



здоровье и красота

# КАЛИНА

*от всех  
болезней*



**Л. С. Репейникова**  
**Калина от всех болезней**

*Текст предоставлен издательством*  
*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=293332](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=293332)*  
*Калина от всех болезней: РИПОЛ классик; М.; 2007*  
*ISBN 978-5-7905-3666-3*

**Аннотация**

В этой книге рассказывается о таком замечательном растении, как калина. Эту ягоду люди использовали испокон веков как исключительно целебное и эффективное средство при лечении множества заболеваний. Настои и отвары из калины способны вернуть здоровье, а лосьоны и маски – сделать кожу и волосы красивее и привлекательнее. Книга рассчитана на широкий круг читателей.

# Содержание

ВВЕДЕНИЕ	4
1	7
Калина при сердечно-сосудистых заболеваниях	8
Конец ознакомительного фрагмента.	11

# Калина от всех болезней

## ВВЕДЕНИЕ

Яркие красные грозди калины в саду всегда выглядят привлекательно. Особенно красивы они, когда выпадает снег: ведь эти ягоды по-настоящему созревают лишь тогда, когда вся природа уже засыпает.

Ягоды калины не только съедобны, они необычайно полезны для здоровья, поэтому многие хотят заготовить их на зиму. Калину сушат, чтобы пить с ней чай, некоторые предпочитают перетирать ее с сахаром. Кроме того, из ягод калины получаются замечательные прохладительные коктейли и самые разнообразные напитки, из них готовят повидло, джемы и сиропы.

Калину любят не только за ее непревзойденные вкусовые качества, но и за целебные свойства. Практически при каждом заболевании эта ягода просто незаменима.

В народной медицине применяют не только ягоды, но также корни, стебли, семена, корневища и листья калины. У всех этих частей растения различный химический состав, а потому в зависимости от этого они находят применение в разных областях медицины или в косметологии. Например, в медицине с успехом используются кора калины, ее молодые побеги, ягоды и цветки.

Большое значение имеет, в какое время было собрано сырье калины. В зависимости от времени года, а порой даже времени суток целебные свойства тех или иных частей растения могут существенно меняться. Например, если для лечебных целей требуется кора, то собирать ее следует в середине весны, в апреле, когда только начинается сокодвижение. В это же время, ранней весной, следует собирать и побеги калины.

С мая по июнь начинается заготовка цветков растения, когда они достигают степени полного расцвета. С сентября по октябрь можно собирать плоды калины. Если собрать ягоды сразу же после первых заморозков, то можно быть уверенным, что они обязательно сохранят все свои ценные свойства. Самыми лучшими считаются ягоды калины, только прихваченные первыми морозами.

Собранное сырье калины вне зависимости от того, какая именно часть требуется, принято сушить в тени на открытом воздухе. Для этого следует сделать навес или обустроить для сушки хорошо проветриваемое помещение. Очень хорошо подходят для этого чердаки. В помещении устанавливаются стеллажи или ряд полок, а на них сырье раскладывается тонким слоем. Пока проходит процесс сушки, растения следует переворачивать несколько раз в день. Насколько быстро пойдет процесс сушки, зависит, конечно, от погодных условий, однако в среднем калину сушат от 4 до 9 дней. Когда сырье высохнет, его следует сложить в чистые и сухие льня-

ные или марлевые мешочки и хранить без доступа света.

# 1

## **Применение калины в лечебных целях**

Калина обыкновенная – растение, которое широко применяется в медицинской практике как профилактическое и лечебное средство при различных сердечно-сосудистых заболеваниях. Она известна как отличное кровоостанавливающее средство, снимающее спазмы разной этиологии, судороги. Калина – успокаивающее, желчегонное, мочегонное и противовоспалительное средство.

Очень широко применяется калина в лечении гинекологических заболеваний. Ее применяют при лечении кожных болезней, язве желудка, диспепсии, водянке, заболеваниях печени, при внутренних кровотечениях разной природы. Калина незаменима во время простудных заболеваний, хорошо помогает при кашле, удушье, лихорадке. При ангине калину используют в качестве наружного лекарственного средства. В настоящее время эти удивительные ягоды все чаще применяются в лечении и профилактике онкологических заболеваний.

# Калина при сердечно-сосудистых заболеваниях

Это растение обладает общеукрепляющим действием, поэтому широко используется для предотвращения обострений различных болезней сердца и сосудов.

## **Калиново-свекольный квас**

Для его приготовления не требуется практически никаких затрат. Готовится квас из свеклы и калины следующим образом.

- 1 кг калины;
- 1 кг свеклы;
- 1 стакан сахара или меда;
- 3 л воды.

Натереть свеклу на терке, залить 1 л воды и сварить. Калину промыть проточной водой. Недолго кипятить калину в 1 л воды. Смешать оба отвара и добавить сахар. Полученную смесь довести до кипения. Готовый квас надо охладить, разлить по бутылкам, хранить в холодном месте. Калиново-свекольный квас лучше пить холодным. Квас используется как эффективное сосудорасширяющее средство.

## **Настой из плодов калины**

- 15–20 г плодов калины;
- 1 стакан воды.

Ягоды залить 1 стаканом кипятка. Настаивать 4 часа, по-

сле чего процедить.

Принимать в течение дня в 3 приема. Применяют при болях в сердце.

### **Сбор лечебный**

1 ч. ложка измельченных молодых побегов калины;

1 ч. ложка почек шелковицы;

2 ч. ложки соцветий арники горной;

2 ч. ложки молодых побегов голубики;

4 ч. ложки володушки;

1 ч. ложка мяты;

5 ч. ложек шиповника;

1 стакан воды.

1 ст. ложку сбора залить кипятком в термосе, после чего выдержать 6 часов.

Пить по 0,3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды. Применяется при лечении порока сердца.

### **Сок плодов калины с медом**

1 кг плодов калины;

200 г сахара;

200 г воды;

2 ст. ложки меда.

Отжать из ягод сок, мезгу залить водой и кипятить в течение 5–10 минут, готовый отвар процедить. Влить отвар в выжатый сок, добавить сахар, смесь перемешать и охладить. В полученный сок добавить мед и снова перемешать.

Принимать 3 раза в день по 1–2 ст. ложки за 30 минут до

еды. Сок из плодов калины и меда пьют при гипертонии.

### **Настой из побегов калины**

20 г корней побегов калины;

# 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.