

Наталья Кушлина

# Золотой ус и целительные напитки



# Наталья Кушлина

## Золотой ус и целительные напитки

*Текст предоставлен издательством*  
[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=181216](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=181216)

### **Аннотация**

Новая книга о золотом усе содержит огромное количество рецептов соков, настоев, настоек, отваров, чаев, сочетающих в себе полезные свойства и потрясающий вкус, которые помогут вам вылечить многие болезни, придадут силы, поднимут тонус организма и, соответственно, настроение.

# Содержание

Введение	4
Глава 1. Гости из Латинской Америки – каллизия душистая	6
Выращивание золотого уса	10
Минеральные вещества	12
Глава 2. Общие рекомендации по применению золотого уса	15
Приготовление напитков из золотого уса	17
Настойка	18
Настой	19
Отвар	20
Глава 3. Применение целебных средств в народной медицине	21
Тонизирующие, возбуждающие и общеукрепляющие (чаи, напитки, сборы)	21
Конец ознакомительного фрагмента.	26

# **Наталья Константиновна Кушлина Золотой ус и целительные напитки**

## **Введение**

В ваших руках, дорогой читатель, еще одна книга о золотом усе, или каллизии душистой.

Вы уже, вероятно, не раз слышали об этом растении, возможно, вы с ним уже познакомились как с лекарственным препаратом, а может быть, он стоит на подоконнике в вашей комнате и радует вас своей яркой зеленью, а возможно (при хорошем уходе), и душистыми цветами.

Я хочу вас еще раз познакомить с этим удивительным растением, с несколько иной его стороной. Каллизия душистая богата не только биологически активными веществами, но и большим количеством минеральных веществ. Благодаря этому каллизия душистая оказывает самые различные действия на организм. Сочетания же ее с другими растениями усиливает эти действия.

Чай и напитки, а так же сборы, которые мы вам предла-

гаем, не только полезны, но и вкусны. Вы узнаете рецепты их приготовления. Кроме того, мы познакомим вас с противопоказаниями к применению. Так как, казалось бы, самые безобидные растения (например, алоэ или душица) тоже имеют противопоказания по их использованию, прежде чем взять на вооружение то или иное растение, познакомьтесь, пожалуйста, с ним поближе. Например, прекрасное средство для очищения крови – крапиву – нельзя применять при склонности к тромбообразованию, так как она имеет свойство сгущать кровь.

Помните так же о том, что важно соблюдать рекомендации по применению и дозировке, ибо превышение дозровок даже безвредных растений, продуктов и витаминов может привести к обратному явлению: вместо пользы, вы нанесете организму большой вред.

И конечно, мы не раз повторяли это в своих книгах, советуйтесь с компетентными людьми, прежде чем начать лечение тем или иным препаратом, так как самолечение так же опасно, как и передозировка. Медицина несовместима с дилетантством, это такая же точная наука, как и математика.

# Глава 1. Гости из Латинской Америки – каллизия душистая

У каллизии душистой довольно много бытовых названий: «живой волос», «домашний жень-шень», «кукурузка» и др. Но наиболее известно в народе – «золотой ус».

Каллизия душистая представляет собой многолетнее травянистое растение родом из Мексики, где может достигать 1 – 1,5 м в высоту. В домашних условиях растение достигает 20 – 70 см. Основной стебель вертикальный с ланцетовидными листьями 20 – 30 см длиной и 5 – 6 см шириной. Цвет листьев светло-зеленый, поверхность глянцевая. В нижней части растения образуются горизонтальные или свисающие побеги (усы). Они состоят из суставчиков, как правило, фиолетового цвета. Побег достигает 20 см и более и заканчивается плотной розеткой листьев (новым растением).

Цветет белыми или розоватыми цветками, мелкими, собранными в пазушные соцветия в виде простых или двойных завитков. Они имеют тонкий аромат, напоминающий запах гиацинта. Отсюда и ее название – «душистая».

К сожалению, в домашних условиях она цветет чрезвычайно редко.

Род растений каллизии включает в себя 12 – 20 видов, произрастающих в основном в тропических районах Север-

ной и Южной Америки.

О целебных свойствах золотого уса мы узнали сравнительно недавно. Чуть более 10 лет назад сведения появились у народных целителей. В России растение появилось в позапрошлом веке, и его культивировали как декоративный и комнатный цветок. Лекарственными свойствами растений семейства коммелиновых ученые заинтересовались давно.

Исследования были начаты в Гарвардском университете США и в Канаде, где изучали свойства растений тропических лесов Южной и Центральной Америки.

В ходе исследований ученые заинтересовались золотым усом, поскольку сок его содержит большое количество биологически активных веществ. В нашей стране с 1980 года изучением каллизии душистой занимались ученые Иркутского мединститута под руководством профессора В. А. Семенова, а также ученые Ленинграда, ныне – Санкт-Петербурга. Значительный вклад в изучение свойств золотого уса внесли А. Кородецкий и В. Огарков – народный целитель России, гомеопат.

Какие же полезные вещества содержит золотой ус?

Анализ растений, проведенный сотрудниками исследовательского института РАН, показал, что Каллизия содержит каротиноиды, флавоноиды, пектины и катехины, которые определяют лечебное действие растения.

Аскорбиновая кислота, содержащаяся в нем, выполняет важные биологические и биохимические функции в живых

клетках. Витамин С играет важнейшую роль в жизнедеятельности организма: участвует в регулировании окислительно-восстановительных процессов, углеводном обмене, процессе свертываемости крови, в восстановлении поврежденных тканей, необходим для образования стероидных гормонов, участвует в синтезе белков. При недостатке витамина С развивается цинга.

Дубильные вещества, или танины, способны осаждать белки, алкалоиды, малотоксичны, применяются как вяжущие, бактерицидные средства при желудочно-кишечных заболеваниях, для полоскания горла, при длительно незаживающих язвах и т. д.

Каротиноиды – широкий класс природных соединений. К ним относятся терпены и их производные – терпеноиды и стероиды. Каротиноиды – предшественники витамина А. Витамин А (ретинол) содержится в животных продуктах, каротин – в растительных. Недостаток витамина А приводит к сухости кожи, развитию гнойничковых поражений кожи, выпадению волос, изменению сумеречного зрения, снижению иммунитета, что ведет к инфекциям и нарушениям в работе различных органов.

Катехины – флавоноиды – представлены флаванами и флавонами. Обладают Р-витаминной активностью. К производным флавоноидов принадлежат катехин, лейкоантоциан, антоциан. Катехин обладает антиаллергическим действием и укрепляет стенки сосудов.

Пектин необходим для полноценной работы желудочно-кишечного тракта, уменьшает потерю воды организмом, сокращает время свертывания крови, нейтрализует яды, замедляет выведение из организма аскорбиновой кислоты, антибиотиков, снижает уровень холестерина в крови, влияет на обмен желчных кислот, на продолжительность действия многих лекарственных веществ. Пектин связывает стронций, кобальт, радиоактивные изотопы, обезвреживая их. Пектины в основном не всасываются в организме, а выводятся с вредными веществами. Пектины уменьшают процессы гниения в кишечнике. Они способствуют выработке в кишечнике витаминов группы В (особенно В12), увеличению количества полезных микроорганизмов в кишечнике.

Углеводы в растениях служат первичными продуктами биосинтеза. Флавоноиды способны изменять реакцию организма на аллергены, вирусы и канцерогены. Они являются антиоксидантами, обладают бактерицидным, спазмолитическим, желчегонным, гипотензивным, мочегонным, возбуждающим, антиканцерогенным действием.

# Выращивание золотого уса

Золотой ус можно вырастить в домашних условиях. Для того чтобы растение отблагодарило вас целебными свойствами, придется проявить максимум внимания и заботы.

Золотой ус приобретает лечебные свойства, когда на горизонтальных отростках образуется 9 полноценных суставчиков, которые в процессе роста становятся фиолетовыми. Если же горизонтальные побеги остаются зелеными даже при достижении целебного возраста, значит, ваше растение лекарственным не стало. Ему не хватило солнечных лучей, необходимых для выработки нужных веществ.

Золотой ус размножается верхушечной частью горизонтальных побегов, которую срезают на 2 суставчика ниже молодого растения, посередине третьего, и ставят в стакан с водой до образования корней. Пересаживать отросток в горшок с землей лучше, когда корневая система уже достаточно сформируется. Наиболее благоприятный период для разведения растений – это март и апрель.

Однако этим правилом можно и пренебречь, не бойтесь пересаживать растение в любое другое время.

Земляная смесь для посадки должна быть плотной. Оптимальный вариант: дерновая земля – 1 часть, перегной – 1 часть, песок речной – 1 часть. А также не забудьте, что для растения необходима опора, так как стебель золотого уса

слабый. Перед посадкой землю необходимо хорошо полить, сделать глубокое углубление, в которое добавить 1 ч. л. гумата. Ствол нужно погрузить в землю на 5 см, хорошо уплотнив землю вокруг него.

В летний период желательно выносить растение на балкон, это значительно улучшит лечебные свойства золотого уса. Но не забывайте, что в жаркий летний полдень растение должно находиться в тени. Прямые солнечные лучи ему противопоказаны, так как могут привести к тому, что кончики листьев станут коричневыми и завянут.

Поливать золотой ус надо в вечернее время умеренно, особенно в зимний период. Здесь важно избежать другой крайности – пересыхания земли.

В период интенсивного роста нужно применять комплексные удобрения, предназначенные для комнатных растений. Земля должна быть немного влажной летом и чуть подсушенной – зимой.

Золотой ус любит просторные помещения со свежим воздухом, поэтому кухня с ее ароматами и помещение, где постоянно стоит запах табака, губительны для золотого уса.

Золотой ус выделяет фитонциды, которые обладают антибактериальными свойствами. Старайтесь по возможности чаще протирать пыль с листьев. Если золотой ус у вас зацветет, то это говорит о положительной энергетике в вашем доме.

# Минеральные вещества

Минеральные вещества входят в состав всех тканей организма человека. В организме человека содержится от 70 до 90 элементов периодической таблицы Менделеева. Они регулируют жизненные процессы в организме, оказывают лечебное действие, поступая в организм человека с водой и пищей. Концентрация их в организме не одинакова и зависит от возраста, состояния здоровья, места проживания и питания. Количественное содержание химических элементов в тканях человека исчисляется в граммах (макроэлементов), концентрация большинства других составляет от 0,01 до 0,0001 г (микроэлементов) или 0,000001 г и ниже (ультрамикроэлементов).

Макроэлементы это кальций (2 % массы тела), фосфор (около 700 г), магний (около 25 г) и натрий, калий, сера, хлор.

Микроэлементы – железо, медь, селен, йод, хром, цинк, фтор, марганец, кобальт, молибден, кремний, бром, серебро, бор, ванадий, германий.

Биологическая роль микроэлементов для нормальной жизнедеятельности организма человека доказана далеко не для всех элементов. Однако известно общее положительное действие микроэлементов на поддержание иммунитета, очищение организма от токсинов и ядов, на нормализацию об-

менных процессов, усвоение редких элементов, нормализацию уровня холестерина в крови и др.

Проведенный анализ листьев каллизии выявил наличие в них следующих элементов (в мкг/г).

Калий – 16 000, кальций – 77 000, ванадий – 7, марганец – 57, железо 270, кобальт – 3,5, никель – 1,7, медь – 10, цинк – 34, 3, галлий – 0,3, бром – 37,5, рубидий – 11,1, стронций – 334, 9, цирконий – 4,2, свинец – 1,9, торий – 0,3, уран – 0,92.

В золотом усе содержатся различные элементы, биохимическая роль одних для организма известна, а других – пока не определена. Однако именно редкие элементы в микродозах производят выраженный терапевтический эффект. На основании исследований можно сказать, что наличие каротиноидов, пектинов, дубильных веществ, кахетинов, аскорбиновой кислоты, флавоноидов – известных биологически активных веществ в сочетании с микроколичествами различных мало изученных химических элементов, оказывают на организм человека лечебный эффект. В фитотерапии особое значение имеет вся сумма биологически активных веществ, накапливающихся в растении.

Золотой ус обладает необычайными оздоровительными свойствами. Действуя на организм как биостимулятор, это растение помогает бороться со многими заболеваниями, при этом спектр его действия чрезвычайно широк. Однако выявлены и побочные действия, вызванные применением золотого уса.

Одно и то же вещество способно действовать как лекарство и яд в зависимости от его концентрации и конкретной ситуации.

## **Глава 2. Общие рекомендации по применению золотого уса**

Золотой ус имеет множество полезных свойств. Однако прежде чем готовить отвары, настой и настойки из золотого уса, убедитесь в том, что вы имеете дело именно с этим растением.

Целебным растение становится тогда, когда горизонтальные побеги вырастают до 7 – 9 суставчиков, и на вершине побега образуется готовое к посадке растение (о выращивании золотого уса см. гл. 8).

Суставчики должны иметь коричнево-фиолетовый цвет. Если же они имеют зеленый цвет, лечебного эффекта от них не ждите. Для внутреннего применения используют суставчики и листья золотого уса. Препараты из ствола золотого уса рекомендуется применять только наружно для растираний.

Если вы лечились сильнодействующими травами, проходили курс облучения или химиотерапии, то приступайте к применению золотого уса не ранее чем через месяц после этого. При использовании золотого уса в лечебных целях не рекомендуется: курить, употреблять алкогольные напитки, голодать. В пище старайтесь использовать морепродукты, нежирные сорта сыра, орехи (кроме арахиса), сырые ово-

щи, свекольный и морковный соки, каши, пророщенное зерно, блюда с использованием растительных масел.

Еще раз обращаем ваше внимание на опасность передозировок препаратов на основе золотого уса, состояние больного может резко ухудшиться (особенно у людей, страдающих заболеваниями печени и весенне-летними аллергическими реакциями). При этом могут возникнуть сильные головные боли, появляется отечность в области шеи, увеличивается щитовидная железа, понижается тембр голоса. При первых же признаках передозировки срочно начинайте принимать адсорбирующие препараты – такие, как активированный уголь (из расчета 1 таблетка на 10 кг веса). Также можно принимать энтеросорбенты Энтеростель и гомеопатические препараты сульфодерн и Нормагаст.

Наиболее опасен в этом отношении препарат, приготовленный из ствола золотого уса, так как он содержит наибольшее количество активных биологических веществ.

Всегда строго соблюдайте дозировки, приведенные в рецептах, не экспериментируйте, ибо это, как правило, приводит к плачевным результатам.

Кроме того, вы не должны использовать растительные препараты долгое время. Необходимо делать перерывы, например, после 3 недель приема настойки делать недельный перерыв, во время которого нужно очистить организм приемом энтеросорбентов.

# **Приготовление напитков из золотого уса**

Технология приготовления препаратов золотого уса проста и не требует никаких навыков и специальных приспособлений. Главное условие получения лекарственных средств из каллизии – использование определенных частей растения, предназначенных для того или иного препарата.

Разумеется, настои, настойки и отвары при тех или иных заболеваниях применяются в различных концентрациях.

Препараты каллизии душистой используют в сочетании с другими ингредиентами: медом, спиртом, кагором, коньяком, настоями и настойками других лекарственных растений и т. д.

# Настойка

Спиртовую настойку золотого уса в различной концентрации используют для очищения организма.

Требуется: 10 – 12 суставчиков золотого уса, 0,5 л водки.

Приготовление. Золотой ус измельчить, положить в стеклянную емкость залить водкой. Настаивать в темном месте 15 дней, ежедневно взбалтывая. После того, как настойка приобретет темно-сиреневый цвет, процедить ее, перелить в темную стеклянную посуду и хранить в прохладном месте.

Требуется: 1 часть стеблей и листьев золотого уса, 20 частей водки.

Приготовление. Боковые стебли и листья растения измельчить, положить в стеклянную емкость, залить водкой в пропорции 1: 20, настаивать 12 – 15 дней в темном месте, периодически взбалтывая. Затем настойку процедить, перелить в темную стеклянную посуду и хранить в прохладном месте.

# Настой

Для приготовления настоя используют листья растения длиной не менее 20 см.

Требуется: 1 лист золотого уса, 1 л кипятка.

Приготовление. Лист каллизии положить в стеклянную или керамическую емкость, залить кипящей водой и настаивать 24 часа. Затем настой процедить, перелить в темную стеклянную посуду и хранить в холодильнике.

Требуется: 1 лист золотого уса, 1 л кипятка.

Приготовление. Лист каллизии измельчить, положить в термос, залить кипящей водой, настаивать 5 – 6 часов. Приготовленный настой процедить, перелить в темную стеклянную емкость и хранить в холодильнике.

# Отвар

Для приготовления отвара используют листья и горизонтальные стебли (усы) растения.

Требуется: 1 часть листьев и стеблей золотого уса, 10 частей холодной воды.

Приготовление. Листья и стебли измельчить, положить в эмалированную посуду, залить холодной водой в пропорции 1: 10, довести до кипения, кипятить на медленном огне 5 – 10 минут и оставить на 6 – 7 часов. Затем отвар процедить, перелить в темную стеклянную емкость, хранить в холодильнике.

Требуется: 7 суставчиков стебля золотого уса, 1 л горячей воды.

Приготовление. Суставчики измельчить, залить горячей водой, довести до кипения, кипятить на медленном огне 5 – 10 минут и оставить на 10 часов. Затем отвар процедить, перелить в темную стеклянную емкость и хранить в холодильнике.

Внимание. Отвары и настои хранить не более 2 – 3 суток в холодном месте!

## **Глава 3. Применение целебных средств в народной медицине**

### **Тонизирующие, возбуждающие и общеукрепляющие (чай, напитки, сборы)**

Требуется: 1 ст. л. цветков боярышника, 1 ст. л. измельченных листьев золотого уса, 2 стакана кипятка.

Приготовление. Смесь залить кипятком, настоять 2 часа в закрытом сосуде, процедить, хранить в холодильнике.

Применение. Пить по 1/4 стакана 3 – 4 раза в день перед едой (общеукрепляющее средство).

Требуется: 1 стакан виноградного сока, 1 ч. л. сока золотого уса.

Приготовление. В свежееотжатый или пастеризованный сок винограда добавить сок золотого уса.

Применение. Пить 3 раза в день за час до еды по 1/2 стакана сока длительно (общеукрепляющее средство).

Требуется: 1/2 стакана грейпфрутового сока, 1 ч. л. на-

стойки золотого уса, 1 ч. л. меда.

Приготовление. Выжать полстакана сока грейпфрута, добавить сахар и настойку. Хорошо смешать.

Применение. Пить 1 раз в день утром перед едой (восстанавливает силы, повышает аппетит).

Требуется: 12 г свежих корневищ с корнями девясила, 1 л портвейна, 10 г листьев золотого уса.

Приготовление. Измельченные корни и листья залить вином, варить 10 минут. Остудить. Процедить.

Применение. Принимать по 50 г 2 – 3 раза в день до еды (тонизирующее, укрепляющее средство).

Требуется: 2 ст. л. свежих или сухих плодов кизила, 1 ч. л. листьев золотого уса, 2 стакана воды, 1 ч. л. сахара (по вкусу).

Приготовление. Плоды кизила и листья залить водой, отварить в течение 10 минут, настоять 8 часов, плоды размять. Процедить. Отжать. Добавить сахар.

Применение. Принимать по 1/3 стакана 2 раза в день (как общеукрепляющее и тонизирующее средство).

Требуется: 1 ч. л. ягод крыжовника, 1 ч. л. листьев золотого уса, 1 ч. л. меда, 1 стакан кипятка.

Приготовление. Смесь залить кипятком, кипятить 10 минут, процедить, отжать. Добавить воды до стакана, мед.

Применение. Пить по 1/4 стакана 3 раза в день (тонизи-

рующее, общеукрепляющее).

Требуется: 15 г травы душицы, 10 г листьев золотого уса, 2 стакана кипятка.

Приготовление. Травы залить кипятком, настоять 2 часа. Процедить.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 3 – 4 раза в день (тонизирующее).

Требуется: 0.5 стакана морковного сока. 1 ч. л. сока золотого уса, 1 ч. л. меда.

Приготовление. Соединить и хорошо смешать составляющие.

Применение. Принимать по 1 – 2 ст. л. 4 – 5 раз в день (при авитаминозах).

Требуется: 20 капель спиртовой настойки зеленого растения овса, 10 капель спиртовой настойки усов золотого уса, 2 ст. л. воды.

Приготовление. Взять 20 капель настойки овса и 10 капель настойки золотого уса, смешать, разбавить кипяченой водой.

Применение. Принимать по 30 мг 3 – 4 раза в день (тонизирующее, общеукрепляющее средство).

Требуется: 5 г сухих цветков огуречной травы, 5 г листьев

золотого уса, 1 стакан кипяченой воды, 1 ч. л. меда (или сахара).

**Приготовление.** Цветки и листья залить кипящей водой. Настоять 5 – 6 часов. Процедить. Добавить мед, хорошо перемешать.

**Применение.** Выпить всю жидкость в несколько приемов (общеукрепляющее).

**Требуется:** 1 ст. л. травы и корней одуванчика, 1 ст. л. листьев золотого уса, 2 стакан кипятка.

**Приготовление.** Измельченные растения залить кипятком, настоять 1 час. Процедить.

**Применение.** Пить по 1/4 стакана 4 раза в день за полчаса до еды (тонизирует, улучшает обмен веществ).

**Требуется:** 1 ч. л. сухих листьев грецких орехов, 1 ч. л. листьев золотого уса, 1 стакан кипятка.

**Приготовление.** Листья залить кипятком, настаивать 2 часа. Процедить. **Применение.** Пить как чай (общеукрепляющее).

**Требуется:** 1 ст. л. свежих корней пастернака, 3 ст. л. сахара, 1 ч. л. сока золотого уса, 1 стакан воды.

**Приготовление.** Корни засыпать сахаром, залить водой, кипятить 15 минут. Настоять 8 часов. Процедить. Добавить сок золотого уса.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 4 раза в день за полчаса до еды (при упадке сил, для возбуждения аппетита).

Требуется: 1 стакан томатного сока, 1 ст. л. сока золотого уса.

Приготовление. Томатный сок смешать с золотым усом.

Применение. Выпивать по 1-2 стакана в день без соли (общеукрепляющее).

Требуется: 1 ст. л. пшеничных зерен, 1 ч. л. листьев золотого уса, 1 ч. л. меда, 3 стакана кипятка.

Приготовление. Залить зерна и листья кипятком. Варить до уменьшения объема воды в 2 раза на малом огне. Остудить. Процедить, отжать, добавить мед.

Применение. Выпить всю полученную жидкость в течение дня (общеукрепляющее средство).

Требуется: 1 ч. л. сухой травы репешка, 1 ч. л. листьев золотого уса, 1 ч. л. меда, 1 ст. кипятка.

Приготовление. Смесь залить кипятком, кипятить 2 – 3 минуты, настоять 2 – 3 часа, процедить. Добавить мед.

# 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.