

ПОЛЕЗНЕЕ, ЧЕМ ЖЕНЬШЕНЬ

Григорий Михайлов

# ТАЙНЫЕ РЕЦЕПТЫ РУССКИХ ЗНАХАРЕЙ

ШИПОВНИК

ОБЛЕПИХА

ЧЕРНОПЛОДНАЯ  
РЯБИНА



**Григорий Михайлов**  
**Тайные рецепты русских**  
**знахарей. Шиповник,**  
**облепиха, черноплодная**  
**рябина. От 100 болезней**  
**Серия «Полезнее, чем женьшень»**

*Текст предоставлен правообладателем.*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=7888398](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=7888398)*

*Михайлов, Григорий Тайные рецепты русских знахарей. Шиповник, облепиха, черноплодная рябина. От 100 болезней: АСТ; Москва; 2014  
ISBN 978-5-17-085389-2*

### **Аннотация**

Автор множества книг о целебных растениях, в том числе – бестселлера «Целительные свойства имбиря», Григорий Михайлов делится с читателями чудесными рецептами из своей коллекции! Целебные свойства шиповника, облепихи и черноплодной рябины – неоспоримый факт, доказанный как народной, так и официальной медициной! Эти ягоды применяют при снижении иммунитета, простудных и воспалительных заболеваниях, болезнях органов пищеварения, почек и мочевыводящих путей, камнях в почках, мочевом пузыре,

ожирении, ожогах и поражениях кожи, трофических язвах и других заболеваниях. Самое замечательное, что все эти средства доступны, просты в применении, безопасны, проверены веками, универсальны. *Настоящее издание не является учебником по медицине. Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом.*

# Содержание

От автора	7
Прежде, чем вы начнете читать дальше...	12
Шиповник – дикая роза, дарующая здоровье	16
Шиповник – романтика, красота и польза	16
Долгая история шиповника	18
Как выглядит шиповник	21
Где растет шиповник	23
Конец ознакомительного фрагмента.	25

# Григорий Михайлов

## Тайные рецепты русских знахарей. Шиповник, облепиха, черноплодная рябина. От 100 болезней

© Михайлов Г., 2014

© ООО «Издательство АСТ», 2014

Книги Г. Михайлова – замечательные грамотные пособия для тех, кто хочет быть всегда здоровым, прожить долгую и активную жизнь и средства для этого черпать в бездонных кладовых Матушки-Природы.

*Роза В., Владивосток*

Уважаю автора за то, что он не одобряет самолечение и не предлагает «исцелить все болезни» какими-то сомнительными средствами (что, к сожалению, совсем не редкость в наши дни), а призывает к разумному подходу, общению с лечащим врачом и грамотному использованию природной помощи.

*Сергей К., Москва*

В этой книге очень понравилось то, что автор не только приводит рецепты для лечения различных

заболеваний, но и предлагает множество рецептов для приготовления вкусных и полезных блюд. Так мы можем использовать наши любимые ягоды в своем ежедневном меню, делая его разнообразным и полезным!

*Светлана Т., Самара*

Ценю книги Михайлова за то, что они посвящены не просто полезным природным средствам, а средствам, доступным даже нам, пенсионерам.

*Ольга Марковна, Санкт-Петербург*

Чудесная книга для тех, кто не хочет «работать на аптеку», а намерен укреплять здоровье при помощи естественных, веками проверенных и эффективных средств!

*Иван Р., Оренбург*

Я болел долго и тяжело и, по прогнозам врачей, должен был провести остаток жизни в обнимку с целой кучей лекарств. Но когда мне попали в руки книги Михайлова, я понял, что нельзя сдаваться и опускать руки. Ведь в «зеленой аптеке» нашей Природы есть средства от всех недугов! Медленно, но верно я иду к победе над своей болезнью – уже сейчас врачи отменили половину назначенных мне препаратов, а я чувствую себя бодрее, чем десять лет назад, еще до заболевания. И я уверен, что еще через несколько лет я забуду о посещениях больниц!

*Андрей С., Краснодар*

# От автора

Отзывы читателей на мои книги «Целительные свойства имбиря», «Три великих целителя. Имбирь, хвоя, мумие», «Цикорий – великий целитель» убеждают меня, что интерес к народной медицине, к знаниям о целебных свойствах растений, окружающих нас, стремление научиться *грамотно, безопасно* использовать эти свойства для избавления от самых разных заболеваний, этот интерес огромен! В своих письмах читатели просят меня поделиться с ними сведениями и о других целебных растениях из моей «коллекции», растениях, которые **доступны** каждому из нас, **просты** в использовании и **безопасны**. И я это делаю с большим удовольствием! Моя новая книга посвящена уникальным природным лекарствам, чудо-ягодам – шиповнику, черноплодной рябине и облепихе.

Я всегда утверждал, и буду утверждать – кладовые природы неисчерпаемы! В ее «сундуках» хранятся настоящие сокровища. Но мы, к сожалению, очень мало знаем о них, хотя эти знания очень пригодились бы нам. Ведь жители современных городов, особенно крупных, весьма подвержены заболеваниям, и это неудивительно. Скученность населения повышает вероятность эпидемий, бешеный ритм жизни приводит к постоянным стрессам. Высокая степень загрязне-

ния воздуха и воды, неправильное питание и некачественные продукты – основа нарушения нормальной жизнедеятельности человеческого организма. Лекарственное лечение болезней зачастую приводит к аллергическим расстройствам и другим неприятным последствиям – одно лечим, другое калечим.

На столь неприглядном фоне существование человека требует возвращения к природе в любом доступном виде! Да, можно отправиться в путешествие к морю, в джунгли или в тайгу, можно проводить выходные и отпуска в деревне или на даче. Но это будут только временные меры, ведь потом мы снова вернемся к привычной жизни.

Еще один важный шаг к природному естеству – использование целебных растений. Впуская их в свою жизнь, мы обретаем силу противостоять напору цивилизации. Повседневная помощь природы делает человека сильнее, укрепляет его иммунитет и нервную систему, дополняет питание витаминами, антиоксидантами и необходимыми минеральными веществами.

**Шиповник, черноплодная рябина и облепиха** – известные растения, испокон веков любимые нашим народом, что неудивительно. Они неприхотливы, широко распространены и наделены огромным целительным потенциалом.

Все ягоды – источник витаминов, прежде всего аскорбиновой кислоты, антиоксидантов и минеральных веществ, именно поэтому они обеспечивают

правильную работу обмена веществ, укрепляют иммунитет. В то же время, они содержат и многие другие вещества, способные помочь в лечении болезней.

**Шиповник** незаменим при лечении простудных заболеваний, эпидемий вирусных инфекций. Он очень эффективен при заболеваниях печени и почек, особенно связанных с образованием камней. Шиповник улучшает работу поджелудочной железы, восстанавливает эластичность кровеносных сосудов, укрепляет сердце, помогает заживлять раны, благодаря чему используется в лечении многих кожных заболеваний.

**Черноплодная рябина** нормализует артериальное давление, регулирует содержание холестерина в крови, снимает спазмы сосудов и мускулатуры. Она полезна при заболеваниях щитовидной железы, пищеварительной системы, стимулирует работу печени, но самое важное – благодаря высокому содержанию пектина она выводит из организма тяжелые металлы и радионуклиды.

**Облепиха** поражает воображение своими способностями лечить разнообразные заболевания кожи и слизистых оболочек – это ожоги и лучевые поражения, язвенные болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Она применяется для лечения женской репродуктивной системы, онкологических заболеваний. Ее способность повышать устойчивость человеческого организма к воздействию внешней среды по-

истине бесценна.

**Эти чудесные ягоды способны поддерживать человеческий организм в тонусе, дарить ему стабильное здоровье при регулярном употреблении, излечивать от болезней, если таковые все же случились.**

Их возможности укрепления человеческого организма настолько велики, что они могут не только дополнять назначенные врачом препараты, но и самостоятельно защищать человека от болезней! А ведь профилактика заболеваний – вряд ли кто-то будет утверждать обратное – намного приятнее их лечения! Использование в своем рационе во всех возможных видах плодов шиповника, черноплодной рябины и облепихи дает возможность жить полноценной здоровой жизнью, не отвлекаясь на разнообразные недуги.

**Обязательно стоит сказать, что лекарственные возможности шиповника, черноплодной рябины и облепихи используются не только народной медициной, они признаны и медициной официальной. Вы всегда сможете купить препараты этих растений в аптеках.**

Надеюсь, вы уже смогли убедиться в поразительной силе воздействия этих растений. Именно поэтому мне кажется необходимым рассказать о них все, что мне известно, чтобы

вы, уважаемые читатели, могли воспользоваться этими знаниями для укрепления своего здоровья, лечения, если такое (не приведи, Господи!) потребуется – в общем, для того, чтобы вы могли быть всегда здоровыми.

# Прежде, чем вы начнете читать дальше...

... я хочу немного рассказать вам о том, как правильно применять растительные препараты для лечения различных заболеваний.

Это вовсе не означает, что вы сможете лечиться ими по своему разумению. Напротив, я как всегда хочу напомнить вам, что полноценное лечение должно всегда начинаться с посещения врача.

Почему? Разве нельзя прочесть хотя бы вот эту книжку про целебные ягоды и лечиться самостоятельно?

Рассудите сами.

Фитотерапевты утверждают, что на начальных стадиях заболевания вполне возможно обойтись без синтетических лекарств, достаточно скорректировать питание, включив в него полезные продукты, и добавить растительные препараты.

Да, это действительно так.

Но чтобы не дать заболеванию развиваться дальше и перейти в более тяжелую стадию, сначала нужно поставить правильный **диагноз**. И здесь без врача никак не обойтись — многие симптомы разных болезней бывают схожими, а некоторые диагнозы можно поставить только после сдачи разно-

образных анализов и проведения приборных исследований.

Обычно лечение травами и травяными сборами начинают с растений более мягкого действия, а в случае, когда оно не очень эффективно, назначают уже сильнодействующие растительные препараты, и только если и они не помогают, уже тогда врач подключает к лечению и синтетические лекарства.

Да, при некоторых заболеваниях невозможно поправить здоровье без применения серьезных продуктов фармацевтической промышленности. В таких случаях растительные препараты выступают в качестве дополнительного лечения. И не только лечения – многие растения способны снизить токсическое воздействие химических препаратов на организм, защитить от их побочного влияния, избежать вреда для здоровых органов, чтобы не получилось, что одно лечим, другое калечим.

И в этой ситуации без врача никуда – он подскажет, какие именно растения лучше всего использовать в случае вашего заболевания, а каких стоит избегать. Ведь некоторые растительные средства могут быть противопоказаны при отдельных заболеваниях. Возьмем, к примеру, те самые ягоды, о которых я буду рассказывать в этой книге. Шиповник широко применяется при заболеваниях печени и желчевыводящих путей, а, скажем, облепиха при этих же самых заболеваниях категорически запрещается.

А вот когда заболевшие органы подлечиваются при помо-

щи химических лекарств, растительные препараты могут и должны заменить их, чтобы привести вас к окончательному выздоровлению. Но опять же только врач подскажет вам, когда можно прекратить прием назначенных лекарств и заменить их целебными растениями.

Во время лечения лекарственными растениями – а оно может длиться при некоторых заболеваниях годами – курс приема того или иного препарата или сбора не должен превышать 4–5 недель. Дело в том, что происходит привыкание организма к тем или иным средствам, поэтому для сохранения лечебного эффекта необходимо делать перерывы в лечении.

Это вовсе не обозначает, что на этот период нужно прекращать лечение. Это значит, что следует изменить состав лекарственного сбора, которым вы пользовались, частично или полностью, а после перерыва можно будет снова начинать принимать первоначальное лекарство.

**Чтобы не навредить себе, в этой ситуации тоже обязательно консультируйтесь с врачом.**

Надеюсь, мне удалось убедить вас, что лечиться самостоятельно, в том числе и лекарственными растениями, в случае серьезных заболеваний без участия хорошего грамотного врача невозможно.

Именно поэтому во всех своих книгах я не забываю напо-

минать читателям о необходимости консультаций с врачами. Во всех областях жизни специалисты лучше остальных знают, как правильно сделать то или иное дело. Механик лучше меня знает, как отремонтировать мой автомобиль, что именно в нем поломалось. А ведь человеческий организм намного, несравненно сложнее автомобиля, а поломки в нем намного опаснее.

Поэтому читайте книгу, узнавайте много интересного о целебных чудо-ягодах, и помните – ваше здоровье в ваших руках.

# **Шиповник – дикая роза, дарующая здоровье**

## **Шиповник – романтика, красота и польза**

На Балканах, где традиционно высоко ценятся розы, им с давних времен приписывают защитные мистические свойства. При крещении ребенка в воду кладут ветки шиповника, чтобы его колючки дали младенцу защиту от болезней и злых сил.

Некоторые вещи, с которыми человек знакомится в самом раннем детстве, восхищают его настолько, что он всю жизнь испытывает к ним самое трепетное отношение. Для меня это как раз шиповник. Его неброская, но завораживающая красота, чудный аромат ярких цветов до сих пор волнуют меня, оживляя детские воспоминания. Думаю, те же самые чувства испытывают многие люди, недаром заросли шиповника украшают наши города и поселения.

Шиповник сопровождает человечество на протяжении всей его долгой истории. Любовь к нему, желание вдыхать его аромат, созерцать пышное цветение привели к возник-

новению многочисленных сортов роз. Все известные ныне розы – парковые, садовые, плетистые, масличные, миниатюрные, крупноцветковые, многоцветковые – все они «дети» шиповника, давшего им свое имя.

Латинское название рода шиповник – *Rosa*. Известно более сотни видов только дикого шиповника, а его культурных сортов – более десяти тысяч, по некоторым подсчетам человечество за всю свою историю вывело почти пятьдесят тысяч сортов роз.

Некоторые из них по-прежнему напоминают шиповник – пышные кусты, покрытые многочисленными ароматными цветками. Некоторые настолько отделились от своего предка, что даже совсем не напоминают его. Разнообразие сортов роз поражает воображение. Размер их цветков изменяется от самых маленьких до очень больших, количество лепестков меняется от пяти до нескольких десятков, а уж говорить о невероятном спектре их расцветок и вовсе бессмысленно – не хватит эпитетов. Всем знакомы розы белые, желтые, оранжевые, розовые, светло-красные и темно-красные, бордовые, почти черные...

Но розы выращивают не только ради красоты их цветов, но и для использования их аромата в парфюмерии. Розовое масло добывается из лепестков масличных сортов роз, оно дорого, что совсем неудивительно – для получения одного килограмма розового масла требуется три тонны розовых лепестков.

Кстати, сейчас выведены сорта масличных роз, которым присущ необычный запах, они благоухают экзотическими ароматами фруктов, пряностей и благовоний.

И все же вернемся к дикому шиповнику. Конечно же, его внешность на фоне пышно цветущих и душистых потомков может показаться невзрачной. Но не стоит забывать, что вся их роскошь, вся их полезность идет от самого шиповника. И всю свою историю человечество использовало ее в своих целях. Да, им украшали свое существование, его использовали в парфюмерных и косметических целях, в кулинарии и, конечно же, в лечении болезней.

Несмотря на долгую, насчитывающую многие тысячелетия историю совместного существования человека и шиповника, польза его по-прежнему осталась при нем, и о ней я с большим удовольствием расскажу в дальнейшем.

## **Долгая история шиповника**

В Древнем Риме с I века н. э. в середине мая, когда расцветали розы, отмечали их праздник – Розалии. В этот день люди поминали умерших и возлагали розы на их могилы.

Вы даже представить не сможете, насколько древним является шиповник – он немногим моложе динозавров. Палеоботаники обнаружили его отпечатки в отложениях третичного периода, около 25 миллионов лет до нашей эры, еще до

возникновения человечества.

Похоже, человек стал использовать шиповник в своем питании достаточно давно. Археологические раскопки показали, что уже в палеолите – то есть во времена самых первых людей, когда они только начали пользоваться каменными орудиями, плоды шиповника уже входили в их рацион.

До нас дошли и легенды о шиповнике, и старинные записи о его лечебных свойствах. В Древнем Египте розы разводили в садах, украшали розовыми венками мумии властителей. Много позже египетская царица Клеопатра использовала для сохранения своей красоты розовое масло и розовую воду.

Древние греки считали, что роза появилась благодаря страданиям богини любви Афродиты. Узнав о гибели Адониса, ее возлюбленного, она в порыве горя бросилась в лес, не разбирая дороги. Колючие кусты царапали ее кожу, кровь капала на ветви кустарников, и из ее капель возникали красные бутоны цветов. Неудивительно, что древние греки, а за ними и древние римляне посвящали розу своим богиням любви.

В мифологии древних германцев и скандинавов рассказывается история о Брунгильде, валькирии, нарушившей запрет не вмешиваться в ход битвы героев. Она помогла одному из двух соперничающих королей выиграть бой, за что верховный бог Один погрузил ее в вечный сон, положив ей под голову веточку дикой розы с ядовитыми шипами.

Вообще стоит помнить, когда древние мифы и даже средневековые истории повествуют о розах, речь идет именно о шиповнике, настоящие сортовые розы появились много позднее. Даже на королевском гербе Англии, который ведет свое начало от войны Алой и Белой роз, можно видеть не пышную розу, а обычный цветок шиповника с пятью лепестками.

Но не только красота шиповника привлекала к себе внимание людей. Уже в глубокой древности люди знали о его целебных свойствах. Свежими растертыми листьями лечили разнообразные кожные заболевания, в том числе и воспалительные. От опухолей избавлялись при помощи компрессов из отваренных лепестков. Нервное возбуждение, головную боль рекомендовали снимать, вдыхая запах цветов.

На Руси при Иване Грозном содержались за казенный счет специальные сборщики, которые собирали шиповник (в те времена он назывался *своробориной*) для поддержки армии в боеспособном состоянии – пастой из растертых плодов лечили раны. Крестьянам предписывалось платить подати в казну цветами и плодами дикой розы. Монахам же вменялось в обязанность делать запасы шиповника в монастырях для лечения болящих.

В наше время шиповник широко используют для озеленения населенных пунктов и производства лечебных препаратов и косметических средств. Основное сырье для витаминных заводов – плоды

шиповника, поэтому во многих странах шиповник разводят на промышленных плантациях. Чаще всего выращивают шиповник морщинистый – это наиболее крупноплодный вид, и шиповник майский или коричневый.

## Как выглядит шиповник

Куст шиповника, если позволяют обстоятельства, может жить очень долго – несколько сотен лет. Самый старый в Европе экземпляр шиповника собачьего растет в Германии. Толщина его ствола – около пятидесяти сантиметров в диаметре, а высота – около тринадцати метров. Считается, что его возраст может достигать тысячи лет.

Шиповник относится к семейству Розовые порядка Розоцветные – как видите, именно он дал имя одному из самых разнообразных и многочисленных систематических подразделений. Ботаники признают в настоящее время сто сорок видов шиповника, произрастающих во всем мире. В России и на территории бывшего СССР насчитывают от ста до ста пятидесяти видов, из которых шестьдесят – эндемики.

Самый известный благодаря широкому использованию и в то же время самый распространенный – **шиповник майский** (*Rosa majalis*), его же называют шиповником **коричневым** (*Rosa cinnamomea*). Собственно, именно о нем мы и бу-

дем говорить в дальнейшем, хотя есть еще несколько видов шиповника, также растущих в наших лесах – **собачий** (*Rosa canina*) и **морщинистый** (*Rosa rugosa*). Вообще шиповники довольно легко переопыляются, поэтому очень часто в природе встречаются их гибриды.

Эти виды шиповника – многолетние листопадные кустарники, способные вырасти в высоту до двух метров. Ветки покрыты твердыми изогнутыми шипами и мелкими шипиками. Листья шиповника гладкие или морщинистые, в зависимости от вида, их черешки опушены мелкими волосками. Крупные пятилепестковые цветки с приятным ароматом растут поодиночке, иногда по два-три вместе, их цвет может изменяться от бледно-розового до темно-красного. Шиповник для защиты пыльцы от намокания закрывает свои цветы на ночь и перед дождем, а днем поворачивает их вслед за солнцем. Цветет шиповник с мая по июль, а иногда в длинную, затяжную осень можно наблюдать его повторное цветение.

Плодоносить шиповник начинает на второй-третий год жизни, его плоды созревают с августа по сентябрь. Их форма различна – у некоторых видов она шаровидная, у некоторых вытянута в длину, красно-оранжевого цвета. Внутренняя поверхность плода покрыта многочисленными жесткими щетинками-волосками, между которыми располагаются твердые плодики-орешки. Урожайность шиповника изменяется от года к году, обычно она увеличивается каждый тре-

тий-пятый год.

Стержневой корень шиповника прорастает в почве до глубины примерно пяти метров, более мелкие многочисленные корни длиной до тридцати сантиметров пронизывают землю вокруг куста, надежно закрепляя его. От куста отходят корневища, способные дать начало новым кустам, в результате шиповник очень часто образует густые непроходимые заросли.

## Где растет шиповник

Надо сказать, что шиповники растут по всему миру, предпочитая умеренные и субтропические широты. В Европе шиповник растет везде, от Средиземноморья до Полярного круга. Самый распространенный вид – **шиповник собачий**.

Поговорки многих народов гласят, что нет розы без шипов. И все-таки в горах Центральной Европы обитает шиповник альпийский или поникший, у которого гладкая кора, и нет ни одного шипа. Его крупные цветы сидят на длинных цветоножках, которые опускаются вниз – поникают – под тяжестью плодов.

В субтропиках Европы, Азии и Африки встречаются не только кустарниковые виды шиповника, но и лианы, как листопадные, так и вечнозеленые, с цветками и красными, и белыми, и желтыми, собранными обычно в метельчатые соцветия. В Америке насчитывают несколько собственных ви-

дов шиповника, правда, растений с желтыми цветами там не встречается. Прижились там и завезенные колонистами европейские шиповники. Завезен шиповник и в Новую Зеландию и Австралию, где считается сорным растением.

# 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.