

Алевтина Корзунова

# ХВОЯ



# Алевтина Корзунова

## ХВОЯ

*Текст предоставлен издательством  
[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=6061191](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6061191)  
Хвоя: Научная книга; 2013*

### Аннотация

В своей новой книге А. Корзунова рассказывает об удивительных лечебных свойствах хвои. Еще с давних времен ее использовали для исцеления от многих недугов: артритов, артрозов, кожных заболеваний и т. д. Кроме того вы узнаете, как применять хвою в косметологии, для того, чтобы ваша кожа стала здоровой и красивой.

# Содержание

Введение	5
Глава 1. Чего мы не знаем о хвое	8
Такие разные хвойные...	15
Конец ознакомительного фрагмента.	21

# Алевтина Корзунова

## ХВОЯ

*Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.*

# Введение

Здравствуйтесь, мои дорогие читатели. Я очень рада нашей встрече. В своей книге я хочу рассказать вам о колючем лекаре – хвое.

Мало кто способен признаться в равнодушии к нежному, эфемерному, но вместе с тем удивительно устойчивому аромату хвои. Однако не все знают о том, что хвоя – это еще и источник целебных, биологически активных веществ. Древесная хвойная зелень содержит ценные биологические компоненты: хлорофилл, витамины, макро– и микроэлементы, фитогормоны, фитонциды, бактериостатические и антигельминтные вещества.

Хвойные деревья – это могучие легкие нашей планеты, животворные родники, дарующие людям здоровье. Эфирные масла и другие вещества, добываемые из хвойных деревьев, успешно применяются для профилактики и лечения многих распространенных заболеваний человека.

Найденные при археологических раскопках древнего Шумерского царства глиняные таблицы шумеров подтверждают, что за 5 тыс. лет до н. э. экстракты и отвары хвои применялись как лечебные средства.

Целебные свойства хвои обусловлены высоким содержанием в ней аскорбиновой кислоты, витамина С, укрепляющего защитные силы организма, дубильных веществ, обла-

дающих противовоспалительным действием, микроэлементов, поддерживающих нормальный обмен веществ, различных смол, обладающих бактерицидным действием, а также эфирных масел, которые губительны для болезнетворных микробов.

В народной медицине настой хвои, весенних побегов и шишек издавна применяли при затяжных простудных заболеваниях. Кроме того, использовали ванны из хвои при ревматизме, а настой из молодых побегов на водке и отвар почек употребляли при туберкулезе.

Не перечисть всех болезней, от которых можно избавиться при помощи хвои.

Это заболевания почек и сердечно-сосудистой системы, отслоение сетчатки глаза, атрофия зрительного нерва. Помогает она при рассеянном склерозе, гангрене, геморрое, судорожных состояниях. Прекрасно выводит из организма радионуклиды.

Полезна не только хвоя, но и зеленые шишки. Они также считаются хорошим лекарством при лечении заболеваний дыхательных путей, гиперацидных гастритов, язвенной болезни желудка. Очень хорошо, если в вашем доме живое хвойное деревце. Тогда в воздухе будут постоянно образовываться озониды. При взаимодействии фитонцидов и озона молекулы последнего становятся электронновозбужденными, и их энергия возрастает в 3,2 раза по сравнению с обычной молекулой кислорода. Фитонциды хвои повыша-

ют содержание в воздухе легких отрицательных ионов и не только обеззараживают и убивают болезнетворные микроорганизмы, но еще и помогают защитным силам организма справиться с вредоносными чужаками. Благотворное воздействие оказывают фитонциды и на нервную систему. Людям, подверженным истерии, различного рода нервным расстройствам, бессоннице полезно больше времени проводить у ели или сосны. Благотворно повлияет это и на тех, у кого нарушена деятельность сердечно-сосудистой системы, больны органы дыхания.

В хвое содержатся смолистое вещество болеритин, горькие и дубильные вещества, аскорбиновая кислота и микроэлементы.

Зимой в хвое сосны, ели, пихты, кедра, можжевельника повышается количество витаминов С, В<sub>1</sub>.

# Глава 1. Чего мы не знаем о хвое

У сосны древняя история. Она появилась на Земле 150 млн лет назад. За это время неоднократно менялся лик планеты: наступали и отступали ледники, возникали и исчезали многие виды растений и животных, а их современница – сосна – преодолела время, зацепилась корнями за землю и дожила до наших дней.

Уже в Древней Греции знали о лечебных свойствах сосны, об этом писал Теофраст. Из сосновой смолы добывали скипидар, используемый в лечебных целях. В Древнем Египте смола использовалась для запечатывания саркофагов, для бальзамирования трупов. В древние времена на Руси смолокуры из сосновых поленьев добывали деготь, уголь, смолу, перерабатываемую затем на скипидар и канифоль.

Существует красивая греческая легенда о том, что лесная нимфа Питис была безумно влюблена в веселого бога Пана – покровителя рыбаков и охотников. Ее же влюбленным поклонником был бог холодного северного ветра Борей. Отчаявшись завладеть нимфой, Борей превратил Питис в красивое вечнозеленое дерево – сосну. Пан же в память о любимой носил сосновый венок на голове.

Еловая история отличается не меньшей древностью. Ель – это не только новогоднее дерево. Ее используют, провожая человека в последний путь. Ветки ели кладут под гроб,

из еловых веток делают венки. Это дерево одновременно и праздничное, и траурное. Фитонциды хвои дезинфицируют помещение, изгоняют «нечистую силу». Считается, что при выносе тела с помощью еловых веток из дома выводится все плохое, ель облегчает страдания его души, еще не успевшей окончательно расстаться с телом (для этого потребуется 40 дней). Еловые ветки, лежащие на могиле, способствуют облегчению души умершего. Иногда знахари и ведьмы, читая заговоры, как бы для укрепления, усиления действия сжигают маленькую веточку ели в железной миске и смотрят, как расположится пепел, в какой форме – подающей надежды или нет.

Ель – одно из самых красивых и величественных деревьев России. Прекрасен еловый лес в любое время года. Из-за густых, плотных крон деревьев в таком лесу довольно темно, а пушистые ветви великанов и молодой поросли придают лесному полумраку таинственное очарование. Русский писатель Дмитрий Мамин-Сибиряк, восхищаясь елками, сравнивал их с «боярами в бархатных шубах». На протяжении многих столетий материальная и духовная культура, сама жизнь Обдории, как в старину называли «восточную страну за Уралом», была тесно связана с елью. Казаки, пришедшие за Урал, величали ель «сибирским великаном», а тобольские крестьяне – «заветным деревом».

Бесспорно, сибирская ель – национальная гордость и богатство России. Еловые леса вырубались еще с добиблейских

времен. Египтяне хоронили в еловых и кедровых саркофагах фараонов, финикийцы строили галеры, большим спросом пользовалась ель у ассирийцев, древних римлян, греков и других народов.

Конечно, королем хвойных деревьев, да и северных лесов России вообще, является кедр. В кедре буквально все: от зеленых иголок до кусочков коры – обладает целебной силой. Первые сведения о кедре теряются в глубине веков. Их не отрицает современная научная медицина и подтверждают христианская, ведическая и другие культуры.

В далекие времена освоения Сибири кедровые леса привлекали внимание путешественников и исследователей по двум основным причинам. Во-первых, это единственное местообитание соболей. Во-вторых, путешественников привлекали вкусные целебные орехи, ядра которых наполнены ценным кедровым маслом. Но все же историки увязывают освоение диких просторов Сибири в основном с добычей соболиных мехов.

Откуда же произошло название этого дерева? По предположению, свое название сибирский кедр получил скорее всего от русских первопроходцев, которые в те далекие времена посетили сибирские земли и познакомились с этим ценным деревом. Увидев пушистую вечнозеленую крону дерева, ощутив аромат его хвои, оценив качество древесины, они назвали его сибирским кедром, поскольку он напоминал им священный ливанский кедр, о котором они уже

знали. Вот как об этом пишет русский ученый Ф. Кеппен: «Вероятнее, что пришедшие на Урал казаки, очарованные видом прекрасного хвойного дерева, им дотоле неизвестного, придали ему наугад название славного кедра, о котором они знали только понаслышке».

При освоении Урала и Сибири русские землепроходцы сразу оценили кедровые леса как источник вкусных калорийных орешков, пищевого масла, противоцинготных и дезинфицирующих средств за счет хвои, побегов и смолы, как местообитание ценных пушных зверей, особенно соболя, а также как водосборы богатых рыбой рек. Наряду с этим кедр сибирский всегда был предметом восхищения, а в прошлом и почитания, благодаря величественности могучего ствола, пышной густой кроне, таинственному сумраку его рощ.

Кедр, или цедр (Ceder), – это старинное название европейского кедра. Так называли его древние римляне. При захвате острова Крит римляне увидели там деревья, очень похожие по форме кроны и шишек на популярное дерево их родины, и назвали их кедровыми, т. е. похожими на кедр деревьями. Этот термин стал научным родовым названием этих деревьев. Позднее твердое латинское «цедр» превратилось в мягкое итальянское «цедро» и затем «цембро». Так стали называть европейский кедр, именуемый научно кедровой сосной. Наука не сохранила сведений о том, как называли кедр наши предки – славяне. Он рос в восточной части владений Великого Новгорода. Возможно, что термин «кедр»

пришел к нам с христианскими иконами, которые первоначально писали только на дощечках из ливанского кедрового дерева – единственной древесной породы, растущей на родине христианства, в Палестине.

Возможно, название кедра пришло к нам от наших западных славян с Балканского полуострова, где православие было принято несколько раньше. А от болгар вместе с письменностью он перешел к восточным славянам.

Обратимся к фактам истории. Как лекарственное средство хвоя употреблялась за несколько тыс. лет до н. э. Глиняные таблички шумеров, найденные при археологических раскопках древнего Шумерского царства, подтверждают, что за 5 тыс. лет до н. э. экстракты, отвары хвои применялись в виде компрессов, припарок. В известной поэме о Гильгамеше (Шумер, 2 700 лет до н. э.) богиня любви (богиней любви в древности считалась шумерская Инанна), покоренная мужественной красотой Гильгамеша, предложила ему стать ее супругом и произнесла такие слова: «Ты будешь мне мужем, я буду женою!.. Войди в наш дом в благоухании кедра! Для тебя я умастилась маслом и запахом кедра. Я – как мед... Душистое масло кедра на моей коже будет для тебя тропинкой любви, зовущей к ласкам, которых я жажду, чтобы вызвать твою улыбку и счастье».

Гильгамеш предложил рубить гигантские кедры на самом краю леса, и застучали топоры, выкованные мастерами Урука... И стал Гильгамеш рубить деревья, а Энкиду корчевать

пни. А когда кончили работу, Энкиду сказал другу: «Повесь боевой топор на пояс, на берег Евфрата доставим кедры!» В знак того, что хочет взять в жены Инанну, Думузи, по обычаю предков, полил порог дома Нингаль кедровым маслом...»

В Древнем Вавилоне ароматические масла специально добавлялись в строительные материалы, из которых воздвигались храмы. Известные противомикробные свойства кедрового масла обеспечивали дезинфекцию в помещениях храма.

Друиды – жрецы древних кельтов – имели глубокие познания о природе деревьев, их связи с человеком и космосом.

Из числа многих деревьев-исцелителей выделяется кедр. На эти свойства кедра Господь обращает внимание людей в Библии. Из всех растений несколько раз упоминается только кедр, обладающий исцеляющими и очищающими свойствами.

Древняя легенда о кедре гласит следующее. Мать Мира сказала Создателю: «Искры Огня Духа Твоего могут дать спасение, но кто же соберет и сбережет их на потребу?» Создатель ответил: «Деревья и травы сохраняют Мои искры, но когда искры опадут, то пусть кедр и сестры его на весь год сохраняют свои приемники огня».

Высоко ценилась в древние времена смола кедра. Чаша кедровой смолы входила в ритуал посвящения царей Хорас-

ана. От сожжения смолы в чаше родился огонь Зороастра.

## Такие разные хвойные...

Иголки хвои являются уникальной особенностью только хвойных деревьев. Давайте познакомимся с наиболее популярными из них.

*Сосна* – это вечнозеленое стройное светолюбивое хвойное дерево семейства сосновых. Дерево достигает 50 м высоты и живет 300–500 лет. Ветки мутовчато-расположенные, раскидистые, создают пирамидальную или округлую кудрявую крону. Ствол ветвится на уровне человеческого роста, стройный, покрыт растрескавшейся буро-красной или сероватой корой, к вершине становящейся буро-желтой, пластинчатой.

Листья (хвоя) сизо-зеленые, расположены попарно, жесткие, 5–7 см длины, держатся на дереве 2–3 года, затем опадают. Их строение помогает дереву испарять наименьшее количество влаги. На одном дереве расположены мужские и женские соцветия. Мужские цветки собраны в серо-желтые шишки, расположены у основания молодых побегов. Тычинки чешуевидные, несущие с нижней стороны по 2 пыльника. Женские колоски (шишки) красноватые, состоят из кроющих и семенных чешуй. Процесс созревания шишек длится 2 года. Семена крылатые, 3–4 мм длины. Плодоносят сосны нерегулярно, с перерывом в 3–5 лет. Корни мощные,

крепкие, многочисленные, деревянистые. На открытом месте сосны обычно низкорослые.

Цветет сосна с 15 лет в мае – июне. Почки – молодые побеги в начальной стадии роста, ароматные, горького вкуса. Созревают на второй год, через 18 месяцев. В марте выпадают из почек и вскоре прорастают. На поверхности земли появляются 5–7 семядолей. Молодые растения растут быстро, прибавляют в год по 30–50 см. Со временем рост замедляется.

Для лечебных целей используют почки, хвою, пыльцу, живицу, добываемую из деревьев путем подсечки, деготь, опилки. Почки сосны собирают ранней весной, в марте – апреле, во время набухания, когда кроющие чешуйки плотно прижаты к почке. Распустившиеся почки для лечебных целей не годятся. Сушат на открытом воздухе или в теплом помещении при температуре 20–25 °С. Хвою первого года собирают поздней осенью и зимой вместе с ветками, хранят в холодном месте, под снегом. В этом случае витамины сохраняются до 2–3 месяцев, в комнатных условиях, при содержании в посуде с водой – несколько дней. При хранении веток в комнатных условиях сушеными витамины разрушаются через 2–3 дня. Пыльцу собирают во время цветения. Хранят в стеклянной посуде, хорошо закупорив.

В почках сосны содержатся эфирное масло (0,36 %), смолы, крахмал, дубильные вещества, пиницикрин; в хвое – аскорбиновая кислота, около 5 % дубильных веществ, алкало-

иды, эфирное масло, составными частями которого являются лимонен, борнеол, борнилацетат, кадинен, церратендиол. В состав эфирного масла входят также смоляные кислоты. Помимо этого, в иглах и коре содержатся антоциановые соединения. Витаминов больше в зимней хвое, смолистых и горьких веществ больше в молодых листьях.

Препараты сосны обладают отхаркивающим, мочегонным, желчегонным, обезболивающим, бактерицидным и дезинфицирующим действиями.

Фитонциды сосны полезны людям, страдающим сердечно-сосудистыми заболеваниями, они губительно действуют на туберкулезную палочку. Дым от сжигания сосны укрепляет зрение и лечит глазные раны.

Аристотель посвятил сосне целый раздел своего трактата «Исследования о растениях»: «Если зима умеренная, смолы будет много и хорошей; если зима сурова, смолы меньше и она хуже. Самую лучшую и чистую смолу получают с мест, залитых солнцем, смола из тенистых мест темна и горька».

Древесину хвойных деревьев пронизывают смоляные ходы, наполненные эфирными маслами и растворенной в них смолой. Этот раствор называется живицей. Живица образуется в растениях как побочный продукт обмена веществ. Но природа в ходе эволюции нашла ей множество применений. При ранениях дерева живица вытекает наружу и, как целебный пластырь, затягивает поврежденное место. В свежей

живице около 35 % эфирных масел (их называют скипидаром, или терпентинным маслом). Через 2–3 дня после вытекания живицы 1/3 всех эфирных масел испаряется, распространяя хвойный аромат. Сильный хвойный запах отпугивает некоторых вредных насекомых, оздоравливает воздух, убивая бактерии. Поэтому так полезно дышать, например, воздухом соснового бора. На воздухе живица постепенно высыхает и твердеет. Еще древние греки умели получать из нее скипидар. Один из рецептов его получения приводит в своей книге «Канон врачебной науки» Авиценна: куски живицы вываривают в котлах, над которыми подвешена шерсть, «дабы она увлажнилась от пара». Куски намокшей шерсти время от времени отжимают, отстаивают выжатую жидкость и сливают скипидар.

Скипидар благодаря хорошей растворимости в липидах глубоко проникает в кожу, оказывает раздражающее действие на ее рецепторы и вызывает рефлекторные изменения в организме. В терапевтических дозах вызывает гиперемию кожных покровов. При многократном применении скипидар может вызвать образование пузырей, нагноение и омертвление тканей. Особенно сильное раздражающее действие скипидар оказывает на слизистые оболочки. При приеме внутрь возможен гастроэнтерит, сопровождающийся болями, тошнотой, рвотой. Скипидар даже при легких втираниях может всасываться в кровь и вызывать беспокойство, одышку, бессонницу. В тяжелых случаях отравлений развиваются судоро-

рожное состояние, угнетение, сонливость, нарушение дыхания. Скипидар выделяется преимущественно почками.

Скипидар используется как местное раздражающее, отвлекающее (обезболивающее) средство для растирания при миозите, невралгии, люмбалгии в виде мазей и линиментов. Применяют также при заболеваниях верхних дыхательных путей в виде компрессов с вазелином (1 часть скипидара и 5 частей вазелина) до появления ощущения легкого жжения в коже. Лучшие результаты наблюдаются при раннем применении в начале заболевания. Скипидар в виде ингаляций применяют в качестве дезинфицирующего средства при гнилостных и гангренозных процессах в легких. Хорошие результаты отмечаются после ингаляции скипидара при бронхитах. Путем перегонки живицы, кроме скипидара очищенного, получают и деготь – продукт сухой перегонки древесины сосны, представляющий собой черно-бурую тяжелую жидкость с характерным запахом. Содержит фенол, толуол, ксилол, смолы.

Масло из сосновой хвои можно приготовить своими силами. Надо положить в колбу на 1/4 ее объема свежую молодую хвою и залить ее до половины водой. Колбу закупорить пробкой с отводной трубкой. Конец трубки опустить в пробирку, а последнюю – в стакан с холодной водой (холодильник). Пробирку заткнуть ватой. При отсутствии колбы можно использовать чайник и др. Хвоя с водой нагревается, при этом водяной пар вместе с летучим (эфирным) сос-

новым маслом переходит в пробирку, где охлаждается. Масло тонкой пленкой будет плавать на поверхности воды. Его осторожно сливают или снимают пипеткой. Из 100 г хвои получается около 1 г масла.

Дерево выделяет до 6 тыс. отрицательно заряженных ионов на  $1 \text{ см}^2$ , поэтому воздух в сосновом лесу кажется особенно чистым.

Сосна у многих народов почитается наравне с дубом. У северных народов сосна всегда была символом жизни. Она поднимает тонус, повышает иммунитет, однако наполняет тело человека тяжелой и плотной биоэнергией. «Заряжаться» у сосны – значит подвергать себя большим нагрузкам.

Общение с сосной эффективно после полудня, когда от нагретой солнцем коры как бы исходит «сосновый дух». Самые сильные сосны – те, что растут отдельно на солнечных пригорках.

После выпаривания воды и скипидара остается твердая смола – канифоль.

# 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.