

Галина Лазарева

# Лесная аптека



# Галина Юрьевна Лазарева

## Лесная аптека

*Издательский текст*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=6184278](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6184278)*

*Лесная аптека: Научная книга; М.; 2013*

### Аннотация

«Лес был первой аптекой, в которую наши древние предки обращались за лекарствами. Лекарственные вещества наполняют бесконечное множество живых растительных клеток, из которых состоят стебли, листья, корни, цветки трав, деревьев и кустарников. Эти клетки не просто хранилища лекарств – они их фабрики. Многие вещества, вырабатываемые растительными клетками, обладают целебными свойствами. Принятые внутрь или используемые наружно, они помогают больному организму справиться с недугом. Разнообразен выбор лекарств в природной аптеке...»

# Содержание

Раздел 1	4
Удивительный мир леса. Лес и человек	4
Содержание биологически активных веществ в лекарственных растениях	11
Раздел 2	23
Раздел 3	37
Способы приготовления лекарственных препаратов в домашних условиях	38
Настойки нетрадиционной медицины из лесных растений	44
Нетрадиционные настойки народной медицины из лесных растений при различных заболеваниях	54
Сборы и чай	62
Растительные масла леса, которые лечат	63
Целебные растения леса и их применение	65
Лесные растения, содержащие гликозиды и другие вещества, воздействующие на сердечно-сосудистую систему	67
Конец ознакомительного фрагмента.	77

# **Галина Юрьевна Лазарева**

## **Лесная аптека**

### **Раздел 1**

### **Общие сведения о**

### **лекарственных растениях**

### **Удивительный мир**

### **леса. Лес и человек**

«Как легко дышится!» – первые слова человека, вошедшего в лес. И недаром. В солнечные дни гектар леса поглощает из воздуха 220–280 кг углекислого газа и выделяет 180–220 кг кислорода, причем большинство лиственных деревьев сохраняет способность поглощать углекислоту, и с наступлением темноты зеленые насаждения очищают воздух от дыма, пыли, увеличивают влажность. В лесу значительно снижается сила ветра и воздействие прямых солнечных лучей. Нет шума, так утомляющего нас в городе. А зеленые тона всех оттенков ласкают глаз. И еще одно благоприятное свойство: растения выделяют фитонциды, которые облада-

ют бактерицидной способностью. Ею обладают сосна, бузина, черемуха, можжевельник. Недаром еще в Средние века на Руси предписывали при эпидемиях жечь костры из можжевельника.

Все, чем живет лес, дает нам полный покой и душевное равновесие, и объединяется суховатой формулой «комплексное оздоровительное воздействие». Классики отечественной терапии Е. А. Захарьин и А. А. Остроумов придавали большое значение «лечение природой». Лес – ее важнейшая, неотъемлемая часть.

В лесу значительно улучшается самочувствие:

- частота пульса снижается почти на 20 ударов в минуту;
- глубже и реже становятся дыхательные движения;
- снижается температура тела на 3–4 градуса;
- поднимается настроение;
- в лесу хорошо думается;
- побеждается гиподинамия при прогулках по лесу.

Лес дарит здоровье физическое, духовное.

Целебные свойства растений леса обусловлены действующими или фармакологическими веществами – алкалоидами, гликозидами, сапонинами, ферментами, витаминами, гормонами, фитонцидами.

Именно они наиболее ценны, хотя и содержатся в растениях в минимальных количествах. Принятые внутрь или наружно, эти вещества помогают организму справиться с недугом.

Сведения об использовании человеком целебных растений леса были обнаружены в самых древних письменах, памятниках человеческой культуры. Лесные растения использовались в лечебных целях задолго до появления письменности. Первоначальные познания в области лечения лесными лекарственными растениями носили эмпирический характер и передавались из поколения в поколение. В древнейших памятниках письменности встречается немало сведений об использовании растений в лечебных целях. Лечение целебными травами сопровождало человечество с колыбели и до наших дней, человек испробовал множество разнообразных методов и средств лечения. По мере совершенствования медицинских знаний во врачебной практике появлялись все новые лечебные средства, но только некоторые из них после продолжительной многовековой проверки заслужили всеобщее признание и сохранились в арсенале лечебных средств до нашего времени.

Лес был первой аптекой, в которую наши древние предки обращались за лекарствами. Лекарственные вещества наполняют бесконечное множество живых растительных клеток, из которых состоят стебли, листья, корни, цветки трав, деревьев и кустарников.

Эти клетки не просто хранилища лекарств – они их фабрики. Многие вещества, вырабатываемые растительными клетками, обладают целебными свойствами. Принятые внутрь или используемые наружно, они помогают больно-

му организму справиться с недугом. Разнообразен выбор лекарств в природной аптеке, но здесь нет этикеток. Многие ядовитые растения выглядят привлекательно, поэтому при лечении растениями следует учитывать рекомендации врача.

Первые люди шли эмпирическим путем, путем проб и ошибок. Миллионы лет накапливались эти знания. Долгое время растения оставались почти единственным лекарством.

В наше время бурно развивающаяся химия ввела в медицину синтетические лекарственные вещества, изготовленные на фармацевтических заводах. Однако не следует забывать – далеко не все загадки природы разгаданы: она хранит от нас свои тайны и нам есть чему у нее поучиться. Лечебные свойства растений поистине уникальны и используются научной медициной. Информация об этих растениях нужна не только врачам, но и фармацевтам, ботаникам, ресурсоведам, экологам.

В связи с загрязнением окружающей среды очень остро встал вопрос об охране не только природы в целом, но и отдельных видов растений, в первую очередь лекарственных, которые заготавливаются сверх разумных пределов некоторые из них оказались, на грани исчезновения.

Очень много информации о лекарственных растениях собрали древние греки. У них сложилась самобытная медицина, а кроме того, они пользовались некоторыми лекарствен-

ными средствами, заимствованными у других народов.

Свое знакомство с лекарственными растениями греки связывали с Кавказом, с легендарной Колхидой, где якобы под покровительством богини Артемиды находился волшебный сад ядовитых и лекарственных растений, и оттуда они были вывезены в Грецию. Греки связывали действие лекарств с разными магическими представлениями. Недаром корень слова «фармакон», обозначавшего в древнегреческом языке «лекарство», «яд», «колдовство», сохранился в словах «фармация», «фармацевт», «фармакология». В религиозных представлениях древних греков фигурировал бог, ведавший лекарственными травами, – Аскиний, латинизированное имя которого Эскулап. По преданию у Эскулапа была дочь по имени Панацея. В обиходе до сих пор бытует нарицательное имя эскулап, а слово «панацея» больше нам знакомо как «средство от любых болезней».

Крупный мыслитель своего времени, врач Древней Греции Гиппократ (469–576 гг. до и. э.) дал научное обоснование применению лекарственных растений, описав 236 видов, которые применялись в медицине. В трудах римского врача Дискорида о лекарственных средствах описано 600 видов растений, в том числе и даров лесных.

Врач Гален (II в. н. э.) создал учение о методах и средствах лечения болезней придерживаясь мнения, что в лекарственных растениях есть два начала – одно из них полезное, другое бесполезное или даже вредное для организма. Гален



предложил отделять полезное от бесполезного жидкостью – водой или вином. В традиционной медицине все препараты, полученные путем экстракции лекарственных веществ, носят название галеновых и широко применяются в повседневной практике, особенно в домашних условиях. Все настои, вытяжки, отвары, – галеновые препараты.

Славянские народы издавна пользовались лекарственными растениями. Этим занимались ведущие волхвы и знахари. Использование лекарственных трав в России приняло широкий размах в середине VII в., когда был создан специальный аптекарский приказ, ведавший снабжением лекарственными травами не только царского двора, но и армии, были созданы «аптекарские огороды», открыта аптекарская школа, где готовили аптекарей. По приказу Петра I «аптекарские огороды» устраивали во всех крупных городах.

В XIX в. использование растений в медицине несколько сократилось в связи с успехами в химии. В страну в этот период начали ввозить лекарственные растения из-за границы, несмотря на богатство растительного мира.

В дальнейшем заготовка лекарственных растений производится как в лесу, так и в специализированных хозяйствах.

Современной отечественной медициной используется около 250 видов лекарственных растений, из них в культуре возделываются около 50.

Общий объем ежегодно заготавливаемых лекарственных растений весьма внушителен. А если учесть, что высушен-

ные растения весят ничтожно мало, а дикорастущие виды растут рассеянно и не образуют плотных скоплений, становится ясно, какого огромного труда стоит заготовка лекарственных растений.

Активные вещества образуются и накапливаются в растениях в определенные периоды их развития, поэтому заготовка проводится в строго определенное время. Распределяются эти вещества в лесных растениях различно: у одних они сосредоточены в листьях, у других – в корнях и корневищах, у третьих – в цветах, у четвертых – в плодах. Надземные части растений накапливают максимальное количество действующих веществ, чаще всего в период цветения – в это время их следует собирать. В плодах – наибольшее количество целебных веществ содержится во время полного созревания. Кора пригодна к употреблению во время весеннего сокодвижения, корни и корневища – поздней осенью, после увядания надземной части растения, почки – ранней весной, когда они набухли, но еще не тронулись в рост, обычно в марте-апреле, почки сосны и березы можно собирать еще раньше, в феврале.

Все надземные части растений надо собирать в хорошую погоду, поскольку, увлажненные росой или дождем, они портятся при сушке.

Корни и корневища растений можно выкапывать в любую погоду, так как перед сушкой их необходимо моют.

# Содержание биологически активных веществ в лекарственных растениях

Тем, кто использует растения в лечебных целях, часто бывает непонятно их действие при многих болезнях, не схожих по происхождению и течению. Однако в этом нет ничего противоречивого, так как в одном и том же растении содержатся различные классы химических соединений – флавоноиды, дубильные вещества, витамины, органические, фенолкарбоновые и другие кислоты. Каждому классу химических веществ присущи лечебные эффекты, они могут суммироваться и обеспечивать появление новых видов активности. Лесные растения содержат биологически активные вещества: алкалоиды, гликозиды, флавоноиды, дубильные вещества, эфирные масла, витамины, жирные масла, микроэлементы.

Алкалоиды – азотсодержащие органические вещества природного происхождения. При взаимодействии с кислотами образуют хорошо растворимые соли. В растениях алкалоиды чаще находятся в виде солей органических и неорганических кислот.

Ядовитость многих растений обусловлена именно их наличием.

Яд в малых дозах обеспечивает лечебный эффект. Наиболее распространенными алкалоидами являются кофеин,

атропин, эхиложин, стрихнин, кокаин, берберин, папаверин и др.

Алкалоиды преимущественно встречаются в цветковых растениях. Оказывают успокаивающее и стимулирующее влияние на мозговую деятельность, повышают или понижают артериальное давление, влияют на дыхание и сердечно-сосудистую систему.

Гликозиды – сложные безазотистые соединения, состоящие из сахаристой и несакхаристой частей. Сахаристая часть гликозида называется гликоном, несакхаристая агликоном. Биологическая активность веществ зависит от характера агликона. Среди гликозидов выделяют сердечные гликозиды, антрагликозиды, сапонины и другие вещества. Гликозиды оказывают влияние на сердце, желудочно-кишечный тракт, мочевыводящую систему.

Гликозиды очень горькие вещества, но в отличие от горьких сердечных гликозидов и алкалоидов не ядовиты. Их применяют в качестве горечи, так как они возбуждают аппетит, усиливают перистальтику желудка, выделение желудочного сока; из растений, содержащих горечь, приготавливают аппетитные капли и чай. Сильнее других гликозидов – горечей действуют лесные растения, в которых горечи совмещаются с эфирными маслами.

Фенольные гликозиды обладают антимикробной и диуретической активностью. Некоторые виды гликозидов применяют как отхаркивающие, мочегонные.

Сердечные гликозиды проявляются в изменении основных функций сердца, они воздействуют на ритм сердца, приток крови к желудочкам, на усиление сердечных сокращений. Сердечные гликозиды ядовиты, и их используют очень осторожно. Антрогликозиды концентрируются в различных частях растений.

Под воздействием щелочей или аммиака они принимают кроваво-красную окраску.

Они не ядовиты, стойки при хранении. Антрогликозиды оказывают на организм слабительное действие, раздражая рецепторы слизистой оболочки толстого кишечника, в результате чего усиливается перистальтика и происходит опорожнение кишечника.

Сапонины относятся к гликозидам сложного строения, они образуют растворы, дающие обильную, долго не исчезающую пену. Они обладают сильным фармакологическим и токсическим действием. Их используют как отхаркивающие средства при заболеваниях дыхательных путей, а также как желчегонные средства. При приеме внутрь сапонины безвредны, но при внутривенном введении могут вызвать смерть человека. Обычно в растениях находится несколько сапонинов. Сапонины присутствуют во всех органах растений, но больше всего их отмечено в корнях, корневищах, клубнях и плодах.

Кумарины обладают разнообразным действием на организм человека. Кумарины широко распространены в расти-

тельном мире и локализуются чаще всего в корнях, плодах, коре стебля в свободном состоянии в виде гликозидов. Они плохо растворяются в воде, поэтому для извлечения из растений применяют различные растворители.

Флавоноиды – фенольные соединения. Флавоноиды свое название получили от латинского слова «флавус» – «желтый», так как первые выделения из растений имеют желтую окраску. В цветках, листьях, плодах они встречаются чаще, чем в корневищах и корнях, в которых находятся в форме алгиконов. Содержание их увеличивается во время цветения растений и уменьшается в период плодоношения. Заготовка флавоносодержащих растений проводится в период их максимального содержания. Флавоноиды широко используются в лечебной практике. Повышают прочность стенок сосудов, ускоряют заживление ран, оказывают желчегонное и противовоспалительное действие.

Они применяются при гипертонической болезни, заболеваниях нервной системы, бессоннице, при гастритах, язвенной болезни желудка.

В человеческом организме они не синтезируются, попадают в организм с пищей. В растительных тканях они участвуют в контроле за ростом и развитием растений.

Дубильные вещества, или амины, – сложные вещества, производные многочисленных фенолов. Они обладают способностью коагулировать тканевые растворы и давать нерастворимые осадки с алкалоидами. Дубильные вещества хоро-

шо растворяются в воде и спирте. Они широко распространены почти во всех растениях. Дубильными веществами являются также катехины, в основе строения которых лежат производные флавонов и антоцианов.

Дубильные вещества используют как вяжущие, противовоспалительные средства при желудочно-кишечных заболеваниях, для полоскания полости рта, при лечении кожных заболеваний, а также при небольших капиллярных кровотечениях. Помогают анины при отравлениях, так как образуют осадки с белками, алкалоидами, гликозидами, тяжелыми металлами.

Дубильные вещества хорошо растворяются в холодной и горячей воде, спирте и легко извлекаются из растений. Под влиянием кислорода воздуха дубильные вещества окисляются и темнеют.

Танины наиболее часто встречаются в корневищах, в надземных частях.

Эфирные масла – смесь летучих и безазотистых веществ, обладающих сильным характерным запахом. Наиболее характерно противовоспалительное, противовирусное, антимикробное и противоглистное действие. Снижают артериальное давление, оказывают болеутоляющее действие. Эфирные масла нестойки, обладают болеутоляющим, противокашлевым, желчегонным и мочегонным действием. Применяются как отхаркивающие, успокаивающие кашель. Стимулируют дыхание, улучшают деятельность пищеваритель-

ной системы.

Некоторые из них снижают функциональную активность нервной системы и применяются для лечения неврозов; эфирные масла равномерно распределяются по всем клеткам растения. Эфирные масла являются также косметическим средством. Содержатся главным образом в цветках, плодах и листьях.

Смолы близки по своему строению к эфирным маслам. Смолы являются сложными смесями различных органических соединений и обладают специфическим запахом. Обычно смолы полужидкие, липкие, не растворяются в воде. Обычно они выделяются в сочетании с другими веществами. Обладают выраженным противомикробным и противовоспалительным эффектом. Оказывают ранозаживляющее действие.

Витамины – органические соединения, необходимы для нормального функционирования всех процессов в организме. В настоящее время известно около 30 витаминов. Большинство из них поступает в организм с растительной пищей. В растениях они находятся в оптимальных соотношениях, что не исключает возможности передозировки, что бывает при бесконтрольном приеме синтетических витаминов. Недостаток витаминов приводит к нарушению обмена веществ, снижению работоспособности и сопротивляемости инфекционным заболеваниям.

Для полноценного обеспечения организма витаминами необходимо включать в рацион больше естественных расти-



тельных продуктов, причем некоторые из них нужно есть в сыром виде. Кулинарная обработка, консервирование продуктов приводят к значительным потерям биологически активных веществ и вызывают изменение их природных свойств. Преимущество сырых продуктов и в том, что в них сохраняются витамины, микроэлементы и другие полезные вещества. Сырые овощи и фрукты обладают значительным спектром целебных свойств. Так, виноград и морковь полезны при истощении и болезнях печени, сырая свекла и яблоки – при повышенном давлении, курага и изюм – при анемии и сердечной недостаточности.

Полезно исправить в сыром виде и некоторые лекарственные растения – особенно это рекомендуется для так называемого весеннего лечения. Известно, что к концу зимы и в начале весны в овощах и фруктах резко снижается содержание витаминов (особенно витамина С), эфирных масел, органических кислот и других необходимых организму веществ, ухудшается их вкус. Поэтому в этот период рекомендуется употреблять свежую дикорастущую зелень: молодую крапиву, первоцвет, одуванчик, мать-и-мачеху, подорожник, зверобой, кислицу, листья толокнянки – они богаты всеми необходимыми веществами и способствуют улучшению процессов обмена, пищеварения, кроветворения, повышают запас жизненных сил.

Свежие листья, цветки, корневища и луковицы некоторых растений применяются в качестве гарнира ко вторым блю-

дам, а также для приготовления салатов, вторых блюд и напитков, а также для ароматизации при консервировании и солений.

Соки из различных растений, особенно фруктовые и ягодные, высоко ценятся как лечебное и профилактическое средство. Их эффективность в несколько раз выше, чем у отваров и настоев из тех же растений.

Травы для соков собирают в период цветения. Срок хранения сока не более 2–3 дней. Принимают обычно 100–150 мл сока в день.

Витамин А (ретинол) образуется в организме при поступлении каротина, который содержится во многих растениях красного, желтого и оранжевого цвета (морковь, тыква, сладкий перец). Витамин А обеспечивает нормальную жизнедеятельность клеток кожных покровов, эпителия верхних дыхательных путей, пищеварительного тракта, мочевыводящих путей, конъюнктивы и роговицы глаза, пигментов сетчатки глаза, а также способствует росту и влияет на иммунные реакции организма и нервную деятельность.

Витамины группы В ( $B_1$ ,  $B_2$ ,  $B_6$ ,  $B_{12}$ ) в больших количествах содержатся в отрубях, проростках пшеницы и ржи, печени и почках животных. При недостатке витаминов этой группы происходят нарушения в работе нервной системы, падает зрение, повышается утомляемость, возникают кожные заболевания (дерматиты), анемия. Витамины группы В регулируют обменные процессы организма. В этой группе

более 10 витаминов.

Витамин В<sub>1</sub> (тиамин) регулирует углеводный обмен, а также обмен аминокислот и принимает участие в регуляции и обеспечении нормальной деятельности нервной системы.

Витамин В<sub>2</sub> (рибофлавин) входит в состав многих ферментов, обеспечивающих течение обменных процессов углеводного обмена, утилизацию аминокислот, и принимает участие в окислительно-восстановительных процессах и реакциях.

Витамин В<sub>6</sub> участвует в процессах обмена белков и жиров. Он играет важную роль в обеспечении транспортировки кровью меди, серы, железа. Витамин В<sub>9</sub> (фолатин) имеет особое значение в образовании эритроцитов и лейкоцитов. Он активен при анемиях различного происхождения. Влияет на функциональное состояние печени и оказывает положительное действие при ее заболеваниях.

Витамин РР (никотиновая кислота) входит в состав ферментов, участвующих в клеточном дыхании, обмене белков, окислительно-восстановительных реакциях. Он стимулирует кроветворение, ускоряет заживление ран, усиливает секрецию слизистой желудка, перистальтику кишечника, улучшает процессы всасывания в кишечнике, регулирует высшую нервную деятельность человека.

Содержится в печени, почках, проростках злаковых и бобовых. Недостаток витамина вызывает расстройства нервной системы, кожные заболевания.

Витамин С (аскорбиновая кислота) принимает участие во многих ферментативных реакциях в организме, оказывает влияние на функцию желез внутренней секреции, процессы кроветворения. Содержится в черной смородине, шиповнике, лимонах, цветной и белокочанной капусте, картофеле, рябине, клюкве, сосновой хвое. При недостатке витамина С снижается сопротивляемость организма инфекционным заболеваниям, появляются утомляемость, сонливость, медленнее идут восстановительные процессы.

Витамин Д содержится в жирах растительного и животного происхождения. Его недостаток в организме приводит к развитию рахита у детей, хрупкости костей у взрослых, рыхлости и кровоточивости десен, судорогам.

Витамин Е обеспечивает созревание половых клеток, активизирует сперматогенез, способствует сохранению беременности, а также расширению сосудов. Содержится в растительных маслах (соевом, подсолнечном, хлопковом), проростках злаковых и бобовых. При недостатке его развиваются кожные заболевания, нарушения нервной системы, понижается функция половых желез, нарушается нормальное течение беременности.

Витамин К (димохинон) играет большую роль в процессах свертывания крови, понижает проницаемость капилляров и способствует прекращению кровотечения.

В большом количестве находится в крапиве, тысячелистнике, томатах, цветной и белокочанной капусте. Недоста-

ток витамина приводит к нарушению свертываемости крови, возникают множественные кровотечения.

Витамин Н (биотин) входит в состав ферментов, регулирующих обмен аминокислот и жирных кислот, способствует распаду промежуточных продуктов обмена углеводов.

Жирные масла – сложные эфиры глицерина и высокомолекулярных жирных кислот. В медицинской практике их используют как основу для приготовления различных мазей и получения масляных экстрактов из растительного сырья. Некоторые из них обладают слабительным действием, некоторые масла используют в качестве эпителизирующего, ранозаживляющего и болеутоляющего средства при трофических язвах, аллергических заболеваниях кожи и ожогах, а также для повышения устойчивости тканей к облегчению и ликвидации последствий лучевой болезни.

Микроэлементы – вещества, которые совместно с витаминами участвуют в жизненно важных процессах, происходящих в организме. Их дисбаланс может привести к развитию тяжелых заболеваний.

Марганец входит в состав ферментативных систем и принимает участие в окислительно-восстановительных процессах, активно влияет на обмен белков.

Йод участвует в образовании гормона щитовидной железы. Недостаток йода встречается часто и проявляется нарушениями функций щитовидной железы.

Ионы серебра обладают антисептическими действиями в

организме человека, повышая тонус организма, активизирует тканевые процессы.

Хром принимает участие в регуляции кроветворения и процессах кроветворения.

Никель и мышьяк принимают участие в процессе кроветворения и проведения нервных импульсов.

Органические кислоты. Их образование связано с обменом углеводов в растениях. Они встречаются как в свободном виде, так и в виде соединений. Они могут образовывать соли с очень важной группой веществ – алкалоидами. В растениях имеются жирные и ароматические кислоты. Некоторые из них обладают лекарственными свойствами.

Из ароматических карбоновых кислот, а также оксикарбоновых кислот, имеющих большое значение в действии на человеческий организм, выделяются бензойная и салициловая кислоты. Галловая кислота входит в состав дубильных веществ и обладает противовоспалительным действием.

## **Раздел 2**

# **Сбор, сушка, хранение лекарственных растений**

Общий объем ежегодных заготовок лекарственных растений леса весьма внушителен. Для того чтобы заниматься этим непростым делом, нужно научиться узнавать лекарственные растения. Однако найти лекарственные растения, узнать их – еще полдела. Чтобы воспользоваться ими как лекарством, надо знать, как и когда их собрать, как высушить, чтобы они не потеряли своих целебных свойств, как хранить готовое сырье, прежде чем из него будет изготовлено лекарство, сколько времени можно его хранить без ущерба для качества и, самое главное, надо знать, что сделать, чтобы это растение не исчезло навсегда в том месте, где вы его собрали.

Собирать растения необходимо вдали от человеческого жилья, промышленных зон. Древние советовали обходить места свалок, кладбищ, леса, сожженные огнем и опустошенные насекомыми территории. Следует иметь в виду, что, кроме обычного загрязнения земли, существует информационное загрязнение, которое влияет на внутреннюю структуру растений, из-за чего изменяются их лекарственные свойства. Собирать растения необходимо вдали от автомобильных и железных дорог, различных сельскохозяйственных и

промышленных предприятий.

Следует собирать растения аккуратно, чтобы на них не попала грязь. Лучше всего собирать растения во время суток летнего солнцестояния. На Ивана Купалу лекарственные травы обладают наибольшей целительной силой. Растения являются чуткими энергетическими резонаторами.

Кроме этого, рекомендуется при сборе растительного сырья учитывать лунные фазы. В первой фазе Луны, в период новолуния, лучше собирать корнеплоды, в этот период большое количество микроэлементов концентрируется в корнях. В период полнолуния лучше собирать надземную часть.

Лучше собирать растения, которые используются в качестве успокоительного, в период, когда видна ровно половина Луны.

Собирать цветки лучше в 7–9 ч утра до 11 ч, листья, кору, корни – в 10–18 ч. Во время дождя не рекомендуется собирать лесные растения.

В период выпадения утренней росы в растениях концентрируется большая целительная сила, так как увеличивается присутствие в растениях гравитационной и пространственной энергии.

Сбор лекарственных растений леса приурочивается к различным религиозным праздникам: Симона Зинота, покровителя растения; в Вербное воскресенье, последнее воскресенье перед Пасхой; перед Троицей, накануне праздника Успенье Богородицы (28 августа), на Спас (19 августа).



Человек должен беречь лес во время сбора. Для заготовки почек используются работы на концентрированных лесосеках, во время санитарных рубок и рубок ухода, а также в посадках, исключительно с нижних побегов.

Заготавливая кору, снимают или срубают молодые растения или побеги, а затем полностью снимают гладкую кору. Старая растрескавшаяся кора содержит много пробки и мало действующих веществ. Частичная заготовка коры не рекомендуется, так как повреждает растения, способствует развитию антисанитарного состояния, связанного с распространением фитозаболеваний лесных растений.

При заготовке листьев следует срывать только нижние, чтобы не повредить цветению и плодоношению растений. Толстые и сочные черешки замедляют сушку, содержат мало действующих веществ, поэтому их удаляют. При сборе листьев некоторые растения скашивают, а когда листья подвянут, их обрывают.

Под термином «травы» в фармакологии подразумеваются олиственные и цветоножные стебли травянистых растений – либо вся наземная часть, либо верхушки стеблей. Травы собирают, срезая ножом, серпом или секатором всю надземную часть на уровне нижних листьев. Оголенные стебли не трогают.

Если растения образуют чистые заросли, их скашивают косой, а перед сушкой удаляют посторонние примеси. У растений с жесткими стеблями собирают отдельно листья и цве-

тушие верхушки. Цветки собирают в начале цветения растений.

Несвоевременно собранные, они теряют окраску. При заготовке цветков их обрывают без цветоножек, а корзинки сложноцветных растений собирают, прочесывая при сборе, после чего обрывают цветоножки. Корзинки сложноцветных собирают в фазе горизонтально расположенных язычковых цветков, а те растения, которые имеют трубчатые цветки – в начале распускания красных веточек. При сборе цветков с деревьев и кустарников для пригибания ветвей пользуются палками с крючком, а для срезания – секатором или сучкорезом, цветки – самые нежные части растения, поэтому их нельзя укладывать в плотно закрытую тару. Лучше собирать их в корзины и после сбора тотчас высушить, разложив слоем в 1 см и не переворачивая, чтобы не перетерлись.

Можно ворошить только корзинки сложноцветных. При сборе цветков и при заготовке травы необходимо оставлять нетронутыми несколько верхушек цветущих растений на 1–2 см для семенного размножения.

Плоды и семена следует собирать вполне зрелыми, за редким исключением. У растений с растянутым цветением плоды созревают неоднократно. В этом случае верхушки срезают в тот момент, когда половина плодов созреет, затем растения связывают в пучки и подвешивают для дозревания всех плодов в сухом помещении. Созревая, плоды осыпаются, их легко можно собрать, а сухие семена обмолотить. Плоды зон-

тичных следует собирать рано утром при росе или в сырую погоду. Все сухие плоды после досушивания отсеивают от пыли и посторонних примесей. Сочные плоды надо собирать утром или вечером, когда спадет жара, иначе они быстро портятся, а складывать их лучше в небольшие корзинки и как можно быстрее доставлять к месту сушки.

При сборе плодов многолетних растений необходимо следить за состоянием плодоносящих побегов и корневой системы – ни в коем случае нельзя вырывать растения с корнем или ломать ветки. При сборе плодов однолетних растений обязателен посев части собранных растений.

Корни и корневища собирают главным образом осенью, когда начинает желтеть и увядать надземная часть. Можно их выкапывать и весной, до того как надземная часть тронется в рост, однако после перезимовки надземная часть растения не всегда сохраняется, и поэтому бывает трудно определить, где именно оно растет, когда же появляются побеги с листьями, заготавливать сырье не имеет смысла, так как оно непригодно к использованию.

Корни и корневища большинства растений нельзя выдергивать, поскольку самая большая и ценная часть корня обрывается и остается в земле. Растения уничтожают, а пользы от этого мало. Очень неудобно и утомительно выкапывать корни ножами, стамесками и прочим неприспособленным инвентарем. Разумнее копать обычной садовой лопатой – ею удобно работать. Выкапывая корень или корневище лекар-

ственного растения, надо воткнуть лопату в землю на расстоянии 10–12 см от стебля под небольшим углом к поверхности почвы, затем надо ее покачать, чтобы несколько расширить разрез в почве, после чего рывком, одним движением вытащить на поверхность весь ком земли вместе с корнем и корневищем.

Сначала сырье отряхивают от земли, отрезают всю надземную часть, а затем промывают водой дочиста. Если заготовка большая, лучше промывать в больших плетеных корзинках.

Промытые корни размещают на рогоже, мешковине и слегка подсушивают. Корни и корневища лекарственных растений ни в коем случае нельзя мыть горячей водой, так как при этом вымываются и действующие вещества. Корни некоторых видов, растущих на песчаной почве, можно не мыть, остатки земли с них отряхиваются. При заготовке подземных частей растений полностью уничтожается все растение, поэтому посев его семян необходим. На участке необходимо оставлять 10–15 % растений для возобновления популяции. Периодичность сбора в одном месте:

- для однолетников – 2 года;
- для многолетников – 7–10 лет в зависимости от особенностей возобновления вида.

Сборщик лекарственного сырья обязан соблюдать установленные правила заготовки, рационально использовать и сохранять природные лекарственные ресурсы, обеспечивая

их воспроизводство. Следует при хранении растений беречь их от запахов других лекарственных растений.

Лекарственное растение может оказывать воздействие за счет жизненной силы и за счет запасенной энергии. При использовании полевой формы жизни растения, его хранят в условиях, чтобы оно не вяло, и используют прежде, чем завянет.

Жизненная сила в растении сохраняется дольше, чем полевая форма жизни, о ее наличии говорит активность растительных ферментов. Лучше всего извлекать жизненную силу в форме сока растений – чем дольше растение находится в сорванном состоянии и влажном виде, тем большее количество жизненной силы растения переходит в неактивное состояние.

Свежее лекарственное сырье нельзя смешивать со старым, ибо свежее потеряет силу. Растение с потерей своего запаха теряет и силу.

Правильный сбор лесных растений еще не все. Последующая сушка имеет не меньшее значение. Почти все лекарственные растения должны быть высушены независимо от того, будут ли они сданы для переработки в аптеки, фармацевтические заводы или оставлены для домашнего употребления. Сушить лекарственные растения не так просто, сушка в сыром и плохо проветриваемом помещении, так же как и преждевременный сбор, может испортить сырье и оказаться лишь напрасной тратой времени, сил и труда.

Перед сушкой растительное сырье сортируют, удаляя случайно попавшие части других растений, или в ходе заготовки. Есть несколько способов сушки растительного сырья: воздушная теневая, воздушная солнечная и тепловая с искусственным подогревом. Растения под влиянием прямых солнечных лучей блекнут, буреют, теряют естественную окраску и надлежащий внешний вид, количество действующих веществ в таком некондиционном сырье снижается. Воздушная теневая сушка производится в проветриваемых помещениях или на чердаках, а в хорошую погоду – на открытом воздухе, но в тени, под специальным навесом, и лучше на ветру. Закрытое помещение необходимо оборудовать стеллажами с выдвижными рамами. Можно сушить сырье и на марлевых гамаках, подвешивая их на чердаке к стропилам.

Воздушная солнечная сушка применяется для корневого и корневищного сырья, содержащего дубильные вещества и алкалоиды, а также для сочных плодов. При том и другом способе сушки сырье раскладывают тонким слоем и не менее одного раза в сутки переворачивают, на ночь закрывают двери и окна помещения, в котором находится сырье. Тепловая сушка с искусственным подогревом оптимальна для всех видов сырья, но температурный режим является разным для каждого вида сырья. Травы, листья, цветки, корни, корневища и луковицы сушат при температуре 50–60 °С, плоды и семена – при 70–90 °С, сырье, содержащее эфирные масла, –

при температуре 30–40 °С. Для этого используют специальные сушилки, а также русские печи.

Почки сушат очень осторожно длительное время и в прохладном помещении. Крупные почки (сосны, тополя) срезают с побегов непосредственно на месте, а мелкие (березы) заготавливают с побегами длиной 50–60 см.

Для коры предпочтительна тепловая сушка, так как в период ее заготовки еще слишком прохладно и сыро.

Листья сушат до тех пор, пока черешки не становятся ломкими.

Цветки сушат сразу после сбора, разложив смесь слоем в 1 см и не переворачивая.

Корни и корневища нельзя высушить за один день даже на сильном солнце, поэтому, оставляя сырье на ночь, надо его накрывать чем-нибудь, чтобы уберечь от росы. В процессе сушки корни несколько раз в день переворачивают. Обычно сырье высыхает в среднем за 3–4 дня, на юге это происходит, конечно, быстрее, а в северных районах приходится затрачивать на сушку больше времени. В тепловых сушилках корневое сырье начинают сушить при температуре 35–40 °С, а заканчивают при 50–60 °С.

По окончании сушки корни и корневища с треском ломаются, листва и травы легко перетираются в руке, жилки листьев и стебли трав ломаются, цветки становятся сухими на ощупь, сочные плоды не слипаются в комок при сжатии и не пачкают рук. Сухое сырье упаковывается в мешки, тюки, ки-

пы и ящики. Собранное для домашнего употребления, оно может храниться в бумажных, матерчатых мешках в пределах сроков годности. Помещение для хранения должно быть сухим, прохладным, хорошо проветриваемым.

Сроки хранения: для цветков и травы – 1–2 года; для корневищ, корней, клубней, коры – 3–5 лет. Для отдельных растений – от 5 до 10 лет.

Оказывается, что собирать лекарственные растения может тот человек, который специально настроен для сбора трав. Относиться к этому нужно с большим вниманием, сборщик должен знать «мужские» и «женские» травы. «Мужские» не цветут, а «женские» с цветками. Некоторые травы должен рвать сам больной. В связи с тем что мужской организм отдает больше энергии в окружающую среду, а женский, наоборот, менее активен и больше работает на удержание энергии в себе, то предпочтительно, чтобы заготовщиком трав был мужчина. Если заготавливает лекарственные растения женщина, то к ней предъявляются следующие требования: могут собирать травы девочки-подростки до полового созревания или пожилые женщины, женщинам репродуктивного возраста категорически запрещается собирать лекарственное сырье. В этот период их энергетика особенно сильно воздействует на окружающее пространство, выделяя специальные вещества, в результате чего растения, особенно цветки, у некоторых женщин вянут прямо на глазах.



Не разрешается хранить лекарственные растения в металлических, пластмассовых коробках и полиэтиленовых пакетах.

В тибетских руководствах по сбору лекарственных растений рекомендуется вывести яд из растений. Сами по себе неядовитые корни имеют яд в коже, а стебли имеют яд в ветвях.

У ветвей ядовиты узлы, у листьев – черешки, у цветка – чашечка, у плодов – косточка. Млечный сок и смола не содержат яда. У наростов яд в коже, у мякоти плода яд может быть в кожице. Неядовитые корни и листья, которые используются как лекарства, нужно собирать отдельно.

Начиная сбор лекарственных растений, надо хорошо знать сами растения, уметь отличить их от близких видов, знать места, где наиболее часто встречаются те или иные растения.

Заготавливать лекарственные растения необходимо только в хорошую сухую погоду. Нельзя складывать вместе растения разных видов. Нельзя засорять сборы различными примесями: землей, песком и др. Собирать надо только те части растений, которые указаны как лекарственные.

Биологически активные вещества накапливаются в различных частях растения. Их содержание неодинаково в течение жизни растения. Необходимо знать, в каких частях растения содержатся лекарственные вещества и когда их больше всего.

Почки собирают ранней весной, до появления листьев. Обычно это март-апрель. Крупные почки срезают ножом или собирают руками, мелкие обмолачивают после сушки ветвей. Сушить почки надо в прохладном помещении.

Кору собирают только с молодых ветвей, обычно весной, в период усиленного сокодвижения. Производят полукольцевые надрезы и снимают пласт коры. Сплошные кольцевые надрезы делать не рекомендуется, так как это ведет к порче дерева. Не следует собирать кору с наростами мха и лишайников.

Листья собирают в течение всего периода цветения растений. Пораженные и увядающие листья собирать не следует.

Травы собирают в начале цветения. Срезают острым ножом без грубых приземных частей. Выдергивать растения с корнем недопустимо – это приводит к уменьшению их естественных запасов и, кроме того, засоряет сырье.

Цветки и соцветия лучше всего собирать в самом начале цветения, цветки обрывают руками или срезают ножницами, не трогая всего растения.

Плоды и семена собирают выборочно, в момент их полного созревания.

Корни, клубни и луковицы собирают обычно в период отмирания надземных частей растения, в конце лета, осенью, или весной, до начала отрастания надземных органов. Их следует очистить от земли, а затем промывают водой. Промытое сырье тут же подсушивают.

Непосредственно перед сушкой собранное лекарственное сырье перебирают и сортируют, удаляя посторонние примеси и поврежденные части. Толстые корни и корневища надо разрезать на поперечные или продольные части. Основная задача сушки – удаление влаги из растений; чем быстрее произведена сушка, тем более качественным будет сырье. Сушка собранных растений производится сразу после сбора. Их нельзя оставлять в мешках и корзинах даже на несколько часов, а тем более на ночь, так как уложенное толстым слоем свежее сырье быстро согревается и в нем начинаются процессы брожения.

Большинство растений нельзя сушить на солнце, так как при этом разрушается значительная часть лекарственных веществ. Сочные плоды и ягоды предварительно необходимо провялить в духовке или на солнце. Для сушки растения рассыпают тонким слоем на газете, полотне, фанере. Чтобы сырье лучше высыхало и не согревалось, его переворачивают несколько раз в день. Сушка производится в тени, под навесом, или в хорошо проветриваемых помещениях. Готовое сырье должно быть хорошо высушено, ломаться с хрустом, но не крошиться.

Высушенные лекарственные растения требуют определенных условий хранения. Хранить лекарственное сырье следует в сухом, темном и прохладном месте, без доступа пыли и насекомых. Различные виды растений должны храниться в отдельной упаковке: бумажных и матерчатых меш-

ках, коробках, банках. Следует соблюдать особую осторожность при хранении ядовитых лекарственных растений.

# **Раздел 3**

## **Способы приготовления лекарственных форм в традиционной и нетрадиционной медицине**

Научная медицина изучает только физико-химические свойства растений и применяет их в виде различных лекарственных средств; народная нетрадиционная медицина использует еще и информационные свойства и является безопасной, щадящей, эффективной и индивидуально ориентированной.

В качестве лекарственного сырья используются различные части лекарственных растений, которые собирают в определенный период года, очищают, высушивают и сохраняют в подходящих условиях. Перед лечебным употреблением лекарственное сырье, как правило, подвергается соответствующей обработке, из него готовят удобную для применения лекарственную форму. Очень редко бывает достаточным одного измельчения. Чаще лекарственное сырье подвергается дополнительной обработке, настаиванию или отвариванию в соответствующей экстрагирующей жидкости, воде, спирте и т. д.

# Способы приготовления лекарственных препаратов в домашних условиях

В домашних условиях можно использовать различные методы приготовления. Перед лечебным употреблением лекарственное сырье подвергается соответствующей обработке, из него готовится лекарственный препарат, удобный для применения. В домашних условиях можно использовать различные методы приготовления. При этом следует избегать приготовления препаратов из ядовитых и сильнодействующих растений.

В домашних условиях для лечебных целей чаще всего из лекарственных растений готовят соки, порошки, настои, сиропы, отвары, настойки и мази.

*Сок.* Для приготовления сока свежие растения измельчают при помощи терки, мясорубки, соковыжималки. В полученный сок, для более длительного хранения, добавляют спирт.

*Порошок* – самая простая лекарственная форма. Для получения порошка высушенное сырье: листья, траву, плоды, кору, корни измельчают в ступке или на кофемолке. Применяют порошок как внутрь, так и наружно – для присыпки язв и ран. Кроме того, он служит исходным продуктом для

приготовления настоек и мазей.

*Отвар* готовят из плотных частей растения (кора, корни). Отмеренное растительное сырье помещают в эмалированную посуду и кипятят на слабом огне 30 мин, после чего охлаждают и доливают водой до нужного объема.

Обычно настои и отвары готовят из расчета 1: 10 или 1: 20 (на 1 часть растительного сырья берут 10 или 20 частей воды). Для наружного применения настои и отвары готовят из двойной или тройной дозы лекарственного сырья, т. е. более концентрированные.

*Сироп* – это густая, сладкая жидкость, предназначенная для употребления внутрь. Для получения лекарственного сиропа смешивают сахарный сироп с лекарственными настояками (при необходимости нагревают), затем фильтруют. Для получения сахарного сиропа добавляют в воду сахар (1 часть сахара на 1 часть воды) и доводят до кипения, после чего процеживают.

*Мазь* – это лекарственная форма, используемая только для наружного применения. Ее готовят из порошков лекарственных растений, в качестве основы для мази применяют несоленый свиной, гусиный, говяжий жир, вазелин, растительные масла. Готовят мазь следующим образом. Мазевую основу растапливают на водяной бане, часть ее, постоянно растирая, смешивают с лекарственным порошком, после чего прибавляют остальное количество масла или жира до требуемого веса.

Из лекарственных растений обычно готовят мази с содержанием в них лекарственного сырья до 10–25 %.

Для хранения мазей используют баночки с широким горлышком из стекла, фарфора или пластмассы, с хорошо закрывающимися крышками. Хранят мазь в темном прохладном месте.

Следует подчеркнуть важность соблюдения дозировок растительных препаратов, особенно при лечении детей. Можно избежать ошибок, если запомнить следующее правило: на каждый год жизни ребенка требуется 1/20 дозы взрослого. Для определения веса лекарственных растений желательно иметь аптечные весы. Если их нет, то для определения приблизительных доз можно пользоваться следующей таблицей:

Вид лекарственного растения	1 ч. л.	1 ст. л.
Трава	1,5	4
Плоды	4	12
Корни	5	15

*Настой* готовится из рыхлых частей растения (листья, цветки, трава). Настои и отвары представляют собой водные извлечения из лекарственного сырья. Настои чаще готовят из листьев, цветов, травы лесных растений, отвары – из грубых частей растений (корней, коры, корневища). Растительное сырье – высушенные части растений – предварительно измельчают: траву, листья и цветки – до частиц размером



не более 5 мм; корни, стебли, кору – не более 3 мм, плоды и семена – не более 0,5 мм. Измельченные части растений отвешивают и помещают в эмалированный или фарфоровый сосуд, заливают водой комнатной температуры, закрывают крышкой и ставят на кипящую водяную баню. Кипятят на слабом огне в течение 10–15 мин, а отвары – 30 мин при частом помешивании. После этого сосуд снимают с водяной бани и настаивают при комнатной температуре (отвары 10 мин), затем проводят процеживание сначала через ситечко, а потом сквозь вату и добавляют до соответствующего объема. Если отвары готовятся из растительного сырья, содержащего дубильные вещества, то процеживание производят немедленно после снятия сосуда с водяной бани. Настои и отвары готовят из расчета 1: 10, т. е. из 10 весовых частей сырья получают 100 объемных частей настоя или отвара. Из растений, содержащих сильнодействующие вещества, отвары и настойки готовят по прописи врача из расчета 1: 400. Если по условиям прописи требуется добавление твердых лекарственных веществ, то их растворяют в процеженном настое или отваре и после этого вновь процеживают. Сиропы, настойки и другие жидкости прибавляют к готовому настою или отвару. Так как настои и отвары – скоропортящиеся лекарственные формы, их следует хранить в прохладном месте, но не более 3–4 дней.

В народной медицине готовят *напары*, когда растительное сырье находится некоторое время в высокотемператур-

ных условиях, что способствует более качественному выходу действующих начал.

В нетрадиционной практике чаще всего пользуются комбинированными методами. Приготовление напара происходит следующим образом: 4 ст. л. смеси насыпают в 1,5-литровую посуду – глиняную или эмалированную, заливают 1 л воды, размешивают и оставляют на ночь. Утром смесь ставят на огонь и после закипания продолжают кипятить под крышкой 5–7 мин. Снимают с огня, оставляют накрытой на полчаса, затем процеживают через чистую марлю и отжимают. Сырье выбрасывают, а отвар пьют. Натощак горячим выпивают целый стакан, а остальное выпивают в четыре приема, каждый раз за полчаса до еды. И так поступают во все время лечения.

Отвары и напары готовят, если смесь лекарственного сырья содержит кору, корни, клубни, семена, ягоды, древесину.

Настои готовят преимущественно из цветков. При горячем приготовлении растительного сырья некоторые лекарственные начала могут разрушаться.

При холодном способе растительное сырье измельчают, помещают в эмалированный сосуд и заливают необходимым количеством холодной воды, настои настаивают 4–24 ч, после чего фильтруют. Настои и отвары относятся к скоропортящимся лекарственным средствам, поэтому желательно их готовить ежедневно.

*Настойка* – это лекарственный препарат, приготовлен-

ный на 70 %-ном или 40 %-ном спирте. Для приготовления настойки измельченные части растения высыпают в плотно закрывающуюся банку или бутылку и заливают нужным количеством спирта. Настаивание производят при комнатной температуре, лучше в темном месте, в течение 7–10 суток. Потом сырье отжимают, промывают той же экстрагируемой жидкостью, вновь отжимают и доводят настойку до соответствующего объема той же жидкостью. Для приготовления настоек обычно на одну весовую часть растения берут 5 объемных частей, получаемой настойки.

Если сырье содержит сильнодействующие вещества, настойку готовят из расчета 1: 10. Полученную настойку отстаивают в течение нескольких дней при температуре не выше 8 °С, после чего фильтруют. Готовые настойки должны быть прозрачными и обладать запахом и вкусом соответствующего лекарственного сырья. Они хранятся в холодильнике длительное время (несколько месяцев) и дозируются от 10 до 30 капель на прием.

При этом следует избегать приготовления настоек из сильнодействующих и ядовитых растений.

# **Настойки нетрадиционной медицины из лесных растений**

## ***Настойка корневищ аира болотного***

Она готовится следующим образом: по 100 мл 40 %-ного спирта настаивают 2 недели, процеживают, отжимают, фильтруют, хранят в темном, прохладном месте. Принимают по 15–30 капель 2–3 раза в день.

Применяют при хронических гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при анемии, холециститах, гепатитах, мочекаменной болезни.

## ***Настойка аралии маньчжурской***

Берут 20 г корней аралии на 100 мл 70 %-ного спирта, помещают в темный флакон. Настаивают 2 недели, процеживают, отжимают, фильтруют, сохраняют в темном, прохладном месте.

Применяют по 30–40 капель 2–3 раза в день при гепатите, умственном и физическом переутомлении, при неврастении.

## ***Настойка березовых почек***

Берут 20 г березовых почек на 100 мл 70 %-ного спирта. Настаивают 3 недели, отжимают, отфильтруют и хранят в темном сосуде в прохладном месте.

Применяют 3 раза в день по 15–20 капель на 1 ст. л. воды.

Применяют как желчегонное и мочегонное средство, при водянке, язве желудка, заболеваниях почек, круглых мелких глистах, заболеваниях кожи, экземах, болезнях мочевого пузыря, ревматизме.

Настойку также применяют при отеках сердечного происхождения, заболеваниях печени. Наружно настойка в виде втирания используется при ссадинах, пролежнях, хронических гнойных ранах, трофических язвах.

При холере можно приготовить настойку на водке. На 0,5 л водки необходимо полбутылки березовых почек. Настаивают в течение месяца. Употребляют на 1 рюмке каждый час до прекращения рвоты.

## ***Настойка боярышника***

10 г цветков с листьями настаивают 10 дней в 100 мл водки в темной посуде, принимают по 60–70 капель с водой 3 раза в день за 30 мин до еды. Курс продолжают 10–30 дней.

Применяют при функциональных расстройствах сердечной деятельности, ангионеврозах, бессоннице у сердечных больных, гипертиреозе с тахикардией, начальных формах гипертонической болезни, атеросклерозе. Снижает возбудимость центральной нервной системы, тонизирует сердечную мышцу, усиливает коронарное мозговое кровообращение, устраняет аритмию и тахикардию, снижает кровяное давление.

### ***Настойка женьшеня***

Необходимо 10 г женьшеня на 100 мл 70 %-ного спирта, настаивают 2 недели, фильтруют, хранят в темном месте, в темной склянке.

Применяют в качестве тонизирующего и укрепляющего средства при заболеваниях центральной нервной системы, для повышения уровня работоспособности и сопротивляемости организма к стрессовым ситуациям. Женьшень эффективен при различных неврозах, бессоннице и импотенции. Повышается общий тонус, улучшается функциональная деятельность сердечно-сосудистой системы при атеросклерозе. Женьшень также применяется для продления жизни и сохранения молодости.

## ***Настойка зверобоя***

Берут 20 г растения на 100 мл 70 %-ного спирта. Настаивают 2 недели, процеживают, отжимают, отфильтровывают и хранят в темном флаконе.

Применяют по 40–50 капель 3–4 раза в день. Для полоскания применяют 30–40 капель на 1/2 стакана воды.

Используют при заболеваниях носоглотки, желудочно-кишечного тракта, печени, почек, при гепатитах, дискинезии желчных путей, застое желчи в желчном пузыре, холециститах, желчнокаменной болезни, гастритах. В ряде случаев назначают при нарушениях периферического кровообращения, микроциркуляторных расстройствах. Кроме этого, применяют при заболеваниях почек.

## ***Настойка из трав золототысячника***

20 г измельченной травы заливают 100 мл 40 %-ного спирта или водкой, настаивают 7–14 дней, процеживают, отфильтровывают.

Применяют как горечь для повышения аппетита, для повышения секреции пищеварительных желез, для повышения желчеотделения, обладает противоглистными свойствами. Принимают по 15–20 капель за 20–30 мин до еды.

## ***Настойка клевера красного***

40 г цветков настаивают в 500 мл водки 2 недели, процеживают, отфильтровывают.

Применяют при атеросклерозе с нормальным артериальным давлением, сопровождающимися головными болями и шумом в ушах.

Принимают по 20 г перед обедом или на курс лечения 3 месяца. Через 6 месяцев курс повторяют.

## ***Настойка крапивы***

200 г майской крапивы заливают 0,5 л водки или 70 %-ного спирта. Горлышко бутылки закрывают марлей. Сутки держат на окне, остальные 8 суток – в темном месте. Процеживают, отжимают, хранят в темном месте.

Принимают по 1 ч. л. натошак за 30 мин до еды и 1 ч. л. перед сном.

Используют для улучшения состава крови, улучшения работы сердца, повышения трудоспособности.

## ***Настойка кровохлебки лекарственной***

20 г корней кровохлебки настаивают на 100 мл 70 %-но-



го спирта 7–10 дней, отфильтровывают и хранят в темном флаконе.

Принимают по 30–50 капель 3–4 раза в день.

Рекомендуется при кровотечении, кровохарканье у больных туберкулезом, при обильных менструациях, желудочных, геморроидальных, маточных кровотечениях.

### ***Настойка левзеи сфлоровидной***

Корневища с корнями настаивают 2 недели в соотношении 1: 1 на 70 %-ном спирте, фильтруют, хранят в темном месте.

Принимают по 20–30 капель 2–3 раза в день за 30 мин до еды с 1 ст. л. воды.

Применяют при физическом и психическом переутомлении, импотенции и хроническом алкоголизме, а также при раздражительности, плохом сне.

### ***Настойка лимонника китайского***

Растения лимонника китайского настаивают на 70 %-ном спирте (1:3) 8–10 дней, отфильтровывают. Принимают натощак по 20–30 капель или через 6 ч после еды 2–3 раза в день 20–25 дней. Рекомендуется при астении и депрессивных синдромах, психостении, травматической церебросте-

нии, атеросклеротической неврастении, реактивных депрессиях у атеросклеротиков, гипотонии, быстрой утомляемости, вялости, сонливости.

### ***Настойка пиона уклоняющегося***

10 г травы и корней пиона уклоняющегося настаивают на 100 мл 40 %-ного спирта.

Принимают по 30–40 капель 3 раза в день. Курс лечения – 25–30 дней.

Назначают при неврастении, бессоннице, для повышения работоспособности; обладает противосудорожным, успокаивающим действием.

### ***Настойка почек осины***

10 г почек настаивают в 100 г 70 %-ного спирта в соотношении 1: 10 в течение недели. Принимают по 25–30 капель 3 раза в день при остром, хроническом цистите и слабости мочевого пузыря.

### ***Настойка полыни***

Готовят из высушенной мелко нарезанной травы на 70 %-ном спирте в соотношении 1:5, настаивают 21 день. Прини-

мают по 20 г 1 раз в день, но не больше 2–3 раз.

Применяют при гастритах, протекающих с пониженной кислотностью. Рекомендуются для повышения аппетита.

### ***Настойка пустырника***

20 г измельченных листьев на 100 мл 70 %-ного спирта. Настаивают 7–14 дней, отфильтровать. Принимают по 30–40 капель 3–4 раза в день.

Применяется при сердцебиениях, синдроме Мельера, миокардиопатии.

### ***Настойка родиолы розовой (золотого корня)***

10 г корня измельченного, настаивают в 100 мл 40 %-ного спирта 30 дней, отфильтровывают, хранят в темном флаконе.

Принимают по 5–10 капель 2–3 раза день за 30 мин до еды.

Курс лечения – 10–20 дней. Не рекомендуется принимать на ночь или поздно вечером.

Применяют в психиатрии, при астенических состояниях, повышенной утомляемости, неврастении, вегетососудистой дистонии.

## ***Настойка ряски маленькой***

1 ч. л. свежей, хорошо вымытой травы настаивают в 50 мл водки 7 дней, процеживают, отжимают. Применяют при витилиго, при аллергических заболеваниях, крапивнице, ангионевротическом отеке.

## ***Настойка сабельника***

Сухие стебли сабельника нарезают кусочками длиной 1–2 см. Насыпают в стеклянную емкость в соотношении 1:3 и заливают водкой или 70 %-ным спиртом. Настаивают 21 день в темном месте, фильтруют.

Принимают по 1 ч. л. 3 раза в день до еды, с водой. Используют в холодное время года. Применяют при ревматизме и полиартрите. Настойку можно применять как растирание суставов.

## ***Настойка стальника полевого***

20 г корней стальника настаивают в 100 мл 70 %-ного спирта, отфильтровывают, хранят в темном месте.

Применяют по 2–3 раза в день перед едой. Назначают в качестве слабительного, как гипотензивное и кардиотониче-

ское средство. Уменьшает ломкость капилляров, повышает тонус кишечника. Применяют при геморрое, хроническом запоре, снижает отек геморроидальных узлов, прекращает кровотечение.

### ***Настойка эвкалипта***

Обладает противовоспалительным, отхаркивающим действием. Применяют при кашле, заболеваниях дыхательной системы, малярии, острых желудочно-кишечных заболеваниях, гриппе и других вирусных заболеваниях. Наружно настойка используется для полосканий и ингаляциях при болезнях горла и дыхательных путей. Настойка применяется наружно при радикулите, невралгиях, ревматических болях. Принимают настойку по 20–30 капель на 1/2 стакана воды 3 раза в день.

### ***Настойка элеутерококка***

150–200 г высушенных корней настаивают в 1 л 40 %-ного спирта, часто взбалтывая, 2 недели. Принимают по 1/2 ч. л. 2–3 раза в сутки.

Применяют для снижения холестерина при атеросклерозе, создает благоприятный фон при различных заболеваниях сердечно-сосудистой системы, улучшает слух и зрение.

# **Нетрадиционные настойки народной медицины из лесных растений при различных заболеваниях**

## ***Авитаминоз***

100 г боярышника настаивают в 500 г водки 8 суток, принимают по 3–40 капель 3 раза в день.

300 г сосновых почек настаивают 2 недели в 0,5 л 40 %-ной водки 2 недели, принимают по 1 ст. л. 3–5 раз в день.

## ***Абсцесс***

Почки и кору осины настаивают на 40–70 %-ном спирте, принимают по 20–30 капель на 0,5 стакана теплого молока с медом 3 раза в день до еды.

**Аденома предстательной железы**

Почки тополя, настаивают на водке, принимают от 15 до 30 капель на ложку воды до еды.

## ***Анемия***

100 г сосновых почек настаивают в 0,5 л 40 %-ной водки 2 недели и принимают по 1 ст. л. 3–5 раз в день.

50 г цветков каштана настаивают в 0,5 л водки и пьют по 30–40 капель на 1 ст. л. теплого молока.

## ***Бессонница***

2 ст. л. измельченных шишек хмеля заливают 200 мл 40 %-ного спирта или водки. Настаивают 10 дней. Принимают по 10–15 капель 2 раза в день.

## ***Варикозное расширение вен***

Настой цветков конского каштана: 50 г. цветков на 0,5 л водки. Принимают по 30–40 капель 3–4 раза в день.

## ***Гипертония***

100 г сушеницы болотной настаивают в 0,5 л водки 10 суток, в плотно закупоренной посуде, процеживают, отжимают. Принимают по 1–2 ст. л. 3 раза в день.

## ***Гипотония***

1/8 бутылки семян щавеля настаивают в 0,5 л водки или спирта, принимают по 50–60 капель.

## ***Грипп***

20 г сухих листьев эвкалипта, заливают спиртом, настаивают 7–8 дней. Принимают по 20–25 капель в 1/4 стакана кипяченой воды.

## ***Грыжа***

Желуди, листья, кору молодых ветвей дуба настаивают на красном вине, применяют как компрессы.

## ***Гастрит***

При гастрите с пониженной кислотностью 4 ст. л. болиголова крапчатого настаивают 10 дней в 200 мл 70 %-ного спирта и принимают по 5–10 капель на 1 ст. л. воды не более 5 раз в день. При повышенной кислотности готовят настойку тысячелистника (30 г травы настаивают на 50 %-ном спирте). Принимают по 20–40 капель на 1 ст. л. теплой воды 3–



4 раза в день.

## *Диабет*

Полынь настаивают на водке, принимают по 15–20 капель с глотком воды ежедневно.

## *Женские болезни*

Выкидыш можно предотвратить с помощью полыни, сваренной в виноградном вине и принятой в малых дозах.

При фиброме, обильных менструациях кору ивы настаивают в течение недели на 50 %-ном спирте.

## *Насморк*

15–20 г полыни настаивают на 0,5 л водки не менее 24 ч. Принимают по рюмке 3 раза в день за 15 мин до еды и на ночь.

## *Очищение организма*

100 зеленых грецких орехов разрезают на 4 части, засыпают 800 г сахарного песка и заливают жидким медом, добавляют 1 л водки, настаивают в темном месте в плотно за-

крытой банке, принимают по 1–2 ч. л. 3–4 раза в день.

## *Печень*

Свежий чистотел измельчают и заливают спиртом немного выше уровня травы. Через неделю процеживают и принимают по 20 капель, запивая глотком воды, за 30 мин до еды. Каждый день увеличивают прием на 1 каплю, постепенно доводя до 50 капель.

## *Подагра*

50 г березовых почек настаивают в 0,5 л 40 %-ного спирта 10 суток. Принимают по 15 капель с водой 3 раза в день.

## *Поджелудочная железа*

Готовят настойку золотого корня по 20–30 капель за 30 мин до еды.

Корни крапивы двудомной. Настаивают в 40 %-ном спирте 7–10 дней. Принимают по 15–20 капель с водой 3 раза в день.

## ***Почки***

В 0,5 л водки добавляют полынное масло. Принимают ежедневно 30–40 мл при камнях в почках. При нефрите 1 часть корня дягиля лекарственного настаивают 7 суток в 10 частях водки. Принимают по 10 капель 3 раза в день.

## ***Рак***

Спиртовую настойку коры и цветков калины принимают по 20–25 капель 3 раза в день. При раке желудка, прямой кишки и матки: корень полыни, настоянный на спирту, принимают по 14 ч. л. на 0,5 стакана теплой кипяченой воды 4–5 раз в день.

## ***Седалищный нерв***

100 г сухих (200 г свежих) цветков зверобоя заливают 2 л сухого вина, настаивают 1 неделю, затем доводят до кипения и варят в закрытой посуде на слабом огне 1 ч, настаивают до охлаждения, процеживают, принимают 50 г 2–3 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения – 1,5 месяца.

## *Суставы*

Применяют спиртовую настойку черемухи.

## *Сердце*

1 горсть ромашки настаивают в 1 л пива, снижает сердечную боль.

Траву мелиссы настаивают в 40 %-ном спирте. Принимают по 20–25 капель на 1 ст. л. воды 3–5 раз в день.

## *Тромбофлебит*

100 г сухих корней лопуха настаивают в 1 л водки в течение полугода. Принимают по 20–30 капель 3 раза в день.

50 г цветков каштана настаивают в 0,5 л водки.

Принимают по 30–40 капель 3–4 раза в день. Исключают из рациона сладости.

## *Туберкулез*

100 г сосновых почек настаивают 2 недели в 0,5 л 40 %-ной водки и принимают по 1 ст. л. 3–5 раз в день.

## *Экзема*

Настаивают березовые почки в 40 %-ном спирте. Принимают внутрь по 20 капель на 1 ст. л. воды.

Для растирания применяют листья и соцветия тысячелистника. Готовят настойку на 40 %-ном спирте принимают по 30 г 3 раза в день до еды.

# Сборы и чай

Сборы и чай представляют собой смеси высушенных и измельченных растений, иногда с добавлением солей, эфирных масел и других веществ.

Различные части лекарственных растений, входящих в состав сборов или чаев, подвергают измельчению по отдельности. Траву, кору, листья и некоторые корни разрезают, твердые корни и корневища дробят, кожистые листья размельчают в специальной мельнице. Степень измельчения сырья зависит от назначения сбора.

Если сбор или чай предназначены для внутреннего употребления и полоскания, то сырье просеивают сквозь сито с отверстиями, длина сторон которых равна 4–6 мм.

Если сбор предназначен для приготовления ванн, то его просеивают сквозь сито с отверстиями, длина сторон которых равна 2 мм. Лекарственное сырье, из которого готовят смягчительные сборы для припарок, просеивают сквозь сито, длина сторон которых равна 1,4 мм.

# Растительные масла леса, которые лечат

Как только не используют масло в лечебных целях: его и вдыхают, и применяют в виде ингаляций, и принимают внутрь, и делают с его помощью массаж, и используют в качестве мазей, и добавляют в ванну. Древние целители считали, что масло как бы размягчает болезнь, постепенно выводит ее из организма и сам организм начинает бороться за здоровье, высвобождает скрытые ресурсы жизненных сил.

Масла обладают сложным составом. Они улучшают циркуляцию крови, восстанавливают иммунитет, с их помощью выводятся токсины и шлаки.

*Облепиховое масло* является аптечным препаратом, но его можно приготовить и в домашних условиях. Осенью плоды облепихи собирают и отжимают сок. Сок процеживают и дают ему возможность отстояться. На поверхности будет собираться масло. Его отжимают в отдельную посуду. Такое масло самое чистое и самое качественное, оно лучше аптечного.

Другой способ более трудоемкий. Выжимки ягод подсушивают до сыпучего состояния. Их засыпают в эмалированную посуду и заливают тонким слоем любого растительного масла, нагретого до 60 °С. Смесь ставят в теплое место на 1,5–2 недели. Затем масло отжимают и дают ему отстояться, если образовался осадок, масло сливают, снова дают

ему отстояться до полного исчезновения осадка. Такое масло хранят более 1 года при температуре 4–6 °С. Облепиховое масло, обладая ранозаживляющим действием, применяется при кожных, простудных заболеваниях. Аптечный препарат «облехол» – коллагеновая пленка, пропитанная облепиховым маслом. Он применяется для лечения ран и ожогов.

*Репейное масло* готовится следующим образом: 40 свежего корня лопуха заливают 100 г подсолнечного или оливкового масла и настаивают 10 суток. Затем настой варят на медленном огне 15 мин.

Это масло имеет выраженный косметический эффект при сухости кожи, выпадении волос. Оказывает эффект при мастопатии при местном применении на кожу груди.

*Масло шиповника.* Измельчают 1 часть свежих плодов шиповника, заливают 3 частями любого растительного масла, настаивают 1 неделю. Применяется при дерматитах, трещинах сосков у кормящих матерей, при язвенном колите делаются клизмы с маслом шиповника через день 10–15 клизм.

Эфирные масла применяют при ароматерапии.



# **Целебные растения леса и их применение**

Диапазон фармакологического действия лесных растений чрезвычайно широк. Они обладают жаропонижающими свойствами, отхаркивающим действием, обладают противовоспалительным эффектом, содержат вещества, регулирующие работу пищеварительного тракта, обмен веществ, некоторые растения обладают противоболевыми свойствами, желчегонным, мочегонным эффектом, нормализуют работу сердечно-сосудистой системы, приводят в норму кровяное давление и др.

Лекарства, приготовленные из растительного сырья, составляет свыше 40 % объема выпускаемых препаратов. Однако не следует противопоставлять средства растительного происхождения синтезированным препаратам, поскольку в медицинской практике одинаково важны и те и другие.

В настоящее время сырьевая база лесных лекарственных растений значительно сокращается. В Красную книгу внесены растения, которым грозит вымирание. Непрерывным условием долгосрочного сохранения этих видов в природе является правильное их использование, для этого необходимо не только знать их внешний вид, но и условия произрастания, целебные свойства и применение этих растений, а самое главное – правила и сроки сбора, режим заготовок и спо-

собы содействия восстановлению.

Применять лекарственные препараты из растений необходимо по согласованию с лечащим врачом. К лесным лекарям относятся лесные растения, растения лугов, произрастающие у лесных рек и озер, а также сорные травы, произрастающие повсеместно и в лесу, и на лугах.

# **Лесные растения, содержащие гликозиды и другие вещества, воздействующие на сердечно-сосудистую систему**

Система сосудов состоит из множества вен, артерий, капилляров. От эластичности стенок сосудов зависит ток крови, который обеспечивает питание тканей. Важна степень проницаемости стенок крупных и мелких артерий, мелких капилляров. При отложении шлаков в организме сосуды закупориваются в связи с тем, что на стенках сосудов оседает холестерин, который становится нерастворимым. Он прикрепляется к мягкой поверхности сосудов и частично проникает внутрь стенки. На проникновение внутрь стенки сосуда чужеродного веществ возникает ответная реакция: разрастается соединительная ткань, образуются атеросклеротические бляшки. Таким образом, просвет сосудов суживается, через поражение стенки не обеспечивается должного питания и удаления отработанных веществ. Возникает атеросклероз сосудов, который приводит к нарушению сердечной деятельности, патологии артериального давления и впоследствии к тяжелейшим заболеваниям, таким как инфаркт, инсульт, эндартериит и другие болезни.

Особое место при оказании экстренной помощи занимают

сердечные гликозиды – соединения специфической химической структуры, содержащиеся в ряде растений. Они обладают характерной кардиотонической активностью. При гидролизе они расщепляются на сахара (гликоны) и безсахаристую часть – англиканы. Сердечные гликозиды содержат различные виды наперстянки, горицвет, желтушница, строфантах, ландыш, обвойник, олеандр, морозник.

Специфическое действие гликозидов обусловлено главным образом гликопами. Остатки сахара кардиотоничностью не обладают, но они влияют на растворимость гликозидов – они имеют способность вместе с белками плазмы и тканей проходить сквозь клеточные мембраны, а также обладают другими свойствами, отражающимися на их активности и токсичности.

После всасывания и поступления в кровь сердечные гликозиды фиксируются в тканях, в том числе в сердечной мышце, эти факторы способствуют их накоплению при повторных введениях.

Эффект сердечных гликозидов проявляется в изменении всех основных функций сердца.

***Адонис весенний (горицвет весенний,  
запорная трава, черная трава, черногорка)***

Ботаническая характеристика. Многолетнее травянистое растение с многоглавым корневищем и несколькими стебля-

ми, 40 см высотой, Стебли пустооблиственные, листья сидячие, пальчаторассеченные, доли их узколинейные, голые, цветки одиночные, крупные, до 4–4,5 см в поперечнике. Цветет в апреле-мае одновременно с появлением листьев. Произрастает в лесостепях средней полосы европейской части России, Предкавказья, Сибири. Растет на увлажненных, дренированных, черноземных почвах.

Ввести в культуру его не удастся, поэтому используют дикорастущие растения. В медицинской практике используют только траву горицвета весеннего, хотя существуют другие виды горицвета – амурский, золотистый, туркестанский, сибирский.

Сбор сырья, используемые части. В медицине используют траву растения, которую собирают в период цветения растения, до начала осыпания плодов. Сушат в сушилках при температуре 30–40 °С. Травя не должна содержать более 13 % влаги, более 3 % побуревших частей. При длительном хранении биологическую активность травы контролируют ежегодно.

Химический состав. В траве содержится 0,13–0,83 % сердечных гликозидов. В надземных частях, злаках, плодах и листьях содержится 25 индивидуальных сердечных гликозидов. В зеленых частях растения содержатся К-строфантин и цимарин, в корнях – К-строфантин В, адонитоксин.

Кроме гликозидов, из травы выделены фитостерин, флавоноиды, гликозид, адониварнит, стероидные сапонины, ор-

ганические кислоты, холин, кумарины, спирт, адонидит.

Содержание сердечных гликозидов изменяется от фазы развития растения, наибольшее их содержание отмечается в фазах цветения и плодоношения. В подземных органах растения гликозиды накапливаются в конце периода вегетации.

Фармакологические свойства. Препараты адониса относятся к группе сердечных гликозидов. Они замедляют ритм сердца, усиливают систолу, удлиняют диастолу, увеличивают объем сердца, умеренно тормозят внутрисердечную проводимость.

Гликозиды адониса изменяют биоэлектрическую активность сердца, стимулируют сердечную активность, отмечают укорочение периода изометрического сокращения левого желудочка, уменьшение генеза сокращения миокарда.

Препараты адониса обладают значительными диуретическими свойствами в связи с наличием цимарина.

Характерная особенность препаратов адониса – седативное действие.

Азонитоксин вместе с цимарином имеет определенные фармакологические особенности. Он вызывает умеренные систолические и диастолические эффекты. Адонис отличается от наперстянки отсутствием кумулятивного действия.

Применение, дозирование. Адонис применяется при легких формах хронической недостаточности кровообращения. Показания к применению адониса: неврозы сердца, вегетососудистая дистония, инфекционные болезни, протекающие

с симптомами ослабления сердечной деятельности, болезни почек с признаками сердечно-сосудистой недостаточности.

Адонис применяется в виде настоя по 1 ст. л. 3–4 раза в день после еды. Препарат адонизид принимают по 15–20 капель 2–3 раза в день или вводят внутривенно по 0,5 мл в ампулах, адонис-бром назначают по 1 таблетке 2 раза в день. Сухой экстракт адониса входит в состав таблеток Бехтерева, которые назначают по 1 таблетке 2 раза в день.

### ***Астрагал шерстистоцветковый***

Ботаническая характеристика. Многолетнее травянистое растение семейства бобовых, высотой до 40 см. Стебли многочисленные, прямостоячие, приподнимающиеся. Листья сложные, перистые, на коротких черешках, с крупными треугольноланцевидными, беловатыми, пленчатыми прилистниками. Листочков 12–14 пар, они продолговато-эллиптические, мелкие, серовато-зеленые, с обеих сторон опушены беловатыми волосками. Цветки желтые, чашечки колокольчатые, с 5 шиловидными зубцами. Венчик весь опушен, даже лодочка волосистая, тычинок 9 сросшихся и 1 свободная. Боб твердый, кожистый, овальный, с носиком на спинке, желобоватый, мохнатый, нераскрывающийся, не вполне двугнездочный. Семена плоские, треугольные, желто-зеленого цвета. Цветет в мае-июне. Плоды созревают в июле. В диком виде произрастают в лесостепной части Волж-

ско-Донского бассейна, Причерноморье. Растет на открытых местах, на курганах, полянах и опушках. К влаге не требователен, не выдерживает увлажнения и затенения.

Сбор лекарственного сырья. Траву срезают в фазе цветения, на высоте 5–7 см от земли. Быстро сушат на чердаках или в хорошо проветриваемых сараях, под навесами, разложив слоем 3–5 см на бумаге или ткани, часто переворачивая. Сушку продолжают 5–7 дней.

Химический состав. В траве найдены глицеризин, флавоноиды, кверцетин, дубильные вещества кумарины, витамины. Астрагал относится к растениям, накапливающим селен. В растении содержатся макро- и микроэлементы: кальций, кремний, магний, кобальт, цинк, медь, марганец, молибден, хром. Астрагал необычайно богат биологически активными веществами.

Фармакологические свойства. Биологически активные вещества обеспечивают широкий спектр фармакологического действия. Они обладают успокаивающим, гипотензивным, сосудорасширяющим действием, кардиотоническим и диуретическим действием. Наряду со свойствами, похожими на сердечные гликозиды, отмечается расширение коронарных сосудов, сосудов почек, повышение диуреза. Астрагал содержит уникальный природный комплекс токоферола и селена, необходимый для мышечной деятельности, это используется при мышечных дистрофиях; кроме того, астрагал нормализует функцию свертывающей и антисвертывающей системы



крови, он обладает цитостатическим эффектом и оказывает гипоазотемическое действие.

**Применение и дозирование.** Астрagal применяется при начальных формах гипертонической болезни. При лечении 10 %-ным настоем астрагала по 1 ст. л. 3 раза в день у больных значительно улучшается самочувствие, исчезают головная боль, головокружение, шум в ушах, приливы к голове, мелькание мушек и боли в области сердца. Улучшение мозгового кровообращения у больных с гипертонической болезнью сопровождается снижением артериального давления в центральной артерии сетчатки и высокой артерии. При применении астрагала увеличивается время свертывания крови, нормализация процессов фиброгенеза. Отмечен положительный эффект при лечении острого и хронического гломерулонефрита.

В качестве мочегонного и гипотензивного средства применяют следующий сбор: травы астрагала и цветков ромашки по 30 г, кукурузных рыльцев, полевого хвоща, спорыша и грыжника по 10 г. 1 ст. л. смеси растений заливают тремя стаканами кипятка и настаивают 8–10 ч в термосе, процеживают, выпивают всю дозу в течение дня.

Осложненных и побочных явлений при назначении астрагала не наблюдается.

Настой травы астрагала готовят из расчета 20 г травы на 200 мл воды. Назначают по 1 ст. л. 3–6 раз в день.

## *Аралия маньчжурская (или дерево)*

Ботаническая характеристика. Дерево высотой 1,5–5 м, с крупными корнями, ствол ветвистый, усажен многочисленными острыми шипами. Листья крупные, около 1 м длиной, дваждыперистолистные, собраны на верхушке ствола. Цветки мелкие, невзрачные, в шаровидных зонтиках, собранных в крупную сложную метелку, плоды сочные косянковидные, почти черные, с 5 косточками.

Произрастает на Дальнем Востоке, в Приморском крае одиночно и зарослями в виде подлеска в смешанных и широколиственных лесах.

Сбор лекарственного сырья. Используют корни аралии маньчжурской, их выкапывают осенью, после созревания семян, или весной, до распускания листьев. Заготавливают корни деревьев 5–15-летнего возраста. Сушат в проветриваемых помещениях и сушилках при температуре 60 °С.

Химический состав. В корнях и в коре содержатся эфирные масла, смолы, сапонины, микроэлементы. Смесь сапонинов содержит 3 гликозида, аролозид А, В, С. Все 3 гликозида имеют в своем составе олеиновую кислоту, но различаются по сахарам.

Фармакологические свойства. Препараты аралии маньчжурской повышают рефлекторную возбудимость и двигательную активность, снимают чувство усталости, значительно

но улучшают общее состояние. Водный раствор и спиртовая настойка из корней аралии маньчжурской увеличивают амплитуду сердечных сокращений, замедляют их темп, повышает тонус миокарда, несколько возбуждают дыхание, усиливают диурез.

Побочных действий применение аралии не вызывает. Аралия оказывает положительное влияние на эндокринную, нервную и другие системы организма.

Препаратами являются спиртовая настойка из расчета 1:5 на 70 %-ном спирте. Назначают по 30–40 капель на прием после еды.

Отвар. Корень используют как общеукрепляющее средство при диабете, заболеваниях печени, почек, ночном недержании мочи. Для приготовления отвара 20 г измельченного сырья (листьев, корней) заливают 1 стаканом горячей воды, нагревают на водяной бане 30 мин, охлаждают 10 мин, процеживают и доводят кипяченой водой до исходного объема. Хранят в холодильнике до 3 суток. Принимают по 1 ст. л. до еды.

***Барвинок малый (зеленка,  
грибная трава, можжевельник)***

Ботаническая характеристика. Вечнозеленое растение, имеющее корневище длиной до 70 см, развивающееся на глубине 1–5 см. Цветущие побеги прямостоячие, вегетатив-

ные, стелющиеся. Листья блестящие, вечнозеленые, голые, эллипсоидальные, на конце заостренные, с коротким черешком, цветки на длинных цветоносах, синего цвета, диаметром около 20 см, с пятилопастным венчиком. Плоды цилиндрические, серповидноизогнутые двулистовки с многочисленными продолговатыми, бугорчатыми семенами. Цветет в мае, иногда вторично в июле, августе, плодоносит редко, в июле.

# 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.