого кипятка, настоять 6 часов. Делать ванночки.



Для ванночек при *геморрое* рекомендуется также такой сбор:

Чистотел (травы)	30 г
Мята (листья)	10 г

Травы залить 1 л крутого кипятка, закрыть, настоять 7 часов. Делать ванночки.

Злокачественные опухоли

Название болезни «рак» происходит от латинских слов «cancer», «carcinoma», в свою очередь образованных от греческого «karkinos» — «рак, краб». Название, данное этой болезни врачами средневековья, связано с внешним видом опухоли, напоминающей рака или краба. Рак составляет подавляющее большинство всех злокачественных новообразований человека — кожи, пищеварительного тракта, дыхательных и мочевыводящих путей, легких, почек, печени, половых органов и желез. К таким злокачественным новообразованиям также относятся многочисленные саркомы, гемобластозы, глиальные, костные и другие опухоли. В некоторых странах под раком понимают любое злокачественное новообразование.

Опухоль возникает вследствие нарушения процессов обмена веществ в клетках и ослабления контроля за внутриклеточными процессами со стороны организма. В результате приобретения новых качеств и частичной независимости от регуляторных систем организма молодые делящиеся клетки теряют способность к дифференцировке — они не приобретают должных функций и не формируют нормально работающую ткань. Не участвуя в жизнедеятельности организма, такие клетки становятся ненужными ему, лишними. Организм пытается избавиться от них при помощи иммунных реакций, которые не всегда оказываются эффективными. Избыток молодых, все время размножающихся, но не работающих клеток, к тому же требующих все возрастающего количества энергетических и пищевых ресурсов, ведет к тому, что такие клетки нападают на породившую их ткань или орган. Эти клетки (они и называются опухолевыми) внедряются в ткани органа, инфильтрируют и разрушают их, захватывают кровеносные и лимфатические сосуды, по которым распространяются по организму — метастазируют.

О причинах появления опухоли известно далеко не все. Считается, что предрасположенность к раку того или ино-

го органа (например, молочной железы, желудка) наследуется, то есть носит семейный характер. Строго говоря, наследуются гормональные отклонения в организме или местные структурные нарушения в каком-либо органе (полипоз кишечника, родимые пятна на коже и т. д.). Эти отклонения и неправильности и могут привести к развитию опухолей, что отметил еще более ста лет тому назад немецкий патолог Ю. Ф. Конгейм. Однако для возникновения опухоли — онкогенеза — одних тканевых уродств недостаточно. Необходимы мутагенные стимулы, вызывающие сначала изменения в наследственном аппарате клетки, а затем опухолевую трансформацию. Такие стимулы могут быть внутренними (например, повышенная выработка гормонов или других продуктов метаболизма, их дисбаланс) или внешними — физическими (например, ионизирующее или ультрафиолетовое излучения), химическими, вирусной природы и т. д. Эти факторы обладают мутагенным и, тем самым, канцерогенным воздействием, которое запускает механизм, производящий раковые клетки во все возрастающем количестве.

Предполагают, что программу опухолевого роста имеет любая клетка. Эта программа записана в специальных генах — онкогенах. В обычных условиях онкогены жестко блокированы (репрессированы), но под воздействием мутагенов блокада может сниматься, и онкогены получают возможность работать.

Известно также, что многие канцерогены подавляют иммунную систему организма, освобождая от ее жесткого и постоянного контроля отклонившиеся от нормы клетки. Контрольные и восстанавливающие функции иммунной системы резко ослабевают в старости, когда чаще всего и появляется злокачественная опухоль.

Раковая ткань представляет собой весьма подвижное и изменчивое образование. Поведение ее зависит от множества факторов, в том числе от интенсивности защитных противораковых реакций, на которые способен организм в том или ином конкретном случае.

Иммунная система человека может частично или полностью разрушить опухоль. Она также может блокировать раковые клетки на начальной стадии и не дать им возможности проникнуть вглубь органа (неинвазивный рак, или «рак на месте» — «in situ»).

В названии формы рака находят отражение: принадлежность к тому или иному органу (рак легких, яичников и т. д.), вид эпителия, служащий источником опухоли (рак плоскоклеточный, железистый — аденокарцинома, базальноклеточный и т. д.), скорость роста, гистологическим эквивалентом которой служит степень зрелости раковой ткани (рак дифференцированный и недифференцированный), свойства, связанные со степенью зрелости опухоли и эффективностью иммунных реакций в ней (рак агрессивный, стабильный, регрессивный).

Лечение раковых больных — это довольно сложный процесс, зависящий от степени развития опухоли, ее локализации. Использование официальной медициной химио- и радиотерапии для лечения рака было основано на том мнении, что раковая клетка якобы более чувствительна к такого рода воздействиям и это замедляет ее рост. Доказывалось также, что раковая клетка размножается гораздо быстрее, чем здоровая. Однако последние исследования показали, что раковая клетка делится медленнее, чем здоровая. Ведь здоровые клетки делятся со скоростью, пропорциональной скорости разрушения: сколько погибло, столько и возникло. Раковая же клетка в этом отношении просто не поддается контролю и новая клетка (по своей программе) производится чуть быстрее, чем разрушается старая, почему и образуется опухоль.

Кризис медицины в подходе к лечению онкологических заболеваний лежит, так же как и в других областях медицины, не в поисках причин их возникновения, а в устранении симптомов или хирургическим, или химиотерапевтическим, или радиотерапевтическим путем, что, как показывает практика, в большинстве случаев обнадеживающих результатов не дает.

В 1931 году немецкий биохимик Отто Варбург, первым объяснивший механизм клеточного дыхания действием ферментов, получил Нобелевскую премию за работу, в которой доказал, что раковая клетка образуется в результате анаэробного голодания, то есть недостатка кислорода в тканях. Сейчас ясно, что практически все заболевания имеют своей первоосновой именно недостаток кислорода, закисление внутренней среды организма. Кстати, в США, оперируя рак, поступают очень хитро: сажают на опухоль пиявок и за счет увеличения снабжения клеток кислородом опухоль за 20–30 минут уменьшается в 2–3 раза, после чего ее удаляют уже без всяких осложнений.

Вообще хирургическое вмешательство эффективно только в самом начале развития опухоли, и то в последнее время практики стали замечать, что хирургическое вмешательство открывает доступ активизирующемуся кислороду и образованию большого количества свободных радикалов, что, в свою очередь, способствует образованию метастазов.

Народная медицина имеет значительный опыт применения различных методов лечения злокачественных новообразований, в том числе с помощью сильнодействующих трав, тех, которые в большинстве своем имеют ядовитые свойства. Одной из таких трав и является чистотел.



В качестве *противовоспалительного средства при злокачественных новообразованиях* рекомендуется сбор:

Чистотел большой (травя)	1 часть
Пустырник (травя)	2,5 части
Календула (цветки)	1 часть
Бузина черная (цветки)	1,5 части
Омела белая	3 части

1 ст. ложку сбора залить 300 мл крутого кипятка, закрыть, кипятить на водяной бане 1 минуту, настоять 40 минут. Пить в 2 приема, утром и вечером.

Если вы будете пить сбор в летнее время, то ешьте больше капусты, моркови, укропа.



В качестве *противовоспалительного средства при злокачественных новообразованиях* рекомендуется сбор:

Чистотел большой (травя)	1,5 части
Бузина черная (цветки)	0,5 части
Лопух большой (корни)	1 часть
Лаванда (цветки)	1 часть
Омела белая	2 части

1 ст. ложку сбора залить 250 мл крутого кипятка, закрыть, завернуть в полотенце и настоять 4 часа. Пить в 2 приема, утром и вечером.

Сбор помогает также при побочных заболеваниях: *кожных* и органов дыхания. Понижает давление.



При *раковых заболеваниях* рекомендуется следующий состав:

Чистотел большой (сок)	1 ст. ложка
Водка хлебная	0,5 л
Свекла (сок)	0,1 л
Редька черная (сок)	0,1 л
Деготь очищенный	17 капель

В хлебную водку добавить сок свеклы и черной редьки, смешать, влить в смесь очищенный деготь и сок чистотела, плотно закупорить и поместить в землю на 21–22 дня. Принимать по 1 капле 3 раза в день, постепенно увеличивая дозу до 25–30 капель, на воде после еды.



Способствующий *рассасыванию опухолей* сбор:

Чистотел (травя)	1,5 части
Любисток (травя)	2 части
Зверобой (травя)	1 часть
Земляника (листья)	0,5 части

Ива измельченная (кора)

3 части

1 ст. ложку сбора залить 250 мл крутого кипятка, закрыть, настоять в течение 35–40 минут. Пить в 2 приема, утром и в обед, а вечером, то есть на 16 и 19 часов, заварить еще такую же порцию.

Сбор имеет тонизирующее действие, так что пейте его за 2–3 часа до сна. Хорошо его также пить тем, у кого потеют ноги или кто страдает поносами, и в эти дни есть больше петрушки, рябины, калины в виде отваров с вареньем или компотов.



Сбор при *раковых заболеваниях*:

Чистотел большой (травы)

2 части

Клевер красный (головки)

1,5 части

Любисток (листья)

1 часть

Татарник (листья)

3 части

Смородина (листья)

0,5 части

1 ст. ложку сбора залить 250 мл крутого кипятка, закрыть, настоять в течение 30–35 минут. Пить в 1 прием. Отвар можно пить только 2 раза в неделю, например, в понедельник и субботу.

Листья татарника лучше использовать без колючек. Поэтому заготавливать его надо в мае, когда колючки еще не острые.

При *раковых заболеваниях* рекомендуется следующий рецепт. Целый кочан капусты сварить или напарить в духовке, сделать из нее пюре или мелко-мелко нарезать.

Приготовить сбор:

Чистотел большой (травы)

1 ст. ложка без верха

Смородина черная (листья)

1 ст. ложка

Зверобой (травы)

1 ст. ложка

Мед

1 ст. ложка

Этот сбор залить 300 мл крутого кипятка, закрыть, настоять в течение 15 минут.

Капустное пюре процедить, полученный сок смешать с приготовленным отваром и выпить все в 1 прием.



При *раковых заболеваниях* рекомендуется следующий рецепт. Корень свежей капусты промыть, высушить и сжечь. 2 ст. ложки полученной золы смешать с двумя ложками золы из молодых ветвей шиповника.

Приготовить сбор трав:

Чистотел большой (трава)	1 часть
Иван-чай (трава)	3 части
Календула (цветки)	2 части

1 ст. ложку сбора залить 250 мл крутого кипятка, закрыть, как остынет, сцедить, размешать с 1 ч. ложкой золы и пить с медом или вареньем из абрикосов или черной смородины в 1 прием. Золу применять только для этого сбора.



При *раковых заболеваниях* рекомендуется следующий сбор:

Чистотел большой (трава)	1 ч. ложка
Грецкий орех (листья)	1 ч. ложка
Багульник	0,5 ч. ложки
Мед	0,5 ч. ложки

Сбор залить 200 мл кипяченого молока, завернуть в полотенце и настоять в течение 15 минут, сцедить и выпить в 1 прием. В день можно приготовить 2 раза.

Сбор укрепляет организм и немного крепит.



При *раковых заболеваниях* приготовить 50 мл морковного сока и составить такой сбор:

Чистотел большой (трава)	0,5 ч. ложки
Календула (лепестки)	1 ч. ложка

Сбор залить 100 мл крутого кипятка, настоять 15 минут, сцедить, затем смешать с приготовленным морковным

соком, подсластить и выпить в 1 прием. Делать так 2 раза в день, утром и вечером.

Желательно при этом есть больше фруктов и овощей. Очень полезны помидоры, но будьте внимательны: многие, сами того не зная, имеют на помидоры аллергическую реакцию.



Сбор, полезный при *раковых заболеваниях*:

Чистотел большой (травы)	1 часть
Сушеница болотная (травы)	1,5 части
Ромашка аптечная (цветки)	3 части
Бузина черная (цветки)	2 части

1 ч. ложку сбора залить 100 мл крутого кипятка, настоять в течение 30 минут, процедить, долить до 100 мл кипяченого горячего молока и выпить теплым в 1 прием.



Сбор, полезный при *раковых заболеваниях*:

Чистотел большой (травы)	2 части
Бузина черная (кора)	1 часть
Омела белая	2,5 части

1 ст. ложку сбора залить 100 мл красного вина, настоять 10 дней. Пить по 1 ст. ложке в день в 1 прием, но можно разделить эту ложку на 2 приема, утром и вечером. Принимать перед едой за 10–15 минут.



Сбор, полезный при *раковых заболеваниях*:

Чистотел большой (травы)	2 части
Земляника (листья)	0,5 части
Подорожник (листья)	0,5 части
Череша (травы)	1 часть
Ромашка аптечная (цветки)	1,5 части

1 ст. ложку сбора залить 200 мл крутого кипятка, закрыть, настоять 15 минут. Пить теплым с медом или вареньем из абрикосов. Если вам от этого сбора заметно луч-

ше, то заварите еще 1 ст. ложку, но помните: в сбор входит чистотел, а его много пить нельзя. Хотя он и имеет противоопухолевое и противораковое действие, но ядовит, так что сильно не увлекайтесь.



Чистотел считается в народе самым радикальным средством в борьбе с *раком кожи*, применяется в тех случаях, если хирургическое вмешательство почему-либо недопустимо.

Применяют чистотел наружно в виде мази, которая состоит из 1 части порошка травы и 5 частей коровьего масла пополам с медом.

Можно применять также отвар (15 г травы на 200 мл), сгущенный до формы тягучей жидкости.

Можно употреблять и свежий (или консервированный) сок для мази 1:4. Консервируется он на 25–50% водки.



При злокачественных *опухолях пищеварительного тракта, печени и почек* рекомендуется приготовить сбор:

Чистотел большой (трава)	35 г
--------------------------	------

Горец змеиный (порошок из корневища)	30 г
--------------------------------------	------

Чага (порошок)	35 г
----------------	------

К смеси добавить мед и принимать по 1 ч. ложке 3–4 раза в день.



При *раке желудка и кишечника, а также других органов* рекомендуется приготовить следующий сбор:

Чистотел большой	1 корень
------------------	----------

Лопух паутинистый	1 корень
-------------------	----------

Одуванчик	1 корень
-----------	----------

Солодка	1 корень
---------	----------

Цикорий дикий	1 корень
---------------	----------

Ферула	1 корень
--------	----------

Взять по одному целебному корню растений, измельчить и кипятить в 2 л воды до тех пор, пока не останется половина жидкости. Процедить, отжать и пить по 150 мл утром и вечером и 250 мл в обед за 1 час до еды. Курс лечения — до выздоровления.



При *раке пищеварительного тракта* рекомендуется приготовить следующий сбор:

Чистотел большой (травя с корнями)	12 ст. ложек
Тысячелистник обыкновенный (травя)	12 ст. ложек
Горец змеиный (корневища)	6 ст. ложек
Лопух паутинистый (корневища)	6 ст. ложек
Одуванчик лекарственный (корень)	6 ст. ложек
Солодка голая (корень)	6 ст. ложек

12 ст. ложек сбора настаивать в течение ночи в 2,5 л кипятка в плотно закрытой посуде. Утром кипятить на малом огне до тех пор, пока не останется половина жидкости, настаивать еще 1 час, процедить, отжать и принимать в теплом или горячем виде по 150 мл утром и вечером и 200 мл в обед за час до еды с медом. Перед едой рекомендуется съесть 1–3 дольки чеснока. Можно его съесть и в начале приема еды с пищей.

Курс лечения 2–3 месяца. Перерыв 5–7 дней после каждого месяца лечения.

Детям при необходимости давать половинную дозу в зависимости от возраста: до 3–5 лет назначают — по 1–2 ст. ложки 3–5 раз в день.



При *раке пищеварительного тракта* рекомендуется приготовить следующий сбор:

Чистотел большой (травя с корнями)	5 ст. ложек
Бессмертник песчаный (цветки)	7 ст. ложек
Лопух паутинистый (цветки)	5 ст. ложек
Береза бородавчатая (почки)	6 ст. ложек
Тысячелистник обыкновенный (травя)	8 ст. ложек

Горец змеиный (корневища)	7 ст. ложек
Чага (березовый гриб)	10 ст. ложек

Приготовить и применять, как в предыдущем рецепте: 12 ст. ложек сбора настаивать в течение ночи в 2,5 л кипятка в плотно закрытой посуде. Утром кипятить на малом огне до тех пор, пока не останется половина жидкости, настаивать еще 1 час, процедить, отжать и принимать в теплом или горячем виде по 150 мл утром и вечером и 200 мл в обед за час до еды с медом. Перед едой рекомендуется съедать 1–3 дольки чеснока. Можно его съедать и в начале приема еды с пищей.

Курс лечения 2–3 месяца. Перерыв 5–7 дней после каждого месяца лечения.

Детям при необходимости давать половинную дозу в зависимости от возраста: до 3–5 лет назначают по 1–2 ст. ложки 3–5 раз в день.



При раке желудка приготовить:

Сок из алоэ	500 мл
Мед пчелиный	500 г
Спирт 96%-ный	250 мл

Все хорошо перемешать, плотно закрыть и поставить в темное место в глиняной или стеклянной посуде.

Далее приготовить сбор:

Чистотел большой (травы)	4 ст. ложек
Чага (натертая на терке)	500 г
Крапива двудомная (листья)	4 ст. ложки
Подорожник (листья)	4 ст. ложки
Полынь горькая (травы)	5 ст. ложек
Тысячелистник (травы)	50 ст. ложек
Береза повислая (почки)	10 ст. ложек
Шиповник (толченые или растертые плоды)	20 ст. ложек

Всю эту смесь положить в глиняную посуду и хорошо перемешать.

Затем 100 г сосновых почек положить в другую, также глиняную или фарфоровую посуду, залить 3 л воды и кипятить 1 час на слабом огне. Этим отваром залить подготовленную травную смесь, поставить на огонь и только довести до кипения. Снять с огня, закрыть как можно плотнее, укутать потеплее и оставить на 24 часа.

После эту смесь процедить и отжать оставшееся. Жидкость вылить в трехлитровую банку, в которой находятся алоэ, мед и спирт, и поставить в темное прохладное место. Если содержимое не заполнит трехлитровую банку, в нее следует добавить мед или сахар и хорошо размешать. Дать отстояться.

Когда появится осадок — лекарство готово. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день за 30 минут до еды. При хорошей переносимости сахара дозу можно постепенно увеличить до 50 мл. При запущенной болезни лечение повторить через год.



Для приготовления настоя, обладающего *противоопухолевым действием*, а также *рассасывающего рубцы после инфаркта и инсульта*, приготовить:

Чистотел большой (травы) 1 ст. ложка

Вода (кипяток) 1 стакан

Настоять 20 минут в термосе — термос сразу не закрывать, поддержать 1–2 минуты. Принимать по 2 ст. ложки 3 раза в день до еды.



Сбор для настоя, обладающего *противоопухолевым действием*:

Чистотел большой (измельченный корень) 2 части

Лопух паутинистый (измельченный корень) 1 часть

Одуванчик лекарственный (измельченный корень) 1 часть

Солодка голая (измельченный корень) 1 часть

Цикорий дикий (измельченный корень) 1 часть

Змеевик (измельченный корень) 1 часть

В 1,5 л кипящей ключевой или дистиллированной воды засыпать всю смесь, кипятить 25–30 минут на малом огне, процедить и принимать в теплом или горячем виде по 150 мл утром и вечером и 200 мл в обед, за час до еды, с медом. Курс лечения 2–3 месяца. Перерыв 5–7 дней в месяц.



Сбор для настоя, обладающего *противоопухолевым действием*:

Чистотел большой (трава)	40 г
Тысячелистник обыкновенный (трава)	250 г
Полынь горькая (трава)	50 г
Сосна обыкновенная (почки)	150 г
Шиповник (плоды)	150 г
Экстракт из березового гриба (чаги)	200 мл

Всю смесь настаивать в течение ночи в 4 л воды. Утром довести до кипения на слабом огне и кипятить 2–2,5 часа. Настаивать еще сутки в плотно закрытой и тепло укутанной посуде, процедить, отжать. Влить в отвар следующую смесь, которая также настаивалась сутки в темном месте в глиняной или фарфоровой посуде:

Сок из алоэ обыкновенного	250 мл
Сок из винограда (можно отдельно)	250 мл
Коньяк или спирт	250 мл
Мед пчелиный	500 мл

Все тщательно перемешать и настаивать 2–3 суток (сок из винограда не вливать) в темном прохладном месте в плотно закрытой посуде, пока смесь не отстоится. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день за 1–2 часа до еды при *онкологических заболеваниях, астме, гипертонии, гайморите, психических, легочных и сердечных болезнях, при отите, желудочно-кишечных и гинекологических заболеваниях*. Курс лечения — от 2–3 недель до 2–3 месяцев.

Детям дают соответственно меньшую дозу.

Этот состав также быстро лечит *грипп*.

Полипы

В последнее время при обследованиях у больных часто находят полипы, будь то гайморовы пазухи или кишечник. Оказывается, хорошим диагностическим признаком наличия полипов в организме больного являются висячие родинки, бородавки на теле. И хотя полипы считаются доброкачественными новообразованиями, но хирурги, как правило, рекомендуют их убрать, а это уже операция. Оказывается, можно их убрать и без оперативного вмешательства — с помощью чистотела.

Схема применения чистотела следующая.

Первый курс. 10–15 дней делать клизму с соком чистотела (1 ч. ложка на 1,5–2 л прохладной кипяченой воды с добавлением 0,5 стакана собственной урины). Перерыв 15–20 дней.

Второй курс. В клизму добавлять по 1 ст. ложке сока чистотела 10–15 дней. Перерыв 15–20 дней, затем еще один цикл.

Несколько утомительно, но одновременно с очищением организма идет процесс отторжения полипов, родинок, бородавок.

На ночь рекомендуется делать микроклизмы с теплым раствором чистотела по 75–100 мл.

Одновременно принимать сок чистотела натошак 2 раза в день по 20–30 капель на 50–100 мл воды.

Заболевания глаз

В народной медицине чистотел используется для лечения *трахомы*. Это хроническое вирусное, передающееся контактным способом, заболевание глаз: конъюнктивы краснеет, утолщается, образуются сероватые зерна (фолликулы), последовательно распадающиеся и рубцующиеся. При отсутствии лечения воспаляется и изъязвляется также роговица, происходит заворот век,

образование бельма, что приводит, в конечном счете, к слепоте.

При трахоме народная медицина рекомендует свежий сок травы капать в глаза.

Помните, что чистотел — ядовит. Такое лечение необходимо проводить под строгим врачебным контролем!



При *трахоме* и *бельме* также можно воспользоваться следующим рецептом:

Чистотел большой (сок) 1 часть

Мед 1 часть

Компоненты смешать и варить на слабом огне, пока не прекратится выделение пены и отвар не станет похож на мед. Готовым бальзамом смазывать глаза.

Зубные боли

Основное лечение проводится у врача: пломбирование, вырывание зуба. Но в доврачебный период и если больной еще не решился вырвать зуб, а желает унять боль, предлагается следующее средство.

Свежий сок (консервируется на 50% водки) травы чистотела большого нужно накапать на ватку и положить ее на больной зуб.



При *зубной боли* рекомендуется также взять:

Чистотел (сок) 1 часть

Каланхоэ (сок) 1 часть

Смешать сок растений, смочить ватку и приложить к больному месту.



При *зубной боли* рекомендуется также приготовить настой для полоскания:

Грецкий орех (кожура)	2 части
Чистотел большой	0,5 части
Календула (цветки)	1,5 части
Мята холодная	1 часть

1 ст. ложку сбора залить 200 мл крутого кипятка, закрыть, настоять 10 минут, сцедить. Полоскать рот 3–4 раза в день.



При *зубной боли* рекомендуется также взять:

Чистотел большой (порошок травы)	1 часть
Хмель (порошок шишек)	1 часть

Из хорошо высушенных шишек хмеля и травы чистотела сделать порошок, смешать нужное количество в равных долях, посыпать на ватку и приложить к больному зубу. Чистотел лучше собирать в период цветения, а сушить его в стороне от всех трав.

Сахарный диабет

При *сахарном диабете*, а также *заболеваниях поджелудочной железы и мочевого пузыря* рекомендуется приготовить следующий сбор:

Черника обыкновенная (листья)	5 ст. ложек
Чистотел большой (травы)	3 ст. ложки
Фасоль низкорослая огородная (створки)	6 ст. ложек
Лопух паутинистый (корни)	6 ст. ложек

4 ст. ложки сбора кипятить в течение 10–12 минут в 800 мл воды, настаивать 1–2 часа, процедить, отжать и выпить весь отвар за день по 50–75 мл.

Детям давать по 50–100 мл отвара 3–5 раз в день в зависимости от возраста. Рекомендуется в порцию отвара добавлять 1 ст. ложку лимонного сока.



При *сахарном диабете* рекомендуется следующий сбор:

Чистотел большой	0,5 части
Крапива (листья)	2 части
Тысячелистник (цветки)	1,5 части
Клевер красный (головки)	1 часть

1 ст. ложку сбора залить 200 мл крутого кипятка, закрыть, настоять 30 минут и пить в течение дня равными долями за 15–20 минут до еды.

Сбор имеет болеутоляющее и противовоспалительное действие.

Головки красного клевера нужно сушить в тени, без света. Если травы сушатся в полной темноте, то они сохраняют цветовую окраску почти без изменения.

Перед тем как заварить сбор, его желательно перемолоть на мясорубке или измельчить секатором.



При *сахарном диабете* приготовить такой сбор:

Цикорий (верхушки с цветками)	3 части
Чистотел большой	0,5 части
Чабрец	1 часть
Земляника (листья)	2,5 части
Ежевика (листья)	1,5 части

2 ст. ложки сбора залить 200 мл крутого кипятка, закрыть. Как остынет, выпить в 2 приема до обеда. После обеда приготовить снова такой же отвар и выпить также в 2 приема.

Сбор имеет аппетитное и вяжущее действие. Чтобы не набрать лишний вес, ешьте в этот день больше фруктов и овощей.

Этот сбор помогает также и при *ревматизме суставов и болезни печени*.

Ишиас

При поражении седалищного нерва — *ишиасе*, что чаще случается при остеохондрозе межпозвонковых дисков и проявляется болями в ягодице, бедре, голени и некоторыми другими симптомами, рекомендуется приготовить следующий сбор:

Буквица лекарственная (листья)	50 г
Вахта трехлистная (листья)	20 г
Полынь (ветви)	35 г
Бузина черная (цветки)	40 г
Чистотел большой (травы)	15 г

3 ст. ложки смеси настоять в 1 л кипятка в течение 2–3 часов. Принимать по 3 стакана в день при сильных болях.

Лучевая болезнь

Лучевая болезнь в настоящее время еще недостаточно изучена, и диагностирование ее затруднено. Однако даже то, что уже известно, позволяет сделать заключение, что эта болезнь вызывается воздействием проникающих излучений на организм человека. Радиационное поражение возникает в результате как быстрого, так и относительно равномерного воздействия ионизирующих излучений в зависимости от источника поражения и силы разных проникающих излучений, таких как альфа-частицы, бета- и гамма-лучи, поток нейтронов и других.

Начальный механизм действия проникающих излучений пока нельзя полностью объяснить из-за сложности и своеобразия лучевой болезни.

Биологическое действие проникающих излучений на организм рассматривается в настоящее время не только как поражение отдельных клеток и тканевых структур, но и как нарушение основных регуляторных функций. Поражающий эффект связан с рядом действующих в организме иннервационных, нейроэндокринных механизмов,

с образованием биологических активно-токсических веществ с сопутствующим развитием инфекции. Из вышеизложенного вырисовывается вся сложная картина проявлений лучевой болезни как нейродистрофического процесса, охватывающего весь организм.

Рецепты, приводимые ниже, — эффективные и безвредные. Они не только укрепляют здоровье, изгоняют болезни, но и ускоряют выведение радиоактивных веществ из организма. Применяя их в течение 2–3 недель, уже на 5–7 день, а иногда и раньше, больной ощущает прилив сил и отступление болезни. Кроме того, некоторые чаи из лекарственных растений не только благотворно влияют на онкологических больных, но нередко и излечивают злокачественные опухоли желудочно-кишечного тракта, пищевода, горла и различные наружные опухоли.

Эффективность того или иного напара, отвара или чая при лечении различных заболеваний тесно связана с правильным приготовлением их. И в первую очередь это относится к воде. Общеизвестно, что она у нас почти везде водопроводная и хлорированная. Для приготовления лечебного чая нужна дистиллированная вода, однако не везде ее можно приобрести. Поэтому лучше использовать хорошо отстоянную кипяченую охлажденную воду, которая после кипячения настаивалась в эмалированной или глиняной посуде, дно которой усыпано измельченным кремнем. Давно установлено, что кремень не только очищает воду, но и делает ее лечебно-тонизирующей. Такую воду рекомендуют пить, готовить на ней пищу. Для лечебных целей лучше взять ключевую воду или воду из индивидуальной колонки, в которую вода подается с глубины не менее 20 м.

Для проведения лечения нужно запастись большой и малой спринцовками или кружкой Эсмарха. Необходимо также иметь несколько сменных наконечников. Очень важно при ректальном методе лечения, чтобы на ночь кишечник был очищен. Очистку кишечника надо проводить тем же отваром или напаром, которым и лечат. Для этого

за 2–3 часа до сна или до начала лечения вводится ректально 500–700 мл отвара температурой не выше 37–38 °С. Отвар надо стараться задержать внутри как можно дольше, хотя бы на 1–2 часа. После очистки кишечника вводится 100–120 мл отвара для лечения. Эта доза остается до следующего введения, причем температура отвара должна быть на 1–2 °С (39–40 °С) выше, чем при очищении. Это очень важно! Приведенные выше дозы — для взрослых. В зависимости от возраста, веса и пола больного дозы изменяются и подбираются каждому индивидуально.

Детям грудного возраста первый раз для очистки кишечника вводят 50–70 мл отвара, а для всасывания — 25–30 мл.

1–2-летним — соответственно 75–80 мл и 30–35 мл.

3–4-летним — 100–120 мл и 40–50 мл.

5–6-летним — 130–150 мл и 45–50 мл.

7–8-летним — 180–200 мл и 60 мл.

9–10-летним — 130–150 мл и 60–65 мл.

11–12-летним — 270–300 мл и 70 мл.

13–14-летним — 320–350 мл и 75–80 мл.

15–16-летним — 350–400 мл и 85–90 мл.

17–18-летним все лечение проводится, как взрослым, за исключением больных с существенным отставанием в общем физическом развитии. Таким больным вторые дозы делают немного меньшие — как 16-летним.

Метод считается безвредным, так как кишечник всасывает то, что необходимо в настоящий момент организму. Многие специалисты опасаются, что ректальный метод лечения может отрицательно сказаться на микрофлоре любого организма, вплоть до ее уничтожения. Опасения напрасны, так как микрофлора полностью восстанавливается через несколько часов после ее нарушения. Необходимо только точно соблюдать температурный режим лечебных чаев и время их настаивания.

На время лечения рекомендуется исключить из рациона все виды жареных блюд и колбасы, табак, красные вина, не злоупотреблять алкоголем и не менее трех раз в

неделю есть вегетарианские блюда. Желательно почаще использовать в пищу различные рыбные продукты. Молоко и мясо в зимне-весенний период лучше использовать в пищу не чаще 1–2 раз в месяц, особенно людям, проживающим в загрязненных радиацией зонах. Большую опасность для населения этих районов представляют грибы — источник радионуклидов, оказывающих на организм разрушающее воздействие изнутри, вплоть до образования раковых опухолей, вылечить которые бывает очень трудно и даже невозможно. Поэтому надо опасаться загрязненных пищевых продуктов, так как даже очень малые дозы радиации, попавшие в организм, приводят к непредсказуемым последствиям.

Кроме того, нельзя забывать, что для лечения любого заболевания травы, как и лечебные препараты, необходимо подбирать индивидуально.



Для выведения радионуклидов, лечения мочеполовых путей, а также как наружное средство при сыпях, чирьях, лишаих, экземах:

Чистотел большой (травы) 2 ст. ложки с верхом

Василек синий (цветки) 2 ст. ложки с верхом

Смесь залить 1 л воды и кипятить на малом огне 3–5 минут, настаивать в течение ночи (или 7–8 часов) в плотно закрытой и тепло укутанной посуде. Процедить, отжать и использовать ректально.



Сбор для выведения радионуклидов из организма:

Чистотел большой (травы) 1 ст. ложка с верхом

Бессмертник песчаный (цветки) 2 ст. ложки

Боярышник кроваво-красный

(цветки) 2 ст. ложки

Лук репчатый (шелуха) 2 ст. ложки

Крушина ломкая (кора

двухлетней давности) 1 ст. ложка

Всю смесь кипятить 7–10 минут в 1,2 л кипятка, настаивать 6–7 часов, процедить, отжать и применять ректально. Отвар охладить до температуры 37–38 °С и применять ректально.

При этом днем выпивать по 1 стакану 3–4 раза в день напар из плодов шиповника с медом.

ЧИСТОТЕЛ В ОГОРОДЕ

БОТАНИЧЕСКОЕ ОПИСАНИЕ ЧИСТОТЕЛА БОЛЬШОГО

Латинское название растения — *Chelidonium majus* L.
Семейство маковые — Papaveraceae.

Другие названия: бородавник, чистуха, ласточкина трава, желтомолочник, глечкопар, чистоплот, подтынник.

Это многолетнее травянистое растение.

Стебель ветвистый, рассеянно-опушенный, высотой 30–80 см.

Листья непарноперисторассеченные (лировидные), расположены поочередно. Прикорневые и нижние стеблевые листья более крупные, на длинных черешках, верхние — сидячие, с меньшим числом долей. Доли листьев округлые с крупным, неравномерно-городчатым краем. Сверху листья зеленые, снизу — сизоватые, покрытые восковым налетом.

Цветки ярко-желтые, собраны по три-восемь на концах стеблей в соцветия — простые зонтики. Чашечка состоит из двух чашелистиков, обычно опадающих при распускании цветка. Венчик правильный: из четырех обратнойцевидных лепестков. Тычинок много. Пестик один, с верхней одногнездной завязью. Цветет с мая до осени.

Плод — стручковидная коробочка, открывающаяся двумя створками от основания к верхушке. Семена черные, многочисленные, блестящие, с гребневидным придатком. Плоды созревают в июле-сентябре.

Все растение ядовито, содержит млечный сок оранжевого цвета, скотом не поедается.



Чистотел большой

КУЛЬТУРНОЕ РАЗВЕДЕНИЕ И ЗАГОТОВКА ЧИСТОТЕЛА

Культивируется чистотел в южных районах, где при раннем скашивании возможна заготовка два раза за сезон.

Заготовка. Траву (*herba chelidonii*) заготавливают в фазе массового цветения растения, используя косу, серп, секатор.

Охранные мероприятия. Рекомендуется проводить специализацию районов заготовки. При заготовке на месте сбора следует оставлять часть хорошо развитых растений для обсеменения.

Сушка. Без промедления в сушилках при температуре 50–60 °С на чердаках под железной крышей или под навесом с хорошей вентиляцией. Сырье раскладывают рыхло, тонким слоем, время от времени переворачивая. При медленной сушке или когда трава разложена толстым слоем (трава сочная), она буреет и загнивает. При упаковке сырья необходимо надевать на лицо влажные марлевые маски, так как пыль от него вызывает сильное раздражение слизистой оболочки носовой полости.

Внешние признаки готового сырья. По стандарту высушенное сырье состоит из травы с цветками и плодами разной степени развития, облиственных стеблей длиной до 30–50 см, измельченных, реже цельных листьев, цветков, плодов. Стебли слегка ребристые, вверху ветвистые, слабоопушенные. Листья чаще ломаные. Конечная долька крупнее боковых. Запах сырья своеобразный. Вкус не определяется. Снижают качество сырья трава измененного цвета, сорная примесь. Подлинность сырья определяется по внешним признакам.

Хранение. В сухих, хорошо проветриваемых помещениях. Срок годности 3 года.

АГРОТЕХНИКА ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ

По весне, в конце апреля — начале мая, это многолетнее травянистое растение с коротким корневищем формирует розетку из нескольких листьев. И чем богаче почва, тем крупнее и гуще розетки, тем большее число стеблей растение формирует к середине мая.

Стебель прямой, почти голый или внизу более или менее опушен (так же как и черешки листьев) мягкими белыми горизонтально отстоящими волосками. Стеблевые листья сходны с прикорневыми, но верхние состоят из меньшего числа долей (1–2 пары).

Выращивание чистотела на огородном участке несложно. Растение, привыкшее к «дикой» жизни, не потребует

множества хлопот. Зато вы будете обеспечены собственным качественным, экологически чистым (если ваш огород находится в чистой зоне и вы не злоупотребляете химическими удобрениями) сырьем, которое, к тому же, всегда под рукой. Это особенно следует взять на заметку людям, хронические заболевания которых требуют постоянно возобновляемых курсов лечения этим растением.

Общие правила

Выбор и подготовка участка. При формировании цветников из растений, обладающих лекарственными свойствами, следует учитывать не только целенаправленные задачи по выращиванию, сбору и использованию лекарственных растений, но и то, что цветник является фрагментом ландшафта садового участка и должен отвечать эстетическим требованиям человека.

Перед посадками важно своевременно определить кислотность почвы. Если она высока, вносят известь. О кислотности почвы можно судить по характеру растительности. На кислых почвах растут хвощ, мята, подорожник, щавель, лютик ползучий, иван-да-марья. На слабокислых и нейтральных — пырей ползучий, клевер, вьюнок полевой, ромашка непахучая, мать-и-мачеха.

Кислотность почвы определяют в агрохимлаборатории, но можно это сделать и самостоятельно, с помощью лакмусовой бумажки. Для этого 1 ч. ложку земли смешивают с 30 мл дистиллированной воды. После отстаивания в воду опускают полоску лакмусовой бумажки. В кислой среде она краснеет, в щелочной — синеет, в нейтральной — становится фиолетовой.

Участок, по возможности, должен быть защищен от господствующих ветров, чтобы уберечь растения от поломок. Цветочные растения лучше развиваются на средних и легких суглинистых почвах или структурных супесях с хорошим солнечным освещением.

В местах посадки требуется глубокая обработка почвы и заправка органическими удобрениями: весной — компостами или перегноем, осенью — навозом. Перед посадкой или посевом можно вносить минеральные удобрения. После перекопки и внесения удобрений почву разрыхляют, измельчают граблями, выбирают из нее различные примеси. Поверхность почвы выравнивают.

Посадка. Лучше всего высаживать цветочные растения вечером или в пасмурную погоду. Очень мелкие семена не заделывают в землю, а опрыскивают из пульверизатора, и под действием пылевидных капель они как бы осаживаются в почву. Более крупные семена заделывают в бороздки и присыпают слоем земли, равным двойной толщине семени, поливают из лейки через сито с мелкими отверстиями.

При посадке рассады на поверхности почвы на нужном расстоянии обозначают места посадки. Рассаду сильно поливают и берут с комом земли, что обеспечивает высокий процент приживаемости.

Уход. Заключается в основном в поливе и внесении удобрений. Поливать нужно утром до 9 часов или вечером после 18 часов. По мере надобности землю в цветнике рыхлят и пропалывают.

Защита растений от вредителей и болезней. Защита растений от вредителей и болезней включает предупредительные, механические, биологические и химические мероприятия. Рациональное сочетание различных профилактических и защитных методов позволяет добиться большего эффекта.

Предупредить заболевание растения или появление вредителей во многих случаях легче, чем лечить растения или уничтожать появившихся вредителей. Здоровое, крепкое, хорошо развившееся растение более устойчиво в отношении заболеваний и нападения вредителей. Всякие нарушения светового, теплового, водного, воздушного и пищевого режимов всегда болезненно сказываются на растении, ослабляют его.

Эффективный способ защиты растений — ежегодная смена летников и однолетников, перемена мест размещения многолетних растений через каждые 3–5 лет. Также важен выбор предшественников. Например, нельзя высевать или высаживать пасленовые культуры после пасленовых и т. д.

Необходимо каждый сезон глубоко перекапывать почву с оборотом пласта, что приводит к гибели вредных организмов, уменьшает число подгрызающих совок, проволочников, медведок, скрытохоботника.

Имеют значение и частые междурядные обработки, мульчирование посевов и посадок растений. Выбор рациональных, благоприятных сроков посева и уборка лекарственных культур также предупреждают появление вредителей.

Некоторые болезни передаются с семенами и посадочным материалом. Сертификация семян дает ранние дружные всходы, что в свою очередь приводит к меньшему повреждению растений.

Необходимо своевременно уничтожать растительные остатки, выбраковывать больные растения.

Химические препараты использовать нежелательно, так как остатки их могут накапливаться в лекарственном сырье и в почве.

Разведение чистотела большого

Возделывание. Размножается чистотел семенами, которые собирают и высевают под зиму или ранней весной. Отведенные для растения места копают неглубоко, удобряют перепревшим навозом или компостом из расчета на 1 м² 1,5–2 кг. Семена сажают поверхностно или неглубоко заделывая в почву.

Уход. Заключается в своевременной прополке и подкормке, желательно азотными удобрениями.

Сбор и сушка. Собирают траву в начале и во время цветения, срезая на расстоянии 5–10 см от земли, и сушат.

Сушку следует проводить быстро на открытом воздухе в тени или в хорошо проветриваемом помещении.

Подробнее о сборе, заготовке, хранении собранного сырья, которое осуществляется по общим правилам, вы можете прочитать в Приложении 2.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Календарь сбора лекарственных растений

Сырье (время сбора)

Соплодия ольхи (январь, февраль);
Почки березы (март, апрель);
Почки сосны (март, апрель);
Кора дуба (апрель, май);
Кора калины (апрель, май);
Кора крушины (апрель, май);
Листья брусники (апрель, май, сентябрь, октябрь);
Листья толокнянки (апрель, май, сентябрь, октябрь);
Листья земляники лесной (май, июнь);
Листья ландыша майского (май, июнь);
Листья мать-и-мачехи (июнь, июль);
Листья подорожника большого (июнь, июль);
Листья вахты трехлистной (июнь, июль);
Листья крапивы двудомной (июнь, июль, август);
Листья черники (май, июнь);
Трава багульника болотного (август, сентябрь);
Трава душицы обыкновенной (июль, август);
Трава зверобоя продырявленного (июнь, июль, август);
Трава ландыша майского (апрель, май);
Трава череды трехраздельной (июнь, июль);
Трава пустырника сердечного (май, июнь);
Трава тысячелистника (май, июнь, июль);
Трава полыни горькой (май, июнь, июль);
Трава пастушьей сумки (май, июнь);
Трава фиалки трехцветной (май, июнь, июль);
Трава хвоща полевого (июнь, июль);
Трава чистотела большого (апрель, май, июнь);
Трава чабреца ползучего (апрель, май, июнь);
Трава сушеницы топяной (июнь, июль);
Трава горца перечного (июнь, июль);

Трава горца почечуйного (июнь, июль);
Трава горца птичьего (июнь, июль);
Цветки бессмертника песчаного (май, июнь, июль);
Цветки василька синего (май, июль);
Цветки ромашки аптечной (май, июнь);
Цветки ромашки душистой (май, июнь);
Соцветия липы сердцевидной (май, июнь);
Цветки пижмы обыкновенной (июнь, июль);
Цветки боярышника колючего (апрель, май)
Плоды боярышника кроваво-красного (июль, август, сентябрь);
Плоды жостера слабительного (июль, август, сентябрь);
Плоды малины обыкновенной (июнь);
Плоды рябины обыкновенной (август, сентябрь);
Плоды черемухи обыкновенной (июнь, июль);
Плоды черники (июнь, июль);
Плоды можжевельника обыкновенного (август, сентябрь);
Плоды шиповника (июль, август);
Плоды клюквы четырехлепестной (март, август, сентябрь);
Корни алтея (август, сентябрь);
Корневища аира (июнь, июль, август, сентябрь);
Корневища с корнями валерианы лекарственной (август, сентябрь);
Корневища змеевика (июль, август);
Корневища и корни девясила высокого (июль, август, сентябрь);
Корневища и корни кровохлебки лекарственной (июль, август);
Корневища лапчатки прямостоячей (июнь, июль, август);
Корни одуванчика лекарственного (июль, август);
Корневища с корнями чемерицы (август, сентябрь);
Чага (январь, февраль, март, сентябрь, ноябрь, декабрь).

Приложение 2

Правила сбора, сушки и хранения лекарственного сырья

Общие правила сбора. Биологически активные вещества у растений в разные стадии вегетации содержатся в неодинаковом количестве. Поэтому лекарственные растения следует собирать в то время, когда в них содержится самое большое количество этих активных лечебных веществ. Накопление их в наземных частях растения начинается с периода цветения до образования плодов, в подземных органах растения это совпадает с концом вегетационного периода (осенью, весной). Вегетационные стадии одного и того же растения зависят от зоны страны, в которой произрастает данный вид, климатических особенностей, рельефа местности. Кроме того, в зависимости от погодных условий сроки цветения растений колеблются по годам.

Фенологические наблюдения показали, что календарь сбора растений для каждой местности должен быть свой. Как запоздалый, так и преждевременный сбор растений может дать сырье, непригодное для лекарственных целей.

При заготовке растений следует заботиться о том, чтобы запасы их не уничтожать. Поэтому при заготовке однолетних растений, которые размножаются семенами, необходимо часть их оставлять для созревания семян. Наземную часть растений, которые размножаются от корней, можно срезать полностью, не повреждая последних. При сборе корней, корневищ, клубней следует часть их оставлять для размножения. Растения, включенные в Красную книгу, сбору не подлежат.

Лекарственное сырье заготавливают только в хорошую, сухую погоду, когда растения обсохнут от росы или дождя. Растения, покрытые влагой, медленно высыхают, меняют натуральную окраску и портятся. В лекарственном сырье недопустимы примеси посторонних трав. Нельзя также собирать растения, поврежденные насекомыми или грибными болезнями, заплесневелые и мятые. Собранные

растения тщательно сортируют, удаляя посторонние примеси, омертвевшие и загнившие части. Сборщики должны знать заготавливаемые растения. Редкие из них следует выращивать на грядках, в садах и огородах. Все работы, связанные со сбором лекарственных растений, требуют точности, аккуратности и чистоты.

Листья (Folia) собирают вполне развившиеся, зеленые, не поврежденные насекомыми и не пораженные заболеваниями, а также не поблекшие. Толстые, сочные черешки, которые замедляют сушку листьев и содержат мало биологически активных веществ, удаляют.

Цветки (Flores) собирают в начале цветения. Заготавливают вполне распутившиеся цветки, но не отцветающие. Собирают их в сухую погоду. Сортировать и обрабатывать цветки можно до и после сушки. Из собранных цветков тщательно удаляют другие примеси, особенно тех растений, цветки которых очень схожи, а также почерневшие и побуревшие. Повышенная измельченность цветков снижает качество сырья. Цветки сушат сразу же после сбора.

Траву (Herbae), наземные части растения (покрытые листьями и цветоносные стебли травянистых растений) собирают в начале цветения. У растений с жесткими стеблями собирают отдельные листья, цветущие верхушки. Растения, которые имеют толстые корни с большим запасом действующих веществ, такие как чистотел, одуванчик и др., заготавливают вместе с корнями. Перед сушкой траву тщательно просматривают, удаляют случайно попавшие ядовитые, нелекарственные и сходные с данным видом растения. Пожелтевшие и почерневшие листья и растения выбрасывают. Для сушки на 1 м² площади размещают 1–2 кг сырья. Чтобы трава сохла быстро и согревалась (пре-ла), ее часто перемешивают.

Плоды и семена (Fructus et semina) собирают только зрелыми. После сушки их отсеивают от пыли и посторонних примесей. У растений с неодновременно распускающимися соцветиями созревание плодов происходит не-

одновременно. У таких растений (тмин, кориандр, укроп и др.) срезают верхушки в то время, когда половина плодов созревает. Растения связывают в пучки и подвешивают для дозревания в сухом месте.

Корни и корневища (Radix et rhizoma), клубни (Tuber) и луковицы (Bulbus) заготавливают осенью, когда надземная часть растения уже отмирает, или ранней весной. Их очищают от земли, выбрасывают испорченные (подгнившие), тщательно моют в холодной воде, дают обсохнуть на открытом воздухе и сушат. Если корни нетолстые, их оставляют целиком. Толстые разрезают на куски длиной 5–10 и шириной 1–1,5 см. У двулетних растений корни собирают на первом году жизни, осенью.

* * *

Заготовленные лекарственные растения укладывают рыхло, чтобы они не согревались, и провяливают. Нельзя оставлять растения на ночь в таре или в кучках. Тара для сбора растений должна быть совершенно чистой, сухой и без запаха. В одну тару вкладывают только один вид растений.

Сушка приостанавливает работу ферментов растения и сохраняет при этом действующие лекарственные вещества, поэтому очень важно правильно организовать ее. Многие виды растений сушат после сбора при температуре от 40 до 50 °С. Эфирно-масличные растения необходимо сушить медленно, тонким слоем, при температуре 30–35 °С. Части растения, не содержащие эфирные масла или красящие вещества (семена, корни, некоторые плоды), можно сушить под открытым небом. Зеленые части растений, у которых солнечные лучи разрушают хлорофилл, сушат только в тени. Особого внимания требует сырье, содержащее гликозиды, которые легко подвергаются воздействию ферментов и быстро разрушаются. Кроме специальных сушилок, для сушки лекарственного сырья

можно использовать любые помещения, хорошо нагреваемые солнцем и проветриваемые.

При сушке большое значение имеет вентиляция помещений. Сочные плоды (ягоды) в небольших количествах можно сушить в русской печи (при температуре от 40–60 °С). При массовой заготовке сырья можно использовать стационарные сушилки. Бывает, что отдельные части растения высыхают неравномерно. Чтобы не допустить заплесневения и порчи сырья, процесс следует продолжать до полного высыхания всех частей растения. Более тонкие части его могут пересыхать. При упаковке такое сырье измельчается (перетирается). Поэтому его надо оставить на ночь в помещении и сбрызнуть водой. После этого сырье становится мягче и не измельчается при упаковке. При сушке выход его колеблется в широких пределах. Если свежесобранное растительное сырье содержит от 40 до 95% влаги, то в высушенном ее содержится от 10 до 18 %. Листья при сушке теряют до 80% массы, трава — 70%, цветки — 75%, почки — 50–60%, кора — 45%. Выход сухого сырья у различных растений и их частей по отношению к сырому составляет (в %): почек — 40–50, коры — 40–45, травы — 20–25, листьев — 15–25, цветков и соцветий — 14–25, сочных плодов — 15–28, подземных частей (корня) — 30–35.

Хранить лекарственное сырье следует в сухих, хорошо проветриваемых, затемненных помещениях. Нельзя его хранить вместе с веществами, имеющими резкий запах. Растения, содержащие ядовитые лекарственные вещества, а также ароматические должны храниться в отдельных помещениях. Сырье, богатое углеводами, и плоды, легко подвергающиеся порче насекомыми и другими вредителями в период хранения, должны хорошо проветриваться.

Пахучее сырье обязательно отделяют от непахучего. На всех пучках травы, пакетах, банках, коробках с растительным сырьем должны быть этикетки с названием растения, года сбора. Это позволит избежать использования ле-

карств не по назначению. Сырье от сильнодействующих растений надо хранить по списку А и Б.

Высушенные растения рекомендуется хранить при невысоких температурах, но не ниже нуля, так как может произойти подмерзание клеток и разрушение протоплазмы растительного организма. При длительном хранении травы теряют свои терапевтические качества. Поэтому для каждого их вида установлены предельные сроки хранения. Растительный материал, содержащий сердечные гликозиды, а также эфирные масла, установленных сроков хранения не имеет. Для установления сроков пригодности такого сырья его ежегодно контролируют. Лекарственное сырье из других видов растений хранится согласно общепринятым срокам: трава, листья, цветки — от 1 до 2 лет, плоды — 2–3 года, корни и корневища — от 3 до 5 лет.

Приложение 3

Действующие вещества лекарственных растений и их лечебные свойства

Лечебные свойства лекарственных растений зависят от действующих веществ, которые синтезируются самими растениями из неорганических веществ почвы, воды, углекислого газа, воздуха под влиянием световой энергии. Эти биологически активные вещества вырабатываются в процессе жизнедеятельности растения, накапливаются в его органах и представляют собой такие химические соединения, которые оказывают на организм определенное физиологическое и фармакологическое действие — способствуют восстановлению и нормализации работы организма при заболеваниях и повышают его общую резистентность (устойчивость).

Насчитывается несколько групп действующих веществ растений: алкалоиды, гликозиды, дубильные вещества (таниды), сапонины, горечи, пигменты, флавоноиды, эфирные масла, слизи, смолы, бальзамы, ферменты, полисахариды, органические кислоты, фитонциды, витамины, минеральные вещества и др. Качество и количество этих веществ в растении зависят от условий его произрастания, климато-географической зоны, уровня инсоляции, солнечной активности, периода и фазы развития растения, времени сбора, способа сушки, хранения и других факторов. С учетом их и определяют рациональные сроки сбора растительного лекарственного сырья.

Алкалоиды — природные азотсодержащие соединения растительного происхождения. Термин «алкалоиды» (от арабского «алкали» — «щелочь») означает щелочеподобные вещества. В растениях они находятся в виде солей различных органических кислот, легко растворимых в воде. Алкалоиды неодинаково распределены в растениях: у одних аккумулируются в семенах, у других — в корнях, у третьих — в листьях, присутствуют в клеточном соке растения. Ядовитые свойства растений чаще всего объясняют-

ся именно наличием в них этих действующих веществ. Большинство алкалоидов — очень сильные яды растительного царства природы, которые хорошо всасываются в желудочно-кишечном тракте животного организма. Сейчас известно около 2000 алкалоидов, из которых хорошо изучено только свыше 200.

После выделения алкалоидов из растительного сырья они представляют собой твердые кристаллические или аморфные нелетучие вещества. В небольших дозировках алкалоиды оказывают терапевтическое действие. Многие алкалоидные растения используются для получения сложных препаратов.

Хотя алкалоиды открыты давно, их роль для растений до сих пор остается неясной. В растениях одного и того же вида может находиться по нескольку алкалоидов, обладающих разнообразными действиями. Растения, содержащие алкалоиды, в ветеринарии часто применяют в форме порошков и галеновых препаратов.

Гликозиды — сложные органические соединения, молекулы которых состоят из сахарной (гликон) и несахарной (агликон) частей. Гликозиды часто встречаются в клеточном соке различных частей растения. Большинство гликозидов неядовито, но некоторые из них — сильные яды. Под действием кислот, ферментов и при кипячении с водой они легко распадаются на составные части (сахара и соответствующие агликоны). Различают несколько групп гликозидов: сердечные, слабительные, сапонины, горечи и др.

Сапонины (от лат. «sapo» — «мыло») — гликозиды сложного строения. Они обладают высокой биологической активностью, способностью к пенообразованию, гемолизу. Сапонины вызывают отхаркивающее, желче-, мочегонное и тонизирующее действие. Установлено положительное влияние их при лечении атеросклероза в сочетании с гипертонической болезнью и с некоторыми злокачественными новообразованиями. Многие сапонины благотворно действуют на сердечно-сосудистую систему, излечивают болезни других органов и систем организма животных.

Флавоноиды (флавоны, флавонины, ксантинины и др.) содержатся в растениях в виде гликозидов или в свободном состоянии. Они имеют желтую окраску («флавин» означает «желтый»), гетероциклическое строение и содержатся в больших количествах, особенно в цветках и листьях. Богаты ими семейства бобовых, зонтичных, лютиковых, сложноцветных и др. Флавоноиды обладают разносторонней фармакологической активностью: регулируют нарушения проницаемости капилляров, повышают их прочность. По биологическим свойствам они схожи с действием витамина Р (цитрина). Ряд флавоноидов применяется для активизации окислительно-восстановительных процессов, при лечении ран, заболеваниях печени, почек, почечнокаменной болезни и др.

Эфирные масла — летучие ароматические вещества, обладающие своеобразным запахом и жгучим вкусом. Количество эфирных масел у различных видов растений колеблется в пределах 20% (чаще 2–3%). Эфирные масла обладают сильным ароматическим свойством, проявляют антимикробное, болеутоляющее, противокашлевое и другие действия. Многие эфирные масла способны оказывать местное раздражающее действие. Выделяясь почками и отчасти легкими, они могут действовать на мочевыделительные пути (альбуминурия, гематурия и др.) и органы дыхания. Получают эфирные масла из растений путем перегонки с водяным паром.

Органические кислоты содержатся в клетках и клеточном соке растений. Они способствуют нормализации пищеварения, стимулируют деятельность кишечника, обладают бактерицидным и другими свойствами.

Жирные масла состоят из глицеридов жирных кислот, представляющих собой сложные эфиры глицерина и высокомолекулярных кислот. Жирные масла находят применение в терапевтической и фармацевтической практике.

Приложение 4

Техника приготовления лекарственных фитопрепаратов

Сбор (Species) — смесь высушенных измельченных различных частей лекарственных растений: трава, листья, цветы, семена, ягоды, корневища, корни, кора. Вещества, входящие в сборы, отвешивают отдельно. Приготавливают сборы измельчением растительного сырья с помощью специальных резаков или ножей. Кору, корни, корневища, траву, крупные листья измельчают; мелкие цветы измельчать не обязательно. Мелкие листья, семена, ягоды растирают в ступке в крупный порошок. После этого все лекарственное сырье просеивают через сито с отверстиями диаметром 3 мм, а для приготовления настоя и отвара — через сито с отверстиями 4–6 мм. Полученное лекарственное сырье, предназначенное для сбора, тщательно перемешивают для образования однородной смеси. Обычно из сборов готовят припарки, отвары, настои. Нередко их применяют в сухом виде с концентратами или водой. Если в сбор вводят соль, то из нее готовят насыщенный раствор, которым опрыскивают измельченный растительный материал с одновременным тщательным перемешиванием и с последующим высушиванием при умеренной температуре (40 °С).

Настой (Infusa) — жидкая лекарственная форма, действующие вещества которой извлечены водой из растительного лекарственного сырья. Для настоев используют в основном нежные части растений: цветы, листья, траву. Если настаивают кору, корни и корневища, крупные цветы, листья, траву, то их измельчают в крупный порошок: листья, цветы и траву — до частиц размером не более 5 мм; плоды и семена — не крупнее 0,5 мм; стебли — не более 1 мм. Сильное измельчение лекарственного сырья не допускают, так как оно оседает на более крупных частицах растений и затрудняет извлечение действующих веществ. При фильтрации мелкие частицы затрудняют фильтрацию настоя.

Для приготовления настоя растительное сырье помещают в инфузирующую или какой-либо эмалированный сосуд и заливают холодной дистиллированной водой. Воду берут с учетом потери ее. Сосуд закрывают крышкой и подогревают на кипящей водяной бане в течение 15 минут. После этого инфузирующую (кастрюлю или другую посуду) снимают с водяной бани и охлаждают при комнатной температуре в течение 45 минут. Содержимое процеживают через холст или два слоя марли (остаток растительного материала отжимают) и добавляют дистиллированную воду до предписанного объема. По необходимости в готовый настой можно добавить вкусовые вещества: сиропы, соли, сахар и др.

При срочном приготовлении настоев растительное сырье настаивают 25 минут на кипящей водяной бане. Горячей водой обливать растительный материал нельзя, так как происходит коагуляция (сгущение) белковых веществ. Это затрудняет диффузию воды в растительные клетки и диффузию действующих веществ из клетки. Затем охлаждают под струей холодной воды или на льду. При извлечении алкалоидов из лекарственного растительного сырья измельченные растения смачивают слабым (1%-ным) раствором лимонной или винной кислоты, где алкалоиды, переходя в растворимую в воде соль лимонной или винной кислоты, легко извлекаются.

Холодным путем настоек готовят совершенно так же, как и нагреванием. Разница в том, что настаивание происходит в течение 4 часов и при комнатной температуре. Преимущества этого метода состоят в том, что в настои будут только легкорастворимые вещества. Недостатки этого метода — длительность изготовления лекарства и возможность гидролитического распада действующих начал.

Отвары (Decocta) — водные извлечения из растений, действующие начала которых устойчивы к высокой температуре и трудно экстрагируются (удаляются). Отвары готовят из более плотных частей растений (кожистых листьев, корневищ, корней, коры и др.). В отварах содержит-

ся больше веществ, чем в настояях. В них из растений экстрагируются смолы, белковые вещества, много дубильных веществ, пектин, красящие и др. Поэтому действие отваров несколько другое, чем настоев.

Готовят отвары следующим образом. Измельченные кожистые листья размером до 1 мм, стебли, корни и корневища (не менее 3 мм) помещают в инфудирку (кастрюлю), заливают водой комнатной температуры в соотношениях: для несильнодействующего растительного лекарственного сырья — 1:10, для лекарственного сырья, содержащего сильнодействующие вещества, — 1:400 плюс 15–20% воды для смачивания растительного сырья и выкипания. Инфудирку ставят на водяную баню. Закрывают крышкой и подогревают на кипящей бане 30 минут, после чего снимают и охлаждают в течение 10 минут, содержимое процеживают, отжимают остаток растительного сырья и добавляют воду до необходимого объема.

Отвары действуют более продолжительное время, чем настои. Как и настои, их хранят в прохладном месте в течение 2–4 дней, перед употреблением взбалтывают.

Отвары назначают внутрь или наружно и притом чаще — для местного действия (обволакивающие, слабительные и т. д.).

Настойка (Tincturae) — жидкая, прозрачная, довольно сильно окрашенная спиртовая вытяжка растительного лекарственного сырья. Готовят настойки обычно на 40–70%-ном спирте. Измельченное растительное сырье помещают в стеклянный сосуд, заливают спиртом, закрывают и выдерживают в темном месте при комнатной температуре (15–20 °C) в течение 7 дней. Затем настойку сливают, отжимают лекарственное сырье, фильтруют или выливают в темную бутылку. Такая настойка годна в течение нескольких лет.

В настоящее время настойки приготавливают на фармацевтических заводах методом вымачивания, вытеснения до обесцвечивания или растворением готовых экстрактов. Готовые настойки стандартизируют физическими,

химическими и биологическими методами. Различают настойки простые и сложные. Настойки применяют внутрь и наружно как в чистом виде, так и в комбинации с другими веществами. Из сильнодействующего лекарственного сырья их готовят 1:5, а из несильнодействующего 1:10.

Экстракты (Extracta) — концентрированные вытяжки, максимально освобожденные от балластных веществ. Их получают из растений при помощи извлекающих жидкостей: воды, спирта и эфира. По степени последующего сгущения экстракты могут быть жидкими (Extractum fluidum), густыми (E. spissum), сухими (E. siccum). Экстракты готовят на фармацевтических заводах. Хранят их в темном месте, густые и сухие — в сухом.

Мазь (Unguenta) — мягкая лекарственная форма, предназначенная для наружного применения. Для ее приготовления тонко измельченные свежие или сухие части растений тщательно растирают с чистым вазелином, ланолином, свежим свиным салом, сливочным, растительным маслом и другими формосвязующими веществами. Мазь, приготовленная на животном жире, быстро портится. Поэтому подобные мази готовят только перед употреблением.

Растворы (Solutiones) — прозрачные жидкости, состоящие из лекарственного вещества, растворенного в растворителе. В качестве растворителей используются дистиллированная вода (Aqua distillata), этиловый спирт (Spiritus aethylicus) 40–70–90–95%-ной концентрации, жидкие масла (вазелиновое — Oleum Vaselini, оливковое — Ol. Olivarium, персиковое — Ol. Persicorum, миндальное — Ol. Amygdalarum, подсолнечное — Ol. Helianthi) и др. Чаще для приготовления растворов применяется дистиллированная вода. Этиловый спирт является хорошим растворителем для многих нерастворимых в воде лекарственных веществ. Жидкие масла применяются для приготовления лекарств, предназначенных для наружного употребления и для инъекций. Растворы для приема внутрь приготавли-

ливают на дистиллированной воде (их хранят в холодильнике в течение 3–4 дней); для наружных целей их используют в виде примочек, полосканий, промываний, спринцеваний, а также вместо капель глазных, ушных, в нос.

ЛИТЕРАТУРА

1. Астахова В. Волшебные травы Гекаты. — М., 1998.
2. Журба О. Травник. — М., 1997.
3. Иванов В. А. Мудрость траволечения. — СПб., 1994.
4. Корсун В. Ф., Коваленко В. В. Аптекарский огород. — Минск, 1994.
5. Корсун В. Ф., Кубанова А. А., Соколов С. Я. Фитотерапия аллергических заболеваний кожи. — Минск, 1998.
6. Кузнецова М. А., Резникова А. С. Сказания о лекарственных растениях. — М., 1992.
7. Липницкий С. С., Пилуй А. Ф., Лаппо Л. В. Зеленая аптека в ветеринарии. — Минск, 1995.
8. Михайлов И., Шретер А. Современные препараты из лекарственных растений. — М., 1999.
9. Михайлов И. Справочник по гомеопатии. — М., 2000.
10. Одо из Мена. Мацер Флоридус. Свойства трав. — М., 1976.
11. Попов А. П. Траволечебник Алексея Попова. — Кемеровское кн. изд-во, 1993.
12. Цинкина Н. П., Цинкина Н. В. Народные рецепты. Народные притчи, заговоры, легенды о лекарственных растениях. Лечение лекарственными сборами. — Симферополь, 1994.

13. Штигеле Альфонс. Гомеопатическое лекарствоведение. — М., 1994.

14. Эрнст А. Фаррингтон. Гомеопатическая клиническая фармакология. Лекции, читанные в Ганемановской медицинской коллегии в Филадельфии в 1875-1886 гг./ Пер. С. А. Медведева. — М., 1997.

СОДЕРЖАНИЕ

Суперлаборатория жизни	3
Лекарство под ногами	10
Химический состав и фармакологические свойства чистотела	17
Медицинское применение чистотела	19
Меры предосторожности и противопоказания к применению чистотела	23
Подарите себе здоровье	28
Рецепты лечения чистотелом	30
Кожные заболевания и дефекты, раны	30
Заболевания органов дыхания	56
Заболевания половой сферы	64
Заболевания печени и желчевыводящих путей	68
Заболевания селезенки	71
Заболевания кишечника	72
Заболевания сердца и сосудов	73
Злокачественные опухоли	78
Полипы	91
Заболевания глаз	91
Зубные боли	92
Сахарный диабет	93
Ишиас	95
Лучевая болезнь	95
Чистотел в огороде	100
Ботаническое описание чистотела большого	100
Культурное разведение и заготовка чистотела	101
Агротехника лекарственных растений	102
Общие правила	103
Разведение чистотела большого	105

Приложения	107
Приложение 1. Календарь сбора лекарственных растений	107
Приложение 2. Правила сбора, сушки и хранения лекарственного сырья	109
Приложение 3. Действующие вещества лекарственных растений и их лечебные свойства	114
Приложение 4. Техника приготовления лекарственных фитопрепаратов	117
Литература	122

Фирма «ДИЛЯ»

приглашает к сотрудничеству книготорговые организации,
а также на конкурсной основе авторов и правообладателей.

Москва: тел. (495) 651-05-65 (многоканальный)

Санкт-Петербург: тел./факс (812) 378-39-29

107082, Россия, Москва, Рубцовская набережная, д. 3, стр. 4

www.dilya.ru

E-mail: dilya2@list.ru (Москва)

spb@dilya.ru (Санкт-Петербург)

Уважаемые читатели!

*Книги «Издательства «ДИЛЯ» вы можете приобрести
наложенным платежом, прислав вашу заявку по адресам:*

198095, СПб., Митрофаньевское шоссе, д. 18, литера Ж,

ООО «Фирма «Диля».

E-mail: post@dilya.ru

190000, СПб., а/я 333, «Невский Почтовый Дом», тел. (812) 434-91-39

E-mail: nevpost@yandex.ru

Почтовый каталог книг «Издательства «ДИЛЯ» высылается бесплатно.

Просьба не забывать указывать свой почтовый адрес, фамилию и имя.

Иван Павлович Неумывакин

ЧИСТОТЕЛ

МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ

Ответственный за выпуск	<i>С. С. Раимов</i>
Редактор	<i>Е. М. Голубева</i>
Художественный редактор	<i>И. Н. Фатуллаев</i>
Корректор	<i>Л. Г. Алёшичева</i>
Верстка	<i>М. В. Вдовин</i>

Подписано в печать 15.08.09. Гарнитура Petersburg.
Формат 84×108 ¹/₃₂. Усл. печ. л. 6,72. Печать офсетная.
Доп. тираж 7000 экз. Заказ № 17954.

ООО «Издательство «ДИЛЯ»

198095, Россия, Санкт-Петербург, Митрофаньевское ш., д. 18 литер «Ж»

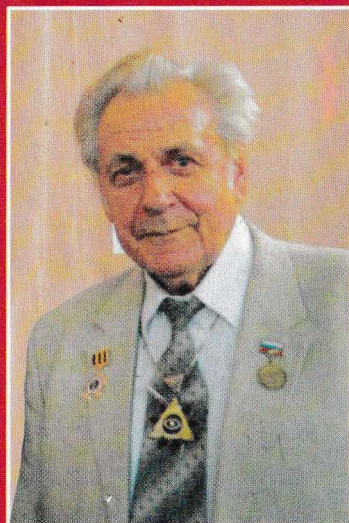
Отпечатано по технологии СтР
в ОАО «Печатный двор» им. А. М. Горького
197110, Санкт-Петербург, Чкаловский пр., 15.

ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДИЛЯ» ПРЕДЛАГАЕТ КНИГИ

И. П. НЕУМЫВАКИНА:



Иван Павлович Неумывакин — профессор, доктор медицинских наук. С 1959 года в течение 30 лет занимался космической медициной: разработкой методов и средств оказания медицинской помощи космонавтам при полетах различной продолжительности. Он разработал и применяет на практике собственную систему оздоровления организма, автор многих популярных книг, ставших бестселлерами. Все они о том, как практически сохранить свое здоровье и справиться даже с «неизлечимыми» болезнями, употребляя простые натуральные природные средства.



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,

как ведущий народный целитель России удостоен высшей награды в этой области – янтарной «Звезды магистра».

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

«Роль растений для человека — бесценна. Нет растения, которое не было бы лекарственным и нет болезни, которую нельзя было бы вылечить растением», — сказал когда-то мудрец. Однако нельзя забывать и слова другого древнего восточного врача-философа: «Смотри, нас трое — я, ты и болезнь. Если ты будешь на моей стороне, нам будет легче одолеть ее одну. Но если ты перейдешь на ее сторону, я один не в состоянии буду одолеть вас обоих». В этой книге рассказывается не только о высокой лекарственной эффективности и способах лечебного использования чистотела, но и о важности сознательного и ответственного отношения человека к своей жизни и здоровью.

ISBN 978-5-88503-315-2



9 785885 033152

