

ПРИРОДНЫЙ



ЗАЩИТНИК



# ДОМАШНИЙ ДОКТОР НА ПОДОКОННИКЕ

ОТ ВСЕХ  
БОЛЕЗНЕЙ



РИПОЛ  
КЛАССИК



Природный защитник

**Домашний доктор на  
подоконнике. От всех болезней**

«РИПОЛ Классик»

2011

Домашний доктор на подоконнике. От всех болезней / «РИПОЛ Классик», 2011 — (Природный защитник)

Многие знают о лечебных свойствах алоэ и каланхоэ, которые признает и официальная медицина, но даже не догадываются о том, что и другие привычные всем комнатные культуры хорошо помогают в борьбе с недугами. Препараты из комнатных растений эффективны при заболеваниях различных систем организма. Лекарства из растений несложно приготовить в домашних условиях. По сравнению с аналогичными средствами, созданными химическим путем, они содержат целый комплекс биологически активных веществ, благотворно влияющих на организм человека. Об этом и многом другом вы прочтете в этой книге.

, 2011

© РИПОЛ Классик, 2011

## Содержание

Введение	5
Основные виды лекарственных комнатных растений и их применение при различных заболеваниях	7
Агава американская ( <i>Agave americana</i> )	7
Агротехника	7
Лечебные свойства	8
Применение при различных заболеваниях	8
Радикулит	9
Бронхит	9
Диспепсия	9
Ушибы и гематомы	10
Алоэ древовидное ( <i>Aloe arborescens</i> )	11
Агротехника	11
Лечебные свойства	12
Абсцессы и фурункулы	12
Астма бронхиальная	13
Простудные заболевания	13
Бронхит	14
Конец ознакомительного фрагмента.	15

# **Домашний доктор на подоконнике. От всех болезней**

## **Составитель Ю. Н. Николаева**

### **Введение**

В настоящее время, несмотря на то что можно приобрести медикаментозные средства практически от любого заболевания, наблюдается рост интереса к нетрадиционным методам лечения, в том числе к фитотерапии.

Под фитотерапией понимают лечение лекарственными растениями и полученными из них препаратами (настойками, экстрактами и т. д.). Лекарственные растения человечество использует многие века. Их полезные свойства были известны древним египтянам, индийцам и китайцам. Гиппократ создал труд о лекарственных растениях, использовавшихся в его эпоху, однако в то время еще не задумывались о механизме воздействия растений на человеческий организм. Гиппократ поэтому предлагал использовать при лечении заболеваний все части растений, не перерабатывая их.

Первые исследования химического состава лекарственных трав провел, как принято считать, римский врач Гален (по его имени и названы используемые в фитотерапии получаемые из лекарственных растений лечебные средства, то есть галеновы препараты). Он готовил из растений различные отвары, настои, порошки и успешно применял их на практике. Парацельс, изучая содержащиеся в растениях лекарственные вещества, предпринимал попытки выделить их в чистом виде. Позднее фитотерапия получила развитие как в ряде европейских стран, так и в России. Сегодня в любой аптеке лекарственные травы и настойки из них соседствуют на полках с синтетическими лекарствами.

Однако для большинства кажется неправдоподобным то, что и многие комнатные растения можно успешно применять для лечения заболеваний. Эти культуры обычно приобретают для озеленения квартиры, и мало кто задумывается о том, что, помимо декоративных, они обладают целебными свойствами. Однако если вспомнить о том, что большинство комнатных растений происходит из тропических и субтропических районов, все становится на свои места. Там они уже давно используются местной народной медициной и столь же привычны, как у нас крапива, одуванчик и другие лекарственные травы.

Многие знают о лечебных свойствах алоэ и каланхоэ, которые признает и официальная медицина, но даже не догадываются о том, что и другие привычные всем комнатные культуры хорошо помогают в борьбе с недугами.

Препараты из комнатных растений эффективны при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, желчного пузыря, селезенки, при бронхиальной астме, легочных болезнях, аллергии, раке, успешно снимают боли различной локализации, устраняют зуд, способствуют заживлению ран, ожогов, ушибов и переломов, лечат дерматиты. Лекарства из растений несложно приготовить в домашних условиях. По сравнению с аналогичными средствами, созданными химическим путем, они содержат целый комплекс биологически активных веществ, благотворно влияющих на организм человека.

Есть мнение, что в отличие от синтетических препаратов лекарства, содержащие природные компоненты, лучше усваиваются и реже вызывают побочные реакции.

Но следует помнить, что даже самое проверенное народное средство не может гарантировать полного исцеления от болезни. Кроме того, некоторые растения могут вызвать аллергические реакции, а другие противопоказаны при ряде хронических заболеваний. Поэтому, прежде

чем начать лечение каким-либо препаратом из комнатных растений, настоятельно рекомендуется получить консультацию врача. Кроме того, всегда следует соблюдать технологию приготовления средств из растений, а также дозировку препаратов.

## **Основные виды лекарственных комнатных растений и их применение при различных заболеваниях**

### **Агава американская (*Agave americana*)**

Агава американская – многолетнее суккулентное растение семейства агавовых (*Agavaceae*).

Род агавы насчитывает около 300 видов, широко распространенных в субтропических районах.

В медицине используют только агаву американскую.

У этого растения крупные, до 1,5 м в длину, мясистые листья сизовато-зеленого цвета, с колючками по краям, собранные в прикорневую розетку.

Цветки крупные, собраны в соцветие-метелку, расположенное на верхушке прямого цветоноса.

Зацветает агавы в возрасте 14–15 лет, после чего погибает.

В домашних условиях цветения и плодоношения не происходит.

Родина – Мексика.

### **Агротехника**

Агава – довольно неприхотливое растение. Предпочитает хорошее освещение, поэтому лучше всего горшок с ней поставить на южное или восточное окно. Почвенная смесь должна состоять из смеси листовой, глинистой дерновой земли и крупнозернистого речного песка в соотношении 1:1:0,5.



*Агава американская*

Поливать агаву следует умеренно, зимой полив следует прекратить и поставить горшок с растением в сухое прохладное помещение. Размножают агаву прикорневыми отпрысками, укореняя их во влажном субстрате при температуре не менее 20 °С. Наилучшее время для этого – весна и начало лета.

### **Лечебные свойства**

В Мексике стебли и листья агавы употребляют в пищу, из сока производят сахар, патоку и алкогольные напитки (пульке и текилу). Из волокон агавы (сизаля) изготавливают прочные веревки, канаты.

Известны также и целебные свойства этого растения. В листьях агавы содержатся смолы, щавелевая кислота, сахара, сапонин, сапогенин, хекогенин.

### **Применение при различных заболеваниях**

Чаще всего приготовленные из листьев агавы препараты используют для лечения радикулита и ишиаса. Кроме того, замечено, что агаву помогает и при ряде заболеваний внутренних органов (легких, печени, желудка и т. д.). Ее используют также как болеутоляющее, противовоспалительное, жаропонижающее средство.



В практике восточной медицины сок растения используют как мочегонное и слабительное средство, а отварами из корней лечат венерические заболевания.

Рассмотрим несколько наиболее известных рецептов лекарственных средств из агавы, которые можно с успехом применять для лечения ряда заболеваний.

## **Радикулит**

Радикулит – это поражение корешков спинномозговых нервов. Основными симптомами заболевания являются сильные боли по ходу пораженных нервных корешков. Лечение радикулита должен назначать врач.

При лечении радикулита агаву применяют как наружное средство. Следует, однако, отметить, что сок агавы может вызвать покраснение и раздражение кожи, поэтому лечение следует проводить крайне осторожно.

### *Рецепт 1*

100 г листьев агавы промывают, снимают кожицу и натирают мякоть на мелкой терке. Полученной кашицей на ночь растирают поясницу. Процедуру повторяют каждые 2–3 дня (в зависимости от индивидуальной переносимости). Если на коже после применения средства появятся зуд и покраснение, лечение следует приостановить.

### *Рецепт 2*

20 г мякоти листьев агавы измельчают, помещают в бутылку из темного стекла и заливают 200 мл водки или 40 %-ного спирта.

Закрывают бутылку крышкой и ставят в темное место на неделю. По истечении указанного времени настойку процеживают и используют для растираний.

### *Рецепт 3*

200 г меда смешивают с 200 г растительного масла и 2 столовыми ложками настойки мякоти агавы. Смесь выдерживают в течение 5 дней.

Марлевую салфетку покрывают толстым слоем полученной мази, прикладывают к больному месту и прибинтовывают. Оставляют на 30 минут, после чего остатки мази снимают влажным тампоном. Лечение проводят в течение 5 дней.

## **Бронхит**

Заболевание представляет собой воспаление слизистой оболочки бронхов. Наряду с медикаментозным лечением, в качестве отхаркивающего и противовоспалительного средства применяют препараты из агавы.

### *Рецепт 1*

20 г мякоти листьев агавы измельчают и отжимают сок. 10–15 капель сока разводят в 1 столовой ложке воды и принимают 3 раза в день, запивая большим количеством кипяченой воды.

### *Рецепт 2*

Смешивают 0,5 чайной ложки сока агавы и 1 чайную ложку сока алоэ. Препарат принимают по 15 капель 3 раза в день, разводя в 100 мл кипяченой воды.

## **Диспепсия**

Диспепсия часто сопровождает желудочно-кишечные заболевания и проявляется вздутием живота, отрыжкой, изжогой и т. д. Справиться с неприятными симптомами поможет настой из листьев агавы.

### *Рецепт 1*

50 г мякоти агавы измельчают и заливают холодной кипяченой водой так, чтобы она полностью покрывала растительное сырье. Настаивают 6 часов, процеживают через марлю, добавляют 100 мл кипяченой воды.

Принимают внутрь по 1 чайной ложке 3 раза в день, запивая водой.

*Рецепт 2*

50 г мякоти листьев агавы заливают 200 мл кипятка, настаивают 15 минут и процеживают. 10 столовых ложек полученного отвара смешивают с 2 столовыми ложками отвара полыни. Смесь принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день после еды, запивая кипяченой водой.

## **Ушибы и гематомы**

Для лечения ушибов и вызванных ими кровоизлияний используют свежесжатый сок агавы.

*Рецепт 1*

50 г мякоти листьев агавы измельчают, отжимают сок. 1 столовую ложку сока разводят в 3 столовых ложках кипяченой воды. Смачивают в приготовленном растворе марлевую салфетку или ватный тампон и прикладывают к месту ушиба на 10–15 минут.

Если после процедуры на коже появится раздражение, следует смазать ее увлажняющим кремом, а лечение прекратить.

*Рецепт 2*

1 чайную ложку сока агавы смешивают с 2 столовыми ложками сока алоэ, смачивают в приготовленной смеси ватный тампон и прикладывают к больному участку на 10–15 минут.

*Рецепт 3*

2–3 листа каллизии душистой растирают в кашицу, добавляют 1 чайную ложку сока агавы и перемешивают. Приготовленное лекарство наносят на место ушиба на 10–15 минут.

## **Алоэ древовидное (*Aloe arborescens*)**

Алоэ, или столетник, – многолетнее суккулентное кустарниковое или древовидное растение семейства лилейных (*Liliaceae*). Род алоэ насчитывает более 350 видов, из которых, помимо алоэ древовидного, в народной медицине используют алоэ настоящее и алоэ африканское. Из листьев двух последних видов изготавливают гомеопатические средства.



*Алоэ древовидное*

У алоэ древовидного листья мясистые, сочные, светло-зеленого или сизовато-зеленого цвета, с зубчатыми краями, покрытыми шипами. Цветки трубчатые, белого, желтого или красного цвета, собраны в соцветие-кисть, расположенное на длинном цветоносе. Цветет зимой, в комнатных условиях – довольно редко.

Родина – Южная Африка, Аравийский полуостров, Мадагаскар.

### **Агротехника**

Алоэ – крайне нетребовательное растение, легко приспосабливающееся к любым видам почвы. Хорошо переносит недостаток влаги в почве. Предпочитает яркое освещение.

В комнатных условиях алоэ рекомендуется высаживать в небольшие горшки, наполненные смесью листовой земли и песка в соотношении 1:0,5 (обязателен дренажный слой из керам-

зита). Поливать следует умеренно, зимой полив нужно прекратить и перенести растение в помещение с температурой около 14 °С.

Размножают алоэ дочерними растениями, боковыми побегами и черенками, которые укореняют во влажном легком грунте, предварительно подсушив срезы в течение 1–2 дней.

## **Лечебные свойства**

Алоэ – одно из наиболее известных комнатных лекарственных растений. Изготовленные из его листьев препараты использует как официальная, так и народная медицина.

В алоэ содержатся смолистые вещества, оказывающие слабительное действие; лектин, препятствующий росту раковых клеток; антраценовые производные; алоэ-эмодин и другие активные соединения.

Препараты алоэ обладают антибактериальным, ранозаживляющим, антисептическим, желчегонным действием, усиливают секрецию пищеварительных желез, улучшают аппетит и пищеварение. В качестве лекарственного сырья используют листья алоэ, достигшие 2–4-летнего возраста, которые можно собирать в течение всего года. Из них готовят настои, настойки, отвары, отжимают сок.

Перед использованием срезанные листья алоэ рекомендуется выдержать в прохладном темном месте в течение 12 дней. В результате в них вырабатываются биостимуляторы, благотворно воздействующие на жизнедеятельность клеток человеческого организма.

Экстракт алоэ используют как внутреннее средство при лечении бронхиальной астмы, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, гастрита, при глазных заболеваниях, истощении, туберкулезе. Наружно алоэ применяют при лечении ожогов, ран, язв, угревой сыпи, воспаления десен.

Исследования показывают, что биогенные стимуляторы алоэ помогают при лечении лучевой болезни.

Сок растения входит в состав лечебных косметических масок.

## **Абсцессы и фурункулы**

Для лечения нарывов и фурункулов применяются как целые листья алоэ, так и кашица из них. Кроме того, для лечения фурункулов можно пользоваться мазью, приготовленной на основе сока этого растения.

Если фурункул или абсцесс не проходят за несколько дней, необходимо прервать лечение алоэ и обратиться к врачу.

### *Рецепт 1*

Созреванию фурункулов и поверхностных абсцессов способствуют холодные примочки из целых листьев алоэ. Крупные листья тщательно промывают, снимают кожицу, прикладывают к пораженному участку кожи и прибинтовывают. Повязку меняют каждые 2 часа.

### *Рецепт 2*

1–2 листа алоэ промывают, снимают кожицу, измельчают мякоть. Полученную кашицу прикладывают к больному месту и прибинтовывают. Повязку меняют через 2–3 часа.

### *Рецепт 3*

При осложнениях, вызванных абсцессами или фурункулезом, наряду с медикаментозной терапией рекомендуется провести курс лечения спиртовой настойкой алоэ. 100 г промытых и измельченных листьев заливают 100 мл 40 %-ного спирта или водки, настаивают в течение 7 дней и процеживают. Настойку принимают по 1 чайной ложке 2 раза в день за 40 минут до еды в течение 10 дней.

Затем делают перерыв на неделю и повторяют курс лечения.

## **Астма бронхиальная**

Заболевание сопровождается приступами удушья, которые могут продолжаться от нескольких минут до нескольких дней. Лечение должно проводиться под наблюдением врача, а облегчить состояние больного можно с помощью препаратов, приготовленных из алоэ.

### *Рецепт 1*

250 г биостимулированных листьев алоэ измельчают, смешивают с 350 г меда и 500 мл кагора. Настаивают в темном месте 9 дней, затем процеживают и отжимают.

Настойку принимают по следующей схеме: по 1 столовой ложке 3 раза в день в течение 2 дней, затем по 1 чайной ложке 3 раза в день в течение 14 дней. После этого нужно сделать 14-дневный перерыв и повторить курс лечения.

### *Рецепт 2*

По 1 столовой ложке измельченных листьев алоэ, ягод и листьев брусники заливают 300 мл кипятка, настаивают 15 минут и процеживают.

Принимают по 1 столовой ложке через каждые 1–2 часа.

## **Простудные заболевания**

Практика показывает, что при лечении простудных заболеваний алоэ дает наибольший эффект, если использовать его вместе с некоторыми другими лекарственными растениями – такими, как душица, зверобой, лимон.

### *Рецепт 1*

Смешивают по 1 столовой ложке сока алоэ, сока из листьев одуванчика лекарственного и лимонного сока. Принимают по 1 чайной ложке 3 раза в день перед едой, запивая водой.

### *Рецепт 2*

1 столовую ложку травы тысячелистника и 1 столовую ложку измельченных листьев алоэ заливают 200 мл кипятка, настаивают 1 час, процеживают. Средство принимают по 50 мл 3 раза в день перед едой.

### *Рецепт 3*

1 столовую ложку измельченных корней одуванчика лекарственного и 1 столовую ложку измельченных листьев алоэ заливают 200 мл кипятка, настаивают 1 час и процеживают. Добавляют в настой 1 столовую ложку меда, принимают по 50 мл 3 раза в день перед едой.

### *Рецепт 4*

1 чайную ложку зверобоя продырявленного и 1 чайную ложку душицы заливают 200 мл кипятка, настаивают в течение 30 минут и процеживают. Настой смешивают с 1 столовой ложкой сока алоэ, принимают препарат по 50 мл 3 раза в день за 30 минут до еды.

### *Рецепт 5*

Смешивают равные части травы зверобоя продырявленного, цветков ромашки аптечной, корней одуванчика лекарственного, цветков бессмертника. 1 столовую ложку смеси и 1 столовую ложку измельченных листьев алоэ заливают 200 мл кипятка, настаивают 15–20 минут, процеживают. Принимают настой по 100 мл 2 раза в день (утром и вечером).

### *Рецепт 6*

В качестве общеукрепляющего и профилактического средства в осенне-зимний период рекомендуется принимать настой из алоэ, чистотела, бессмертника песчаного и зверобоя продырявленного. Перечисленные компоненты смешивают в равных пропорциях, 1 столовую ложку смеси заливают 400 мл кипятка, настаивают 12 часов, процеживают и принимают по 100 мл 3 раза в день после еды.

### *Рецепт 7*

2 столовые ложки травы шалфея лекарственного заливают 200 мл кипятка и настаивают в термосе в течение 5–6 часов. Настой процеживают, смешивают с 1 столовой ложкой измельченных листьев алоэ, настаивают еще 2 часа в прохладном месте, затем доводят до кипения, остужают и процеживают. Приготовленный препарат принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день перед едой.

*Рецепт 8*

3 столовые ложки цветков зверобоя продырявленного, 2 столовые ложки цветков липы, по 1 столовой ложке листьев эвкалипта и измельченных листьев алоэ заливают 200 мл 40 %-ного спирта или водки, настаивают 14 дней и процеживают. Принимают 3 раза в день перед едой, разводя 20 капель настойки в стакане кипяченой воды.

*Рецепт 9*

По 1 столовой ложке измельченных листьев алоэ и крапивы и 2 столовые ложки травы зверобоя продырявленного заливают 200 мл 40 %-ного спирта или водки, добавляют 200 мл свежего сока белокочанной капусты, настаивают 20 дней в прохладном темном месте и процеживают.

Используют при повышении температуры: вначале обтирают тело больного, затем заворачивают его в простыню, смоченную в настойке, и накрывают одеялом. После появления испарины простыню снимают.

## **Бронхит**

Для лечения бронхита используют смеси, приготовленные на основе биостимулированных (выдержанных в прохладном темном месте) листьев алоэ.

*Рецепт 1*

1 столовую ложку измельченной мякоти листьев алоэ смешивают с 2 столовыми ложками жидкого меда и 2 столовыми ложками нутряного сала. Принимают по 1 чайной ложке 3 раза в день, запивая теплым молоком.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.