

НАТАЛЬЯ СТЕПАНОВА РЕКОМЕНДУЕТ

# ПРИРОДНЫЕ ЧУДО-ЦЕЛИТЕЛИ



КАЛЕНДУЛА,  
АЛОЭ,  
БАДАН

УНИКАЛЬНОЕ  
ПРАКТИЧЕСКОЕ  
РУКОВОДСТВО

Природный целитель

**Природные чудо-  
целители. Календула,  
алоэ, бадан. Уникальное  
практическое руководство**

«РИПОЛ Классик»

2020

Природные чудо-целители. Календула, алоэ, бадан.  
Уникальное практическое руководство / «РИПОЛ Классик»,  
2020 — (Природный целитель)

ISBN 978-5-38-613847-9

«Три орудия есть у врача — слово, нож и растение», — говорили древние. Календула и алоэ — целебные растения, с помощью которых люди многих стран издавна лечились от разнообразных недугов. Календула была известна еще в Древней Греции, а целебные свойства алоэ были открыты более 3300 лет назад. Известно, что в старинный эликсир долголетия входил выпаренный из листьев алоэ сок — сабур. Препараты из этих растений оказывают помощь при болезнях желудочно-кишечного тракта, гипертонии, бессоннице, ожогах, сердечно-сосудистых, кожных, гинекологических и многих других заболеваниях. Бадан толстолистный в России не так известен. Однако это растение представляет собой целую сокровищницу уникальных природных веществ, которые при правильном использовании способны буквально творить чудеса.

ISBN 978-5-38-613847-9

, 2020

© РИПОЛ Классик, 2020

## Содержание

Введение	5
Календула	6
Общие сведения о календуле	6
Лечение заболеваний календулой	10
Конец ознакомительного фрагмента.	13

# **Ю. Н. Николаева**

## **Календула, алоэ и бадан толстолистный**

### **– целители от всех болезней**

#### **Введение**

«Три орудия есть у врача – слово, нож и растение», – говорили древние. В наше время эти три орудия определяют три важнейших направления медицины: психотерапию, хирургию и фитотерапию. Последнее из них сейчас испытывает бурный подъем в связи с возросшим вниманием к природной сокровищнице здоровья. Теперь к знаниям в этой области прибегают не только народные лекари и знахари.

В официальной медицине широко используются настои, отвары и экстракты различных трав, которые успешно прошли клинические испытания.

Календула и алоэ – целебные растения, с помощью которых люди многих стран издавна лечились от разнообразных недугов. Календула была известна в качестве исцеляющего средства еще в Древней Греции (первые письменные документы – лечебники и травники, – в которых описывались лечебные свойства ноготков, относятся к XII в.), а целебные свойства алоэ были открыты более 3300 лет назад. Известно, что в старинный эликсир долголетия входил выпаренный из листьев алоэ сок – сабур. Препараты из этих растений оказывают помощь при болезнях желудочно-кишечного тракта, гипертонии, бессоннице, ожогах, сердечнососудистых, кожных, гинекологических и многих других заболеваниях.

В отличие от алоэ и календулы, бадан толстолистный в России не так известен. Однако это растение, как и многие дары природы, представляет собой целую сокровищницу уникальных природных веществ, которые при правильном использовании способны буквально творить чудеса, ставя больных людей на ноги, исцеляя от всевозможных недугов. Бадан толстолистный является прекрасным средством профилактики и лечения многих заболеваний, от авитаминоза до туберкулеза легких.

Материал этой книги основан на опыте людей, которые исцелились или уберегли свое здоровье от развития многих серьезных заболеваний, используя в качестве лекарства и профилактического средства эти полезные растения – календулу, алоэ и бадан толстолистный.

## Календула

### Общие сведения о календуле

Распространенное название календулы – ноготки лекарственные, или аптечные. По-видимому, растение получило его благодаря тому, что дети, играя, любят накладывать на свои ногти яркие лепестки цветков.

На латыни название звучит так: *Calendula officinalis* L. В народе бытуют и другие: наугадки, ноготки, кропис.

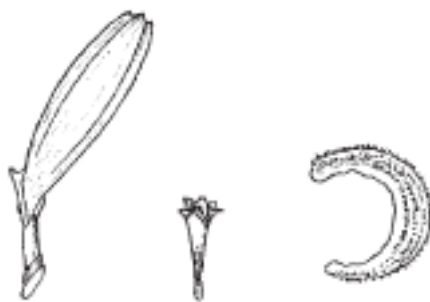
Ноготки лекарственные относятся к семейству сложноцветных – *Compositae*. Поскольку растение является однолетним, каждый год оно отмирает к зиме и размножается посевом семян весной. Высота его не превышает 70 см, но, как правило, средний размер меньше – 20–50 см.



*Ноготки лекарственные (календула)*

Ветвистый прямостоячий травянистый стебель и листья имеют сильный своеобразный запах. На них можно обнаружить жесткие волоски, которые в солнечную жаркую и сухую погоду становятся немного липкими. Продолговатые светлые листья нежно-зеленого цвета, сужающиеся к основанию, располагаются поочередно, густо одевая стебель. Ближе к корню растения они более широкие, крупные, с черешками, продолговато-яйцевидные, в верхней части их форма более продолговатая, широколанцетная. Каждый лист стеблеобъемлющий, сидячий, редкозубчатый.

Верхушки стебля и боковых ответвлений завершаются яркими оранжево-желтыми душистыми цветками, собранными в одиночные крупные (диаметром до 5 см) корзинки. Цветение начинается в июне и продолжается до глубокой осени.



*Язычковый, трубчатогоколокольчатый цветок и плод семянка*

Не все цветки в корзинках одинаковы. Расположенные посередине соцветия – обоеполые, трубчато-колокольчатые, не образуют плодов, так как они мужские. Те, которые находятся по краям (расположены в 1–3 ряда) – язычковые, являются женскими и способны образовывать плоды. Они имеют вид ярких лепестков.

Сейчас существуют новые сорта с более обильным цветением, обладающие махровыми соцветиями. У них язычковые цветки располагаются в несколько рядов, а не в 1 ряд, как у простых форм. Таких рядов бывает до 20, что делает соцветия не только очень декоративными, но и позволяет повысить урожай лекарственного сырья до 20 ц/га. Плоды календулы – остро-зубчатые изогнутые семянки без хохолков, коричневатой или серой окраски. Обычно плоды располагаются в 2–3 ряда. Менее согнутые и наиболее крупные (их длина достигает 15 мм, а ширина – 3 мм) находятся в наружном ряду. Корзинки с сеянками могут созревать в разные сроки, по мере развития и отцветания отдельных соцветий.

Цветки ноготков имеют разные оттенки: от лимонно-желтого до красно-оранжевого. Есть мнение, что оранжевые цветки имеют более выраженные лекарственные свойства. Это утверждение полностью подтверждается. Дело в том, что целебное действие во многом зависит от наличия оранжевого пигмента – провитамина А, или каротина, и чем его больше в лепестках, тем полезнее растение.

Химический состав цветочных корзинок, являющихся лекарственным сырьем, весьма разнообразен. Сочетание составляющих определяет своеобразие терапевтического воздействия и зависит от наличия следующих компонентов, присутствующих в цветках. Исследования показали наличие слизистого вещества, смол, горького вещества календена, пентадециловой и яблочной кислот, а также следов салициловой кислоты. В календуле содержится несколько каротиноидов (каротин, виолаксантин, цитраксантин, флавоксантин, флавохром, ликопин, рубиксантин, хризантемаксантин), а также витамин С (аскорбиновая кислота), фитонциды, эфирное масло, небольшое количество алкалоидов и других соединений.

В организме каротиноиды претерпевают изменения и превращаются в ретинол – витамин А.

## **Выращивание ноготков**

Календула уже давно введена в культуру. Ее охотно выращивают не только в парках, садах и скверах как декоративное растение, но и на дачных участках и промышленных плантациях – как ценное лекарство. Ноготки очень популярны не только в нашей стране, но и во всем мире. Они занимают одно из первых мест среди лекарственных растений.

Выращивание этого неприхотливого, обильноцветущего растения не представляет большого труда. Оно способно мириться с такими неблагоприятными факторами, как бедность почв, весенние и осенние заморозки. Ноготки проявляют великолепную устойчивость к вредителям и болезням. При оптимальных условиях календула дает максимальное цветение. Это



позволяет собирать устойчивый высокий урожай цветочных корзинок и долго радовать садовода яркими цветами.

Для выращивания календулы прежде всего рекомендуется подобрать современные сорта с махровыми, ярко окрашенными оранжевыми цветками, которые позволяют при тех же трудозатратах на возделывание культуры значительно повысить количество собранного лекарственного сырья.

Под ноготки следует выбирать влажный, открытый солнечный участок. Наилучшие почвы – супеси или суглинки. Участки с тяжелыми по механическому составу (глинистыми) почвами подходят меньше. Почву перекапывают, очищая от корневищ сорняков.

Ноготки более всего нуждаются в наличии азота, фосфора и калия в почвенном растворе. Благодаря усиленному питанию этими элементами можно обеспечить обильное и продолжительное цветение в течение всего сезона.

Для этого с осени в почву вносят на 1 м<sup>2</sup> 15–20 г суперфосфата, 20–30 г хлористого калия и 4–5 кг перегноя навоза крупного рогатого скота. Суперфосфат и хлористый калий можно заменить 30 г нитроаммофоски.

При посеве семян одновременно дополнительно вносят еще 4 г нитроаммофоски на каждый 1 м<sup>2</sup>.

Под весеннюю перекопку можно внести мочевины по 30–35 г.

Для рационального использования земельного участка, а также для защиты посадок садово-огородных культур от клещей, бабочек и других вредителей можно посеять календулу вокруг или между грядками. Так, например, соседство с ноготками позволяет защитить гладиолусы от трипсов, а астры – от заболевания черной ножкой. При выращивании календулы следует учитывать и ее аллелопатические особенности. Они заключаются в том, что корни ноготков (как и корни многих других растений) выделяют определенные вещества, способные угнетающе действовать на некоторых представителей царства растений. В данном случае не следует близко высаживать базилик и редис, потому что урожай этих культур может понизиться.

Размножают календулу посевом семян, но иногда высаживают рассаду. Сажать семена можно как весной, после схода снега, так и под зиму, перед заморозками, с тем чтобы обеспечить весной максимально ранние всходы.

Семена высевают рядами на расстоянии между ними 30–60 см, на глубину 1–2 см. Между будущими растениями в ряду должно быть расстояние примерно 7–20 см, но рекомендуется использовать посадочный материал с некоторым запасом, исходя из расчета 1–2 г на каждый 1 м<sup>2</sup>, чтобы впоследствии можно было удалить слабые и загущающие растения.

Появления всходов следует ожидать через 6–12 дней, а первого цветения – через 38–50 дней с момента появления всходов. Уход заключается в рыхлении междурядий, удалении сорняков и поливе при необходимости. В годы, когда дожди идут достаточно часто, полив не нужен.

Когда появляются первые цветки, можно приступать к уборке урожая. Регулярное удаление соцветий способствует пышному цветению в течение всего вегетационного периода.

Не следует оставлять на растениях созревающие семянки, которые иногда образуются при несистематических сборах соцветий, – их необходимо удалять, так как они тормозят появление новых бутонов.

Растения календулы легко дичают, поэтому рекомендуется всегда оставлять лучшие кусты, сохраняющие все сортовые признаки, для того чтобы на них могли созреть семена, необходимые в качестве посадочного материала.

Рекомендуется периодически менять место грядок под культуру, чтобы растения с нехарактерными признаками, случайно выросшие в результате самосева, не засоряли посадки.



## **Как заготавливать и хранить сырье**

Правильный сбор и обработка растительного материала являются важными условиями получения ценного лекарственного сырья, обладающего высоким качеством.

В лечебных целях используют только соцветия. Их сбор продолжают в течение всего лета, по мере созревания цветущих корзинок.

Их обрывают и собирают руками, когда лепестки принимают горизонтальное положение, полностью раскрывшись. Следует обрывать соцветия непосредственно под цветоложем цветочной корзинки.

Сбор рекомендуется производить в сухую погоду в течение всего дня, а также утром, когда обсохла роса, или вечером, до заката солнца и появления вечерней росы.

Не следует срывать всю надземную часть растения, чтобы позже отделить соцветия, потому что на нем через некоторое время после сбора вновь раскроются бутоны, появятся соцветия, которые рекомендуется регулярно собирать.

Дальнейшую обработку необходимо выполнить в этот же день, не откладывая. Из массы удаляют примеси, листья, стебли, растительный мусор и т. д.

Свежее сырье раскладывают в 1 слой в затемненном и хорошо проветриваемом помещении (при температуре – 30–35 °С) и сушат. Необходимо следить, чтобы соцветия не пересохли (максимальная температура не должна превышать 45 °С) и прямые солнечные лучи не попадали на цветки, иначе они выгорят и не сохранят свойственный им характерный цвет. Кроме того, под действием солнечных лучей может испаряться эфирное масло календулы.

Недосушенное сырье под действием ферментов брожения портится. Поэтому процесс высушивания стараются производить как можно быстрее. Высушенные соцветия (согласно существующим стандартам) могут содержать 8-15 % влаги, не более.

Время окончания сушки определяют следующим образом: если при небольшом нажиме пальцами соцветие распадается, то сырье считают высушенным и его можно закладывать на хранение или непосредственно использовать.

Чтобы качество сырья не пострадало в процессе хранения, сухие соцветия закладывают в тканевые, бумажные мешочки или в картонные коробки. Таким образом можно сохранить сырье в течение 1–2 лет.

Высушенные цветки не рекомендуется хранить в плотно закупоренных стеклянных банках или полиэтиленовых пакетах, потому что в этом случае они быстрее теряют ценные качества, их срок годности сокращается. Если календулу собираются использовать в качестве специй (ее также применяют и для ароматизации сыров, и как пищевой краситель), то для сушки отделяют и закладывают только часть цветочной корзинки – лепестки, то есть язычковые.

## **Лечение заболеваний календулой**

### **Лечебные свойства**

В XII в. знахари лечили своих пациенток от рака женских органов и молочной железы с помощью приема внутрь толченых цветков и листьев календулы.

Больные применяли средство и наружно – для избавления от мозолей и бородавок. Со временем круг заболеваний, с которыми начали бороться с помощью ноготков, расширился.

В настоящее время обнаружено, что препараты, приготовленные из этого растения, обладают широким спектром фармакологических свойств – таких, как противовоспалительное, бактерицидное, успокаивающее, потогонное, желчегонное, противораковое, ранозаживляющее, гипотензивное (понижающие артериальное давление).

Календула обладает способностью оказывать действие на половую сферу женщин и может быть использована как вызывающее менструацию средство. При лечении медики и лекари народной медицины активно используют антиспазматическое, стимулирующее, кровоочистительное, мочегонное, вяжущее и витаминное свойства растения. Бактерицидное и дезинфицирующее действие растения ярко выражены. Они особенно активно проявляются в отношении таких возбудителей, как стафилококк и стрептококк.

В результате проведенных исследований было установлено, что лекарственные средства, приготовленные из ноготков, успокаивающе действуют на центральную нервную систему, снижая рефлекторную возбудимость. Благотворное действие препараты календулы способны оказывать и на характер сердечных сокращений: их амплитуда увеличивается, а ритм замедляется.

### **Календула против болезней**

Медицинские препараты, приготовленные из ноготков, применяются и как внутренние, и как наружные средства. Прием календулы внутрь рекомендуется при нарушении ритма сердечных сокращений, заболеваниях желчных путей и печени, при гипертонии, язве желудка и двенадцатиперстной кишки и гастрите.

Ноготки лекарственные применяют также и при климаксе, маточных кровотечениях, как средство, регулирующее менструальный цикл.

Для наружного применения используют мази, настои и настойки, примочки, которые готовят из цветочных корзинок календулы.

Эти препараты очень эффективны при лечении ожогов и обморожений, фурункулов, карбункулов, угрей, лишаев, язв, экзем, свищей, пролежней, незаживающих и гнойных ран, царапин и ссадин, для полоскания горла и полости рта, при ангине и стоматите, при воспалении глотки и полости носа. Находят применение ноготки и в лечении таких заболеваний глаз, как ячмень и конъюнктивит.

По мнению Авиценны, философа и лекаря, применение смеси золы календулы с уксусом оказывает хороший лечебный эффект при врачевании воспаления седалищного нерва.

Специалисты-гомеопаты прибегают к использованию ноготков в лечении многих болезней, изготавливая разные лекарственные формы. В основном применяют это растение в виде мази и настойки.

В народной медицине на основе календулы изготавливают мази, настои, настойки, пластыри и эссенции, а также средства для спринцевания и полоскания.

Народная медицина широко использует настой календулы для внутреннего применения и при следующих заболеваниях: рахите, сердечном неврозе, кашле, при желудочных спазмах, болезнях желчного пузыря и печени, селезенки, при камнях в мочевом пузыре, гипертонии, золотухе, при проявлениях авитаминоза С (скорбуте) и для нормализации состояния при истерии. С помощью ноготков лечат энтероколиты и колиты.

При наружном применении календула помогает заживать раны, различные эрозии, трещины заднего прохода, а также бороться с кожными болезнями. Свежевыжатым соком ноготков промывают раны и язвы, им протирают пораженное место после укусов ос и пчел, а также это лекарство применяют при импетиго (острое воспалительное кожное заболевание) и трихомонадном кольпите. Чаще в лечебных целях применяют средства, приготовленные из соцветий ноготков, но иногда используют и листья растения.

В некоторых случаях, например при заболеваниях печени и проведении повторных курсов лечения, чтобы избежать привыкания или снижения эффективности употребляемого растения, рекомендуется заменить его другим, обладающим подобной терапевтической активностью. В частности, пижма также имеет желчегонные свойства, как и календула, но следует иметь в виду, что она способна повышать давление, в отличие от ноготков, которые понижают его.

При подборе лекарственного средства лучше обратиться за советом к врачу.

### **Заболевания печени и желчного пузыря**

Эта группа заболеваний характеризуется нарушением деятельности данных органов.

Иногда в желчных протоках или в желчном пузыре образуются камни. Часто при этом наблюдаются застой желчи, нарушения в процессе метаболизма холестерина, инфекция желчевыводящих путей, желтуха и лихорадка, сопровождающаяся ознобом.

При воспалении желчного пузыря (холецистите) могут также появиться нарушения процесса пищеварения, тошнота, рвота, пониженный аппетит, боль в подложечной области. Заболевания в период вне обострения могут протекать и бессимптомно. Однако в остром периоде, часто вызванном приемом жирной пищи (баранины и свинины), у больного возникают печеночные колики, наблюдается плохое самочувствие, а также другие признаки заболеваний этой группы.

Чтобы бороться с застоем желчи, помимо другого лечения (иногда приходится прибегать и к оперативному методу), назначают желчегонные средства.

### **Лечение**

При заболеваниях печени и желчного пузыря как желчегонное и дезинфицирующее средство применяют настой цветков календулы. Его готовят следующим образом: 1 столовую ложку цветков календулы заливают 1 стаканом кипятка. Ноготки настаивают в течение 1 часа и пьют процеженное средство 3–4 раза в день по 1 столовой ложке.

Желчегонным действием обладает настой соцветий календулы, приготовленный таким образом: 2 чайные ложки сырья заливают 2 стаканами воды, близкой к температуре кипения, настаивают 1 час, затем массу процеживают.

Пьют средство 4 раза в день по  $\frac{1}{2}$  стакана.

При гепатите принимают другой вариант настоя ноготков: сухие соцветия календулы (2 чайные ложки) заливают 2 стаканами кипятка и настаивают 15 минут. После процеживания средство принимают 4 раза в день по  $\frac{1}{2}$  стакана.

Известен применяемый при этом заболевании и настой соцветий ноготков, приготовленный следующим способом: 1 стаканом кипятка заливают 2 столовые ложки календулы, ставят сосуд на водяную баню на 15 минут. После этого его содержимое должно охладиться при комнатной температуре в течение 45 минут. Сырье процеживают и отжимают. Объем полученной

жидкости доводят до 200 г, добавляя к ней кипяченую воду. Настой следует принимать 2–3 раза в день в теплом виде по  $\frac{1}{3}$  или  $\frac{1}{2}$  стакана.

### **Раны, язвы и фурункулы**

Нарушения целостности кожного покрова, которые наблюдаются при ранах, язвах и фурункулах, могут иметь различную степень повреждения тканей. При этом имеет большое значение фактор загрязнения пораженных мест патогенными микробами и общее состояние защитных сил организма (уровень иммунитета).

## **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.