

# ЖЕНЬШЕНЬ

против полового бессилия  
и нервных расстройств



Мария ПОЛЕВАЯ



КЛАДОВЫЕ  
ПРИРОДЫ

Кладовые природы

Мария Полевая

**Женьшень против полового  
бессилия и нервных расстройств**

ИГ "Весь"

2005

УДК 61  
ББК 53.59

**Полевая М.**

Женьшень против полового бессилия и нервных расстройств /  
М. Полевая — ИГ "Весь", 2005 — (Кладовые природы)

ISBN 978-5-9573-3188-9

Корень женьшеня традиционно используется в народной медицине Тибета, Китая и России против импотенции, бесплодия и других заболеваний мочеполовой системы, а также для лечения сахарного диабета, онкологических заболеваний, функциональных нарушений на нервной почве. Целебные настои и настойки на основе женьшеня, рецепты которых вы найдете в этой книге, помогают наладить работу центральной нервной системы и укрепить общий тонус организма. Лечебные средства из этого растения оказывают антиоксидантное действие, укрепляя иммунитет, препятствуя естественному старению организма и существенно снижая риск развития новообразований. Кроме того, препараты женьшеня улучшают свертываемость крови, нормализуют артериальное давление и уровень сахара в крови. В книге вы найдете объективные факты о пользе женьшеня, информацию о правилах приготовления и применения лекарств на основе корня этого растения, а также письма читателей, испытавших его целебную силу на собственном опыте. Для широкого круга читателей.

УДК 61  
ББК 53.59

ISBN 978-5-9573-3188-9

© Полевая М., 2005

© ИГ "Весь", 2005

# Содержание

Введение	7
Глава 1	9
Женьшень – дар природы человеку	11
В химической лаборатории природы	12
Конец ознакомительного фрагмента.	13

# **М. А.Полевая**

## **Женьшень против полового бессилия и нервных расстройств**

Тематика: Медицинская литература / Популярная и нетрадиционная медицина

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Данное издание не является учебником по медицине. Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом.

## Введение

*Царь лесных зверей – тигр,  
царь морских зверей – дракон,  
царь лесных растений – женьшень.*

### *Китайская пословица*

Когда задумывалась эта книга, многие мои знакомые замучили меня старым бородатым анекдотом про силу женьшеня и импотенцию. И только один пожилой профессор медицины отмалчивался. Но однажды ему надоело слушать шуточки о корне жизни, и он рассказал о своем опыте применения силы женьшеня.

В молодости Иван Игнатьевич работал гарнизонным врачом на границе с Китаем. Там-то он и познакомился с корнем жизни благодаря местному населению.

\* \* \*

*Приехали с товарищами к какому-то старику. Местные говорили, что он великий человек, живет на свете больше 90 лет и все на свете знает. Принял нас он хорошо, предложил с дороги умыться и попить чаю. Товарищи сразу отметили странный вкус чая. Старик пояснил, что в чай добавляет женьшень, дескать, он-то и помогает ему так долго жить. Во время беседы выяснилось, что у старика было три жены и от них есть 15 детей, из которых младшему четыре года. Мы засомневались, решили, что шутит – откуда у 90-летнего деда такая сила? А старик снова говорит, что это чай ему помогает. Мы, конечно, не поверили. Поговорили со стариком еще немного, и стали прощаться. Он каждому вручил по мешочку сухих корешков и сказал, что скоро сами убедимся в силе женьшеня. И обязательно наказал не только самим пить, но и женам давать.*

*Посмеялись мы с товарищами, да и разошлись по домам. А дома моя жена схватилась за мешочек. Оказывается, местная старуха-знахарка сказала ей, что женьшеневый чай – лучшее средство от бесплодия. А женаты мы, надо сказать, к тому времени уже лет пять были, и все никак не получалось обзавестись детьми. Уж кто виноват был, не знаю. Я, конечно, не поверил рассказам жены, но чай с женьшенем покорно начал пить. Через четыре месяца моя супруга забеременела и в положенный срок родила сына. Женьшень она и потом пила, только уже в меньших концентрациях, да и сейчас пьет. Наверное, потому и сохранила свою красоту».*

И действительно, 60-летняя Вера Ивановна, жена профессора, не выглядела на свои годы. Все, кто не знал ее возраста, считали, что ей никак не больше 40.

Вот такая поучительная история. Позже я переспросила у профессора, в каких пропорциях делался чай с женьшенем, и что кроме этого они применяли. Все эти сведения вы найдете в главе, посвященной роли женьшеня в лечении бесплодия и планировании пола ребенка.

Женьшень, будучи средством традиционной китайской и корейской медицины, издавна рекомендовался знахарями от всех болезней.

Китайские врачи назначали его при разных болезнях, а старым людям – в качестве эликсира для продления жизни. «Исцеляющее действие сказочного растения скажется немедленно и в тех случаях, когда настой его корней отведают человек, уже впавший в предсмертное забытьё», – говорится в одной из древних фармакопей.

Как же оценивается женьшень современной медициной? Его относят к средствам неспецифического действия, т. е. к средствам, оказывающим влияние на весь организм. Врачи реко-

мендуют настойку, порошок, пилюли, настой при истощении, усталости, пониженной работоспособности, быстрой утомляемости, анемии, общем ослаблении организма, наступающем при различных хронических заболеваниях (диабете, туберкулезе и др.). Доказано положительное влияние женьшеня и при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Примечательно, что водные препараты женьшеня помогают при гипертонии, а спиртовые настойки – при гипотонии.

Рецепты этих и других лекарств вы найдете в моей книге. Вы узнаете, как правильно использовать женьшень на благо вашего здоровья. Садоводов-любителей, я думаю, заинтересует глава, посвященная выращиванию женьшеня на приусадебном участке. Конечно, это долгий и кропотливый труд. Но поверьте, это того стоит. Ведь благодаря женьшеню вы сможете вернуть здоровье, укрепить его и помочь выздороветь своим близким.

## Глава 1

### Где найти источник вечной жизни и молодости

Где найти источник вечной жизни и молодости – вот, пожалуй, один из самых древних вопросов, тревожащих все человечество. А есть ли он, этот источник? Есть, скажу я и поведу вас в ближайший лес. Посмотрите вокруг себя – вот он, ваш лучший косметолог и фармацевт! Это природа! Именно она, и никто другой реально способна вернуть вам утраченное здоровье и, соответственно, улучшить внешний вид. Задумайтесь, ведь именно болезни лишают нас молодого и цветущего вида. Избавьтесь от них, и мигом похорошеете.

Поверьте, человек, светящийся здоровьем, выглядит намного моложе своего истинного возраста.

В поисках исцеления от болезней наши предки изначально обращались к природе. На протяжении многих веков было обнаружено огромное количество лекарственных растений. Люди учились друг у друга, из поколения в поколение передавали опыт применения препаратов, приготовленных из лекарственных растений и других натуральных продуктов.

С развитием человечества развивалась и медицина. Так, на смену знахарским средствам пришли таблетки и микстуры. Но если лечебные препараты, полученные из растений, при правильном применении не оказывают побочных действий, то лекарства, полученные синтетическим путем, зачастую отрицательно влияют на другие системы нашего организма.

И конечно, необходимо отметить, что большинство растений, в отличие от таблеток, могут не только излечивать целый ряд заболеваний, но и применяться в профилактических целях.

В стеблях, цветках, листьях и корнях растений содержатся алкалоиды (гликозиды, сапонины и др.), вся гамма витаминов, фенольные соединения, эфирные масла, жирные масла, антибиотические вещества, минеральные соли и прочие элементы, которые необходимы для здоровья живых организмов.

Расскажу немного о минеральных веществах, которые необходимы человеческому организму.

Начну с *йода*, поскольку очень часто наш рацион недостаточно им насыщен, а это значит – нарушен основной обмен веществ, нет стимуляции половой функции, возможно расстройство функций щитовидной железы.

Но не надо думать, что нет выхода из этой ситуации. Ешьте морскую капусту, свеклу, белокочанную капусту, землянику, помидоры, чеснок. А вот еще один полезный совет: вечером помойте ноги (если не противопоказано, то и попарьте) и смажьте пятки йодом. Если кожа на стопах грубая, смажьте не только пятки, но и стопы. За ночь весь йод впитается и на коже его не останется. Так смазывайте 7–8 дней. На 9–10-й день йод утром останется на пятке – сделайте 10–15 дней перерыв и снова повторите.

Организм возьмет столько йода, сколько его не хватает. А суточная доза йода для взрослого человека составляет 100–150 мг.

Недостаток *марганца* отрицательно влияет на рост и развитие организма, вызывает анемию, нарушение минерального обмена костной ткани.

Марганца много в цветках клевера лугового, в мяте луговой и перечной, тысячелистнике, петрушке, корне родиолы розовой, женьшене, яблоках, сливах.

Соли *натрия* укрепляют мускульную систему, стенки сосудов, регулируют водный обмен в организме. Суточная потребность в солях натрия у взрослого человека 4–6 г, но необходимо помнить, что избыток натрия в организме нарушит минеральный обмен и может привести к

заболеванию гипертонией. Достаточное содержание натрия в огурцах, свекле, моркови, шпинате, зернах овса, землянике, грецком орехе, женьшене.

Недостаток солей *калия* отрицательно влияет на работу нервной системы, состояние мышечных тканей и сердца, выделение желудочного сока и его состав, не происходит в должном количестве вывода воды из организма. Необходимая суточная доза калия для взрослого человека составляет 2–5 г. Калием богата белокочанная капуста, ягоды черной смородины, томаты, листья одуванчика, петрушка, укроп зеленый.

Если вы хотите иметь крепкие здоровые кости – помните о том, что для этого в вашем организме должно быть достаточное количество *кальция*. Кальций не только формирует костную систему, но и положительно влияет на работу сердечной мышцы, на свертываемость крови. Суточная потребность кальция для взрослого человека составляет 0,8 г, кормящим грудью матерям нужно 2 г, беременным женщинам – 1,5 г.

Недостаток кальция приводит к снижению сопротивляемости организма, к различным заболеваниям, разрушению костной системы, кровотечениям капилляров.

Соли кальция в достаточном количестве находятся в женьшене, перьях лука, листьях и корнях одуванчика, крапиве, абрикосах, луговом клевере, хрене, петрушке, капусте.

Можно еще долго продолжать разговор о пользе других минеральных солей, необходимых для поддержания здорового образа жизни, для здоровья всего живого на земле. И все эти необходимые вещества вы можете найти в растениях. Совсем не обязательно идти в аптеку за таблетками. Природа даст нам бесплатно всю гамму витаминов и минералов, только не нужно лениться. Надо собрать необходимые травки, корешки, веточки, овощи, фрукты и употреблять их не от случая к случаю, а регулярно, систематически, тогда железное здоровье вам обеспечено. Необходимо ограничить себя в употреблении кофе, какао, никотина, алкоголя (которые, как известно, вредны в больших количествах).

Кстати, об алкоголе. Народная мудрая медицина не запрещает принимать алкоголь ежедневно крепостью от 28 до 45 % для поддержания тонуса и нормализации обмена веществ в организме. Существует теория, согласно которой ежедневную норму алкоголя можно вывести благодаря несложной формуле.

Чтобы определить допустимое количество алкоголя в день для взрослого человека (с 18 лет) необходимо разделить вес его тела на 2000. Что это значит? Если вы весите 60 кг, то вам можно принять 30 г в день, а если вес 90 кг, то, соответственно – 45 г в сутки. Безусловно, если вы воздержитесь от употребления алкоголя в течение 15–30 дней и употребите «сэкономленное» за один раз (!), то такой прием отрицательно скажется на состоянии всего организма.

Не стоит забывать и о всевозможных настойках. Их, как правило, отмеряют каплями и одновременно с ними употребление любого другого алкоголя противопоказано.

Как видите, средства народной медицины могут принести вам здоровье на долгие годы, но только при правильном их применении! А для того чтобы не допустить ошибок, обязательно соблюдайте рецепты приготовления лекарственных средств и непременно консультируйтесь с лечащим врачом. Знахари утверждают – нет неизлечимых заболеваний. Все болезни излечимы, если их не запустить.

Сейчас подавляющее большинство как врачей, так и их пациентов называют сегодняшнюю химизированную медицину традиционной. Я полагаю, что это большая ошибка. Традиционная медицина – это медицина, передающаяся из поколения в поколение тысячелетиями. Травы лечили в доисторические времена, а сегодняшняя медицина, основанная на химических препаратах, имеет всего лишь двухвековую историю.

## **Женьшень – дар природы человеку**

Пару лет назад мне довелось увидеть женьшень не на картинке, а в естественных условиях. На первый взгляд, это ничем не примечательное растение.

Женьшень – многолетнее травянистое реликтовое растение, произраставшее еще в неогене и палеогене (свыше миллиона лет назад!), но к настоящему времени сохранившееся лишь в глухой тайге. Стебель одиночный, неветвящийся, дудчатый. Количество листьев зависит от возраста растения. Они располагаются мутовкой, пятипальчатосложные, с листочками неравной длины: два нижних значительно короче. Цветки малозаметны: мелкие, зеленоватые, с тонким ароматом, собраны в верхушечное соцветие простой зонтик. А вот ярко-красные плоды хорошо выделяются на фоне окружающей зелени. Костянки сочные, чуть сплюснутые с боков, имеют по две косточки. Плоды созревают в августе, тогда же начинается основной заготовительный сезон.

Размножается растение исключительно семенами, прорастающими через 20–22 месяца. Встречается в тайге одиночно или небольшими группами, причем вокруг одного взрослого растения можно видеть несколько молодых. При повреждении верхушечной почки растение способно впадать в спячку, длящуюся иногда по несколько десятков лет. Встречается очень редко в уссурийской тайге, на северо-востоке Китая и Кореи. В этих странах запасов дикорастущего женьшеня практически нет. Растение выращивается на плантациях в Корее, Китае, Японии, США и России.

## **В химической лаборатории природы**

Целебные свойства женьшеня обусловлены его биохимическим составом. В корне растения содержатся алкалоиды (в частности, сапонины – панакс, панаквисин); эфирное масло, панаксовая кислота (смесь жирных кислот – пальмитиновой, стеариновой, олеиновой, линолевой), фитостерины, слизи, крахмал, сахара, витамины и микроэлементы (железо, марганец, алюминий, кремний и т. д.), смолы. Все эти вещества необходимы для нормальной работы организма человека и помогают исцелить различные болезни.

*Алкалоиды* – это вещества, вырабатываемые растениями. Чаще всего они ядовиты, но в малых количествах обладают лечебными свойствами. Так, например, сапонинсодержащие растения (к которым относится женьшень) используются как отхаркивающее средство при заболеваниях верхних дыхательных путей, а также как мочегонное, общеукрепляющее, тонизирующее и стимулирующее средство. Растения, имеющие в своем составе алкалоид сапонин, также очень полезны при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

*Микроэлементы*, содержащиеся в женьшене, необходимы организму для строительства новых клеток. Кроме того, микроэлементы служат компонентами для создания собственных ферментов и гормонов, активизируют процессы обмена веществ и функционирования органов, влияют на количество воды в организме. Без этих веществ жизнь просто невозможна, поэтому присутствие их в пище необходимо.

Американцы, с особой тщательностью относящиеся к своему здоровью, особенно ценят нормализующее действие женьшеня на сердечно-сосудистую систему – он препятствует накоплению липопротеидов низкой плотности, веществ, негативно влияющих на состояние стенок сосудов, в том числе коронарных артерий. Содержание же липопротеидов высокой плотности («полезных») под влиянием препаратов, содержащих женьшень, заметно увеличивается. Одним из недостаточно освещенных в современной медицинской литературе эффектов женьшеня является его способность корректировать вес тела, препятствовать образованию жировых отложений.

Анаболическое действие женьшеня (отмеченное еще в древних китайских рукописях), по предположениям современных ученых, может оказаться одним из механизмов продления жизни. Исследования последних лет позволяют надеяться, что биохимический элемент, предупреждающий старение организма, будет выделен и изучен. Не так давно была выявлена способность гликозидов женьшеня (гликозиды – это тоже алкалоиды, в составе которых есть сахар), в частности полисахаридов, влиять на иммунный статус организма. Гликаны женьшеня, получившие название панаксанов А, В, С и D, нормализуют уровень сахара в крови, т. е. обладают особо ценным при диабете действием – снижают уровень сахара в крови. Помимо этого, исследования последних лет показали, что полисахариды, содержащиеся в листьях женьшеня, оказывают противоопухолевое действие: полиацетиленовый спирт панакситриол способен уничтожать несколько типов опухолевых клеток.

## **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.