

# Домашние лекарственные растения



# **Домашние лекарственные растения**

«Мельников И.В.»

Домашние лекарственные растения / «Мельников И.В.»,

А что это там, в красивом кашпо? Только ли для красоты разводят домашние растения? Многие так думают. Но некоторые растения обладают целительными свойствами, некоторые – ядовиты, а есть и такие, которые помогут вам решить семейные проблемы. Это естественно, ведь они – живые. Какие растения подходят вам? Ответы на эти вопросы мы попытались собрать в этой книге. Есть среди комнатных растений те, которым будет хорошо с вами, и они станут вашими друзьями. Прочитайте эту книгу и подарите ее лучшему другу вместе с растением, которое ему подходит – и это будет по-настоящему прекрасный подарок!

## Содержание

ДРУЗЬЯ НАШЕГО ДОМА	5
РАЗНООБРАЗИЕ КОМНАТНЫХ РАСТЕНИЙ	7
ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ НА ПОДОКОННИКЕ	11
ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ ПРЕПАРАТОВ	12
ЛЕКАРСТВЕННЫЕ КОМНАТНЫЕ РАСТЕНИЯ	14
АГАВА	16
АККА (АССА, ФЕЙХОА)	18
АЛОКАЗИЯ (ТРИЛИСТНИК)	20
Конец ознакомительного фрагмента.	21

# ДОМАШНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ

## ДРУЗЬЯ НАШЕГО ДОМА

Комнатные растения в доме – это часть живой природы, без которой современный человек иногда чувствует себя одиноким среди благ цивилизации. Следуя интуиции, мы покупаем, казалось бы, не совсем понятно зачем, горшки с цветами, поливаем, ухаживаем за ними, радуемся новым побегам и переживаем, когда наши растения чахнут. Красота комнатных декоративных растений благотворно влияет на наше здоровье в психологическом плане, поднимая настроение и снимая стресс и усталость.

Выращивание комнатных растений стало незаменимой потребностью человека приблизиться к природе. Благодаря этому стремлению и по воле случая многие экзотические и редкие растения давно прижились на наших подоконниках.

Вы видели когда-нибудь, как животные находят лекарственные растения? Наши меньшие братья знают, какое растение необходимо им, хотя никогда об этом не читали. Но мы так же мало знаем себя, как и окружающий нас мир. Оказывается, растения не только могут оживить и украсить наш интерьер и создать благоприятный фон и настроение. На наших подоконниках располагается целая аптека, которую мы собрали по всему свету. Многие комнатные растения обладают не только благоприятным воздействием, но и целебными свойствами.

Сегодня на рынке появилось много ранее недоступных, красивых, экзотических растений – и интерес к комнатному цветоводству резко возрос. Цветоводы-любители с удовольствием разводят их на дачах, в палисадниках при сельских домах. Многие из различных видов растений создают на балконах и в квартирах миниатюрные сады. А вьющимися растениями – лианами – украшают стены домов. При этом цветы в доме можно иметь круглый год.

Среди комнатных культур есть много видов, которые обладают лечебными и целительными свойствами. Издавна люди справедливо полагали, что природа имеет лекарства от всех существующих болезней, и лечились травами, ягодами, овощами и фруктами. Фармакология также начиналась с использования растительного и животного сырья, которое знахари использовали для изготовления лекарств.

Те отрицательные воздействия, которые мы испытываем со стороны окружающей среды, в основном нами и созданы. Неправильный и малоподвижный образ жизни современного человека – все эти факторы позволяют делать вывод о том, что мы забыли о том, что сам организм человека уже плохо приспосабливается к условиям среды. Мы изнежены, слабы, ленивы и слишком часто болеем. Увеличение доз препаратов при лечении многих заболеваний – это тревожное явление, которое подтверждает все сказанное выше.

А теперь подумаем, когда мы принимаем натуральные средства – отвары, настои, мед – увеличилась ли доза? Нет! Значит, эффективность натуральных лекарственных средств не стала меньшей!

Конечно, достижения современной медицины в лечении практически всех заболеваний – грандиозны, если иметь в виду двадцатый век. Но вопрос в другом – появилась ли возможность реально сделать организм крепче или здоровее? К сожалению, нет. В оздоровлении, профилактике, стимулировании защитных свойств организма употреблению натуральных, природных средств по-прежнему нет альтернативы.

Люди собирают, разводят, заготавливают лекарственные травы, но как удобно, когда на собственном подоконнике размещается целая аптека!

Наши зеленые друзья не только островки живой природы, которые радуют нас своим видом, но и целители, порой уникальные.

У многих дома имеются комнатные растения, и мы любим их просто за то, что с ними уютней, они создают микроклимат, отвечают на нашу заботу пышным цветением или роскошными причудливыми листьями. Но многие не знают о том, что среди домашних растений много целебных.

Обзаведясь домашними цветами, вы можете не только улучшить интерьер вашей квартиры, но и завести лекарственные растения, создав живую «зеленую» аптеку для всей семьи.

Но и это еще не все. Комнатные растения, как и всякие живые создания, обладают многими таинственными качествами – они как-то относятся к нам, могут любить или не любить своих владельцев, и, следовательно, как-то выражают свое отношение к нам.

Какое растение подходит персонально вам, а от каких следует держаться подальше, как правильно размещать зеленых друзей в квартире или офисе, как использовать целебные и косметические свойства растений – на все эти вопросы вы получите ответ, прочитав эту книгу.

## РАЗНООБРАЗИЕ КОМНАТНЫХ РАСТЕНИЙ

Основная масса комнатных растений – выходцы из стран с тропическим и субтропическим климатом, большинство их произрастает в условиях высоких температур и обильных осадков. Таковы фикусы, многие пальмы, бегонии, филодендроны, пеперомии, марантовые.

Другие – жители горных лесных тропиков с более прохладным воздухом, но с постоянно высокой влажностью воздуха (папоротники, орхидеи, многие бромелиевые и др.). Некоторые обитают в сезонных листопадных и полулистопадных тропических лесах, в районах с четкой ежегодной сменой дождливого и засушливого периодов (австралийские эвкалипты, акации).

Из крайне сухих областей Африки со скудными нерегулярными осадками происходят алоэ, молочаи, каланхоэ, гастерии, хавортии. Родина хорошо известных в комнатной культуре кактусов и агав – сухие горные плато Мексики и Америки.

Разнообразие природных условий определяет и многообразие внешнего облика, биологии растений. Одни из них выращиваются ради эффектных цветов, другие – из-за интересных по форме и окраске листьев, третьи – для декорирования стен. Некоторые растения привлекают внимание цветоводов необычной формой и строением. В зависимости от декоративных свойств растений, их морфологических особенностей, экологии и возможностей использования в интерьере все многообразие комнатных растений условно подразделяют на группы.

**Цветущие растения.** Это сравнительно небольшая группа растений, которые выращиваются исключительно ради красивого цветения, продолжающегося от недели до нескольких месяцев.

Длительно и обильно цветут пеларгонии, бегонии, сенполия.

Кратковременное цветение у кливии, кринума, гиппеаструма. Одни цветут зимой (азалии, камелии, пуансеттия, цикламены), другие весной и летом (пеларгония, синниния, ахименес, колокольчик).

**Декоративно-лиственные растения.** К этой группе относится большинство комнатных растений. Они привлекают цветоводов либо формой листьев (пальмы, папоротники, филодендроны), либо необычной их окраской (бегонии, марантовые, кодиеумы, многие акантовые). При выращивании пестролистных растений важно знать реакцию каждого из них на освещение.

Некоторые предпочитают затененные места и при избытке света листья у них становятся бледными, теряют пестрый рисунок (бегонии, марантовые, сциндапус). У других, напротив, пестрая окраска листьев ярче проявляется при светлом солнечном содержании (кодиеумы).

**Лианы.** Эти растения имеют длинные травянистые или одревесневающие стебли, снабженные разными приспособлениями для прикрепления к опоре. У одних растений стебли выются вокруг опоры (аспарагус), у других – цепляются за нее усиками (пассифлора, глориоза). Многие взбираются вверх по стволам или вертикальным стенам с помощью придаточных корней (плющ, филодендроны). Другие опираются на опоры, сохраняя, таким образом, вертикальное положение (бугенвиллия). Лианы используют для озеленения стен и колонн в больших помещениях. Ими хорошо притенить солнечное окно или, установив цветочницу с обвитой ими решеткой, отгородить часть комнаты или уголок холла. При использовании лиан в оформлении интерьера нужно учитывать способ прикрепления растения к опоре. Для лиан с вьющимися стеблями и со стеблями, снабженными усиками, ставят деревянную решетку или протягивают бечевку. Виды, имеющие корни-присоски, легко закрепляются на вертикальной стене, отделанной туфом, на палке, куске коры или дерева.

**Ампельные растения.** Это растения с длинными свисающими побегами, культивируемые в подвесных горшках и корзинках. Название их происходит от немецкого слова *Ampel*, что означает «висячая ваза для цветов». Это небольшие лианы – сциндапус, циссус, традескан-

ция, а также растения с первоначально прямостоячими, а позднее поникающими или повисающими стеблями (сеткреазия, эсхинантус, многие пеперомии).

В подвесных горшках выращивают некоторые розеточные растения, способные образовывать усы (побеги с длинными междоузлиями, оканчивающиеся маленькими розетками), – хлорофитум, камнеломку, эписцию. Эффектно выглядят папоротники с длинными свисающими листьями. Ампельные растения можно использовать также в зимних садах как почвопокровные растения.

**Эпифиты.** Название (от греческих слов *epi* – на и *phyton* – растение) говорит об образе жизни этих растений. Они поселяются на стволах и ветвях деревьев, используя их только как опору, но, не паразитируя на них. Обитая высоко, эпифитные растения оказываются в условиях благоприятного освещения, но постоянного дефицита влаги и питательных веществ. Большинство эпифитных растений улавливает влагу из воздуха и дождевую воду с помощью воздушных корней, снабженных специальной губчатой тканью. Другие (большинство бромелиевых) поглощают влагу чешуевидными волосками, густо покрывающими листья. Помимо орхидей и бромелий эпифитный образ жизни ведут многие папоротники (платицериум, асплениум), геснериевые (колумнея, эсхинантус), некоторые пеперомии и кактусы (рипсалис, селеницереус, эпифиллум). Многие эпифитные растения могут также успешно расти на камнях и скалах. В этом случае их называют эпилитами (от греч. *lithos* – камень). В условиях культуры эпифиты можно выращивать как наземные растения в горшках в рыхлом, воздухо- и влагопроницаемом субстрате, на корягах или в специальных блоках из коры дуба, сосны или березы, привязывая растения мягкой тесьмой к опоре.

**Суккуленты** (от лат. *succus* – сок). Это обширная группа растений с сочными, мясистыми стеблями или листьями часто причудливой формы – шаровидными, веретеновидными, вальковатыми, в виде лепешек или зеленых луковиц. К ней принадлежат кактусы, молочаи, агавы, алоэ, гастерии, хавортии, каланхоэ, толстянки, седум и многие другие. Они происходят из областей с крайне сухим климатом (в некоторых районах в течение года может не выпасть ни одного дождя). Ту скудную влагу, которую эти растения получают с редкими дождями, ночными росами и туманами, они запасают в стеблях и листьях.

Поскольку комнатные декоративные растения происходят из различных географических широт, они нуждаются в различном освещении. Это светолюбивые, тенелюбивые и теневыносливые растения. Светолюбивые растения хорошо растут только при достаточном солнечном освещении, такие как: седум, абутилон, нолина, бугардия, азалия индийская, агавы, китайская, гастерия, жасмин самбак, фуксия, цереус. Выращивать их лучше на подоконниках, обращенных на юг.

Теневыносливые растения какое-то время могут расти и при слабом освещении, но желательно, чтобы они росли при достаточном количестве света. Их можно расположить на подоконниках, обращенных на восток: это фиалка узамбарская, мирт, аспарагус Шпренгера, фикус, драцена узколистная, аукуба, бегония.

Такие растения, как гастерия килеватая, бегония королевская, цитрусовые, аспарагус перистый, магнолия, пальма финиковая, калина вечнозеленая, поникшая, можно расположить с западной стороны.

Тенелюбивые растения любят расти в условиях слабой освещенности. Такие растения можно размещать в глубине помещения или на подоконниках с северной стороны: К тенелюбивым растениям относятся: драцена душистая, плющ обыкновенный, папоротники, пилеи, драцена, тисс, кипарисовик притупленный, камнеломка отпрысковая, аспидистра, бромелиевые, некоторые бегонии, биота восточная, самшит, некоторые лилейные.

В весенний и летний период, во время особенно интенсивного роста, различные виды растений неодинаково нуждаются в тепле. Многие тропические и субтропические растения относятся к теплолюбивым. При их выращивании температура воздуха должна быть не ниже

20 градусов С. При уходе за умеренно тепловыми растениями достаточно, чтобы температура воздуха была 16–18 градусов С.

Нужно заметить, что в зимний период, по сравнению с летним, комнатные растения можно содержать и при более низких температурах, так как они в это время находятся в состоянии покоя. Ведь у некоторых растений в это время процессы роста замедляются, а у других они и вовсе прекращаются.

Чтобы научиться ухаживать и выращивать различные комнатные растения, для этого нужно соблюдать одно небольшое, но важное условие: растения нужно любить. Человек, который наполнен любовью, он тянется ко всему живому, в том числе и к растениям. Ведь растения – это тоже живые существа, которые чувствуют, как к ним относятся. И в ответ они также реагируют на нас: с симпатией, или игнорируя нас.

У каждого человека есть свои определенные пристрастия – одним нравятся скромные фиалки, кто-то отдает свое предпочтение кактусам, другим нравятся кустарные ветвистые растения. И это предпочтение определенным видам растения мы отдаем не случайно – во всем этом есть отражение нашего внутреннего «я», нашего личного мировоззрения. Ведь, как говорится, «на вкус и цвет товарищей нет».

Но какой бы вид растения мы не выбрали, основное призвание и назначение каждого растения – это очищать и оздоравливать атмосферу нашего дома. Учитывая наш напряженный ритм жизни, перегрузки тяжелой информацией, которая угнетающе действует на нас, вызывая у людей такое давление и напряжение, что избыток своей негативной энергии люди порой могут себе позволить выплеснуть в собственном доме на своих близких. В таком случае атмосфера в доме настолько может быть отравлена, что растения уже не в силах справиться с накопившейся отрицательной энергией. Растения настолько бескорыстно отдают себя окружающим, что порой их силенок просто не хватает. И тогда растения в доме начинают чахнуть, болеть, плохо расти. Замечено, что в доме, где живут люди с тяжелым характером, так называемые вампиры, или постоянно недовольные жизнью пессимисты, – в таких домах растения растут очень плохо.

Интересно, что если один из жителей квартиры, будучи старым человеком, умирал или переезжал, комнатные растения начинали оживать и даже расцветали те растения, которые до этого никогда не цвели.

Есть люди, которые постоянно всем не довольны, они находятся в постоянном раздражении, и с такими людьми очень тяжело рядом жить. Ведь эти люди постоянно выбрасывают свою отрицательную энергию, тем самым, засоряя окружающее пространство. Так вот, когда такие люди переезжают, комнатные растения сразу реагируют – они начинают цвести.

Если же растения в доме росли нормально, но после смерти одного из членов семьи цветков, которому было не время цвести, расцвел – это не значит, что у умершего был несносный характер. Скорее, это является признаком чистоты и духовности этого человека. Обычно в домах, где царит тяжелая, гнетущая атмосфера, растения практически не растут, или растут очень медленно. Цветы в таких квартирах не цветут. Люди, живущие в постоянной ругани, ссорах и раздражении, настолько утяжеляют атмосферу, что те люди, которые будут приходить к ним в гости, также будут чувствовать на себе эту тяжесть и угнетение. Больше всего от этого будут страдать люди чистые, порядочные и открытые. Придя в такой дом, сразу на себе чувствуешь усталость и тяжесть. Если в таком доме приходится находиться в течение продолжительного времени, можно самим заболеть. Постоянные жильцы этого дома обычно болеют разными хроническими заболеваниями.

И все же различным комнатным растениям под силу облегчить и очистить энергетику таких домов. Для этого можно развести молодые цветочные растения. Но если же в доме есть постоянный источник отрицательной энергии, который отравляет и загрязняет домашнюю атмосферу отрицательными эмоциями, – в таком случае молодое растение может само погиб-

нуть, задохнувшись в смраде людских чувств. Чтобы очистить энергетически тяжелый дом, нужно принести крупное, взрослое растение. И будет лучше даже, если не одно. И чем тяжелее царит там атмосфера, тем больше цветов должно там расти.

В старину о таких домах говорили, что там живет «нечистая сила». И это действительно так. Ведь нечистой силой является все плохое и страшное, что может быть в жизни человека – и все это приходит в жизнь к безрадостному, унылому человеку.

Мы, и только мы сами своими словами, поступками, образом мыслей и эгоистическими желаниями открываем двери в свою жизнь для несчастий и всего негативного в нашей жизни. Ту силу, которую мы вкладываем в бурю наших негативных слов, – она, эта сила, и разрушает нас и жизнь наших близких до основания.

Комнатные растения помогают очиститься нам от этого негативизма, извлекая из нас и окружающей среды эту грязь. И именно в тех домах, где растениям приходится так трудно выживать, там они более всего и нужны.

Нужно заметить, что если комнатные растения плохо растут и не цветут, это не всегда является признаком тяжелой обстановки в этой квартире. Если человек веселого склада характера, энергичен, подвижен, доволен своей жизнью, но растения у него плохо растут – значит, он просто не нуждается в растениях.

Своим присутствием комнатные растения облагораживают и воздействуют на духовное развитие человека. Но бывает и такое, что человек становится «высокодуховным» и в таком случае растения не могут уже служить стимулом для развития этого человека. В таком доме растения тоже не будут расти. Растения могут хорошо расти и цвести, когда в них нуждаются.

Бывает, что у некоторых людей могут расти только определенный вид растений, например, пальмы, кактусы, цитрусовые. Эти растения считаются выносливыми, они могут расти только в тяжелой домашней атмосфере. Если же люди не совсем безнадежные пессимисты, у которых бывают и хорошие, радостные дни, в этих домах также могут расти растения, которые считаются выносливыми – это кактусы, алоэ, агавы, вьющиеся и не цветущие растения.

Если хозяина квартиры нельзя назвать пессимистом, но некоторые растения у него не растут, – значит, именно эти растения и не нужны.

При подборе определенного вида цветочных комнатных растений вы должны знать, какова цель и для чего вы заводите эти растения. Надеемся, что эти советы помогут вам сделать правильный выбор.

## ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ НА ПОДОКОННИКЕ

Применялись лекарственные растения для лечения различных недугов уже много веков назад. Например, в древнем Египте, греческой и римской цивилизациях за несколько тысяч лет до нашей эры с лечебной целью использовались такие растительные средства, как снотворный мак, мята, касторовое масло, подорожник, папирус, пшеница. Гиппократ, который считается «отцом медицины», (460 – 370 гг. до н. э.) использовал в своей практике свыше 200 наименований растений.

Мы любим домашние цветочные растения за тот уют и красоту, которую они дарят нам. Но многие растения, которые так привычно расположились на подоконниках наших домов и квартир, могут оказаться полезными и даже целебными. Ознакомившись с нашей книгой, вы будете по-другому относиться к вашим «зеленым» друзьям, которые готовы всегда придти к вам на помощь. Потому что необходимое вам лекарство от вашего недуга может находиться совсем рядом. Там, где вы живете.

Природа, как мы уже говорили, позаботилась о том, чтобы на каждую болезнь было свое лекарство (так же, как против каждого яда есть и противоядие). Отвары, настои, вытяжки – это то, что готовится как из свежих, так и из заготовленных впрок растений. За лекарственными растениями не обязательно куда-то далеко ехать или собирать их в определенное время года. Мы всегда их можем иметь рядом.

Лечение натуральными средствами идеально для хронических больных, когда болезнь не находится в стадии обострения. Поддерживающее, мягкое действие трав и растений позволяет продлевать периоды ремиссии, когда человек чувствует себя практически здоровым.

Лечение травами и другими природными продуктами, конечно, мало поможет в случае, если речь идет о том, чтобы остановить приступ или вылечить острый инфаркт – для этого нужны более радикальные меры. Но в комплексе с медикаментозным лечением, под контролем лечащего врача, который обязательно должен знать о том, что принимает больной помимо лекарств (ведь применение трав может вызвать необходимость снизить дозировки, или поменять препараты) – такое комплексное лечение дает удивительные результаты.

Особенно оправдано применение лекарств из копилки природы в период выздоровления, реабилитации, и для профилактики, как поддерживающие и восстанавливающие средства. Но при вялом течении болезни, или в ее начальных стадиях многие недуги можно вылечить, совсем не пользуясь синтетическими препаратами.

Отвары, настои, вытяжки, – это то, что готовится как из свежих, так и из заготовленных впрок растений.

## ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ ПРЕПАРАТОВ

В домашних условиях можно изготавливать лекарственные препараты, но при этом нужно знать и выполнять определенные условия. Вот некоторые из них:

Растения, которые будут использованы, должны быть сухими, чистыми и не пораженными вредителями.

Для приготовления лекарственного средства в жидкой форме, растения нужно залить водой (следить, чтобы не было бурного кипения), или же на водяной бане. В некоторых рецептах используется спирт. Процеживать готовое средство нужно через чистую марлю, сложенную в несколько раз, или льняную ткань.

При составлении рецептов нужные компоненты нужно будет брать в определенном количестве. Для этого нужно знать, что – столовая ложка с верхом содержит 20 г, столовая ложка без верха – 15 г, десертная 10 г, а чайная 5 г измельченного сырья.

Для посуды нужны свои правила. Посуда должна быть фарфоровой, глиняной или стеклянной. Кипячение производить в эмалированной посуде, покрытие которой должно быть не нарушено. При тепловой обработке посуда из меди, алюминия и железа недопустима, так как при контакте с металлом разрушаются биологически активные вещества. После использования посуду нужно тщательно вымыть и просушить. Готовить в ней рекомендуется только лекарства, после чего тщательно вымыть, просушить и хранить в сухом месте.

Из мелких частиц растений действующие вещества извлекаются полнее и быстрее. Для этого растительное сырье перед использованием нужно мелко измельчить. Для этого можно использовать ножницы, острый нож или же промолотить в кофемолке или пропустить через мясорубку. В старину древние знахари делали это в ступе.

Для хранения приготовленные препараты лучше всего помещать в холодильник (особенно если оно приготовлено в большом количестве), но не более двух – трех суток.

Чтобы избежать снижения эффективности средств или его привыкания, рекомендуется курс лечения проводить не более одного, полтора месяца. Затем сделать перерыв и перейти к другому лекарственному сбору с аналогичным действием.

Из заготовленного растительного сырья в домашних условиях чаще всего готовят настои, отвары, настойки, экстракты, соки, мази, порошки, чай, варенья и сиропы. Соотношение с водой обычно составляет одну столовую ложку смеси на стакан воды.

Из лекарственных растений в домашних условиях можно приготовить настои, отвары, настойки, соки, экстракты и порошки.

**Настои и отвары.** Заливают водой комнатной температуры нужное количество лекарственного сырья в эмалированную, фарфоровую или стеклянную посуду, которую помещают в кипящую водяную баню и нагревают, постоянно помешивая. Настои готовятся в течение 15 минут, отвары – 30 минут. Затем нужно все это охладить и профильтровать через марлю.

Настои и отвары можно также готовить и на плите. Но при этом нужно следить, чтобы лекарственная смесь не кипела.

Отвары и настои можно приготовить и на несколько дней. перед употреблением его нужно разбавить горячей водой, но не разогревать. Хранить их нужно в темном прохладном месте, не допуская попадания прямых солнечных лучей.

**Настойки** приготавливаются холодным способом на спирту или водке. Ими хорошо пользоваться в зимнее время года.

Заранее измельченное лекарственное сырье нужно поместить в темную стеклянную посуду, залить водкой или спиртом в соотношении 1: 10, 2: 10, 3: 10. После чего закрывают пробкой и выдерживают в темном месте от 3 до 21 суток при периодическом помешивании.

Затем настойку нужно профильтровать через марлю и вылить в темную стеклянную посуду. Хранятся настойки около 1–3 лет.

Принимать их нужно в разведенном виде, или запивать водой или молоком.

**Мази** применяются только для наружного использования. Готовятся они на основе вазелина.

**Порошки** изготавливаются из хорошо просушенного сырья, которое просто измельчают.

## ЛЕКАРСТВЕННЫЕ КОМНАТНЫЕ РАСТЕНИЯ

Всем на известно, что наши современные квартиры наполнены большим количеством вредных веществ, которые содержатся в пластмассе, декоративных косметических материалах, бытовых чистящих средствах, синтетических волокнах и т. д. Все эти вещества выделяют мелкодисперсные испарения, которые наносят большой вред нашему здоровью.

Учеными доказано, что химический консервант формальдегида способен вызвать нарушения сна, головные боли, тошноту. Это вещество является самым распространенным загрязнителем наших квартир, так как входит в состав современных декоративных материалов – красок, обоев, фанеры, ковров, шпонов, лаков для дерева.

Некоторые комнатные растения способны очищать воздух от химических вредных веществ. Например: перечник, тещин язык, золотой лотос, гусиные лапки, аглоанема.

Комнатные растения по мере своих сил стараются избавить нас от пыли, которая витает в воздухе. Поскольку пыль накапливается на поверхности ковров, пола, мебели, она также оседает на листьях растений, которые удерживают на себе частички пыли, не позволяя ей попадать в наши легкие. Естественно, что широколиственные растения справляются с этой работой намного эффективней. К тому же, с широких листьев намного легче удалять пыль, чем с множества мелких листочков. Опушенные, ворсистые листья намного лучше удаляют пыль их атмосферы, чем гладкие.

В основном в городских квартирах низкий уровень влажности воздуха, особенно в панельных домах. Недаром горожане часто жалуются на сухость кожи и першение в горле. Во время отопительного сезона горячие батареи обостряют эту проблему. Многие стараются повысить влажность воздуха при помощи влажных полотенец, развешивая их на горячих батареях. Но намного эффективней будет, если вы обзаведетесь комнатными растениями, которые требуют обильного полива, например циперус, различные виды пальм. Употребляя большое количество влаги, они затем испаряют ее в воздух. Опять же очень важно не переусердствовать, так как избыток влаги не всегда желателен.

Растения способны восполнять не только недостаток влаги в воздухе, но и нехватку кислорода. Человек поглощает кислород и выдыхает углекислый газ. Растения «дышат» наоборот. Хвойные растения, цереусы и кротоны помогают улучшить наше самочувствие, поставляя в атмосферу отрицательно заряженные ионы кислорода.

Хлорофитум является просто незаменимым растением для хозяек, так как это неприхотливое растение поглощает не только фенол и формальдегид, но и угарный газ. Если на вашей кухне разместить хотя бы одно такое растение, листья хлорофитума будут впитывать угарный газ, который поступает в воздух из газовых плит. Пригодится хлорофитум и в домах курильщиков, так как это растение хорошо поглощает табачный дым.

Аспарагус является неприхотливым растением, которое прекрасно справляется с поглощением тяжелых металлов. Его можно использовать при составлении различных цветочных композиций, а также для украшения любого интерьера в квартире или офисе.

Пеларгония не только хорошо дезодорирует воздух, но и гармонирует обстановку в доме, успокаивая живущих рядом с ней.

Для людей, страдающих аллергической реакцией, желательно остерегаться сильно пахнущих растений и выделяющих пыльцу цветы.

Среди комнатных растений встречаются и ядовитые, которые относятся к семейству молочайных. Сок диффенбахии оставляет на коже ожоги, а при употреблении в пищу популярный во многих домах олеандр ядовит. Для тех, у кого имеются домашние животные, а тем более маленькие дети, следует, обратит на это внимание и остановить свой выбор на более безопасных растениях.

Оглянитесь вокруг себя и посмотрите – многие комнатные растения, которые мы разводим у себя в квартирах, являются не только украшением для наших квартир, но и могут оказаться прекрасными, незаменимыми лекарями. Хочется при этом предупредить, что при лечении нужно обязательно посоветоваться с лечащим врачом, так как некоторые растения могут иметь противопоказания.

## АГАВА

Агава американская (*Agaves Americana*). В природных условиях растет в пустыни центральных районов Америки. В России агав широко известна как декоративное растение в Крыму, на Кавказе. Летом в северных районах и в среднем поясе России памятники, центральные места в парках, клумбы украшают этими декоративными растениями.

В древней Мексике агав играла большую роль в хозяйстве, культуре и религий. От урожая агав в значительной мере зависело благополучие ацтеков.

Богиня Мгуэй, то есть агав, по легенде ацтеков, оберегала беременных женщин от превращения их в хищных зверей. Для предотвращения такого несчастья нужно было наложить на лицо будущей матери листья чудодейственной агавы.

Многолетнее бесстебельное растение. Имеет сочные, крупные листья, которые образуют прикорневую розетку. По краям и на концах листьев имеются острые колючки.

Цветет только один раз в жизни в 15-летнем возрасте. Затем постепенно погибает, образуя отпрыски, которые используют для размножения.

У этого растения имеются толстые серые изогнутые листья, которые розеткой отходят от корня. Это растение настолько распространено в Мексике, что свое название страна получила в честь агавы – «место агавы».

На своей родине агав развивается довольно быстро. Листья иногда достигают до трехметровой длины. При этом они такие крепкие, что их трудно согнуть, так как кожура очень твердая. Края листьев покрыты колючками, а кончики заострены в виде длинной острой иглы, которые в древние времена применяли для шитья изделий из толстых тканей.

На 10-м году у агавы отрастает огромный стебель высотой в 12 м. этот удивительный цветонос, который растет почти на глазах. За сутки оно может вырасти на 3–5 см. На верхушке помещено гигантское соцветие, которое напоминает кисть из 3 тыс. желтоватых, похожих на лилии, цветов. Это соцветие, которое привлекает множество пчел, цветет в течение месяца. После цветения растение, отдав все свои силы будущему потомству, погибает. Листья после цветения становятся сморщенными, растение совершенно теряет свой вид. Однако погибающая розетка дает молоденькое растение у самой корневой шейки, которая продолжает жизнь этого растения дальше.

В Мексике культивируются плантации агав, где растению не дают цвести. Когда в середине розетки становится заметной молодая почка, ее вырезают. В образовавшейся ямке собирается сладкий сок, который должен был пойти на образование стебля, цветов и плодов.

В этом соке содержится 10 % сахаров и по-испански называется аквамиель, что в переводе означает «сладкая вода», или «медовая вода». Этот сок вычерпывают 3 раза в день. Растение способно выделять сок в течение 8 – 10 месяцев, пока полностью не усохнут листья. За весь период с одного только растения можно собрать до 1000 л сока

### **Лечебные свойства.**

Народная медицина уже признала выдающиеся лечебные свойства агавы. Более всего применяются листья при лечении радикулита, ишиаса, втирая на ночь мази, приготовленные на основе мелко порубленного листа. Для одной процедуры достаточно 200 г листьев агавы. При этом могут возникнуть ожоги, даже пузыри, сильный зуд с болью. Повторять втирание можно лишь после того, когда успокоится кожа. Бояться такой реакции не нужно, так как последствий и осложнений не бывает. Нужно продолжать лечение, и болезнь обязательно отступит.

Чтобы уменьшить раздражение кожи, сок перед натиранием процедить через двойной слой марли. После натирания на следующий день больное место нужно смазать кислым молоком.

В народной медицине сок агавы используется как мочегонное и слабительное средство, при этом многократно разбавляя водой и принимая в малых дозах. Также сок эффективен при ушибах и кровоподтеках.

Сок агавы применяется как мочегонное средство. Используется также при болезнях печени, легких, желудка. Незаменимое болеутоляющее, жаропонижающее, противовоспалительное и отхаркивающее средство.

Если в вашем доме растет агавы, то вредным насекомым в вашем доме делать нечего.

В народной медицине Востока растение агавы используется при лечении венерических заболеваний.

**Предупреждение.** Перед применением лекарственных средств из агавы обязательно посоветуйтесь с врачом.

#### **Рецепты.**

Агаву очень часто в народе называют столетником, путая ее с алоэ. Но агаву можно использовать при болезнях печени и желчного пузыря, алоэ при таких болезнях применять противопоказано.

**Настойка.** Взять небольшой измельченный лист и залить так, чтобы мезга была покрыта водой. Настаивать в течение 6 часов, затем процедить через марлю и развести в 50 мл воды. Принимать по 1 чайной ложке 3 раза в день.

**Желудочно-кишечные заболевания.** Приготовить лекарство по вышеуказанному рецепту. Лучше всего соединить с отваром полыни. На 1 часть полыни добавить 5 частей отвара агавы. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день, запивая водой. Принимать только по предписанию врача.

**Начальные стадии заболевания водянкой, нарушение пищеварения.** Свежий сок агавы или отвара принимать по 20 капель на столовую ложку воды. Обязательно запить водой.

На 0,5 л кипяченой воды добавить 20 капель настойки полыни, 1 чайную ложку сока агавы. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

**Зубная боль.** Зубную боль снимает слизь корня и листьев агавы.

**Болезни печени.** Измельченные листья агавы залить 200 мл холодной кипяченой воды. Настоять 6–8 часов. Настой процедить и принимать 3 раза в день по 1 столовой ложке за пол часа до еды.

**Раны, ушибы, кровоподтеки, фурункул.** К больным местам прикладывать измельченные листья.

**Ревматизм.** 40 г листьев агавы заливают 400 г водки. Смесь плотно закрыть и выдержать в течение недели при комнатной температуре. Затем процедить и вылить в бутылку темного цвета. Принимать для растирания.

#### **Условия содержания и уход.**

Неприхотливое растение, которое предпочитает солнечное местоположение. В зимний период лучше содержать в сухом прохладном помещении. В летний период поливать умеренно, желательно выставлять на балкон. В основном требуется умеренный полив. Вода для полива должна быть не ниже комнатной температуры, желательно кипяченая или отстоянная. В весеннее – летний период растение нужно подкармливать минеральными удобрениями 1–2 раза в месяц. Молодые растения нуждаются в пересадке ежегодно, более старые можно пересаживать 1 раз в 2 года.

## АККА (АССА, ФЕЙХОА)

Фейхоа Селлоу (*Feijva Sellowiana*). Родина этого растения – Аргентина, Бразилия, Парагвай, Уругвай. Встречается в Крыму и на Кавказе. Относится к семейству миртовых. Это невысокий вечнозеленый кустарник, достигающий до 3 м высоты. Название этому растению дано по фамилии директора бразильского музея – Джоани де Сильва Фейхо, который «одомашнил» это растение. Фейхоа – уникальное растение, является декоративным, плодовым и лекарственным.

Цветки очень красивые, похожи на цветки фуксии. Могут быть одиночными или в соцветиях по 3–5 штук. Лепестки толстые и мясистые, внутри имеют темно-розовый, а снаружи беловатый окрас. Тычинки красно-пурпурные с желтыми пылинками. Цветет в мае – июне на протяжении месяца. Цветки пригодны для употребления, сладкие на вкус. Корневая система густо разветвленная, поверхностная.

Листья темно-зеленые с верхней стороны, и серебристо-серые, опушенные с нижней. По структуре плотные и жесткие, имеют овальную форму. Если сорванный лист потереть, он издает запах мирты.

Кроме того, фейхоа дает кисло-сладкие плоды с землянично-ананасовым ароматом. Имеют округло-овальную форму, мягкие, светло-зеленые, весом по 15–30 г. Плоды слегка пупырчатые, плотные. Мякоть кремово-бежевого цвета, зернистая. Созревают с октября по ноябрь.

### Лекарственные свойства

Плоды растения ценятся как лекарственное средство, так как богаты йодом. Применяется при лечении атеросклероза, гипертонии, снижением функций щитовидной железы, развитием ожирения и гормональных расстройств. Является полноценным плодом, имея в наличии пектины, витамины, аминокислоты.

Очень полезен детям, так как дефицит йода отрицательно сказывается на умственном развитии ребенка. Если учесть хронический недостаток йода для всех жителей СНГ, плоды фейхоа рекомендуется принимать в любом возрасте, так как предотвращает развитие атеросклероза, снижает уровень холестерина, выводит тяжелые металлы.

Эфирные масла, которые содержатся в растении, имеют необычный удивительный специфический аромат.

Само растение обладает фитонцидными свойствами.

**Предупреждение.** Побочных действий не обнаружено.

### Рецепты.

**Расстройство функции щитовидной железы.** Употреблять в пищу ежедневно 250–300 г свежих плодов. Продолжительность лечения – 2–3 недели.

В зимний период можно употреблять сухие плоды. Для этого 2–4 столовые ложки плодов залить 400 мл кипятка, настаивать в течение суток в термосе. Принимать по 0,5 стакана настоя за пол часа до еды 3 раза в день.

**Депрессия.** 5–7 г лепестков цветка залить 200 мл кипяченой воды, настоять 30 минут. Принимать непосредственно перед едой.

### Условия содержания и уход.

Фейхоа хорошо растет и развивается на питательной почве. При подкормке известью нужно следить, чтобы не было передозировки, так как это может стать губительным для растения. В молодом возрасте в период активного развития требует обильного полива.

Размножить это растение можно при помощи семян свежих плодов, купленных на рынке. Посаженные семена прикрыть пленкой или стеклом. Через неделю появятся первые ростки. Затем сеянцы нужно рассадить в подготовленный ящик на расстоянии 8 см друг от друга.

Чтобы укоренить боковые побеги, можно прищипнуть ростовую почку. Первые плоды приносит через 6–7 лет.

В зимний период растение должно находиться на освещенном месте. Температура воздуха – 14–16 градусов С.

В летний период растение полезно выставлять в палисадник, балкон, террасу. Нуждается в защите от ветра.

Также размножается при помощи черенков, отводок, корневых отпрысков, прививок и семян. Чтобы черенки укоренялись лучше, желательно применение стимуляторов. При этом способе размножения плоды начинают появляться после 3–4 лет.

Для получения плодов в домашних условиях нуждается в искусственном опылении. При цветении появляется большое количество цветков. Но завязей укрепляется мало, что сказывается на небольшом количестве плодов.

Крупные экземпляры хорошо смотрятся в коридорах, на больших окнах, в вестибюлях.

## АЛОКАЗИЯ (ТРИЛИСТНИК)

Алоказия (*Alocasia*). Это редкое растение пришло к нам из Южной Америки. Относится к семейству ароидных. Нуждается в тепличных условиях, т. е. в постоянной влаге и тепле. Поэтому она не получила широкого распространения среди любителей-цветоводов. Очень красивое растение, с сердцевидными или стреловидно-овальными листьями, которых на растении бывает не более 6–7 штук. Имеется несколько видов этого растения.

Алоказия амазонская (*Alocasia amazonica*). Имеет очень высокий стебель высотой до 15 м. Черешки розовато-зеленого цвета. Имеет большие листья длиной до 50 см, темно-зеленого окраса, с белыми прожилками.

Алоказия клубочковая (*Alocasia cucullata*). Листья сердцевидной формы, блестящие, ярко-зеленого или темно-зеленого окраса, длиной около 30–40 см. Толстый стебель 3–6 см в толщину.

Алоказия медно-красная (*Alocasia cuprea*). Очень красивое растение небольшого роста. Листья сердцевидной формы до 25–35 см в длину. Сверху имеют медно-зеленый окрас с металлическим блеском. Внизу пурпурного цвета. Стебель достигает 10 см высоты.

Алоказия крупнокорневая (*Alocasia macrorhiza*). Крупное растение, которое в природных условиях стебель достигает 2 м высоты, листья бывают 50–90 см длины. Листья имеют большие белые пятнами, по форме сердцевидные. Мелкие цветки собраны в крупный початок. Корни толстые, мясистые. Перед дождем, в сырую погоду на концах листьев выделяют капельки воды.

Применяют при озеленении жилых и общественных светлых помещений, холлов, фойе, коридоров.

### **Лекарственные свойства.**

В китайской медицине используются все части растения. Стебель растения используются при лечении кишечника, желудочной и зубной боли. Листья рекомендуются при лечении туберкулеза, пневмонии.

В народной медицине препаратами алоказии лечат фиброму, мастопатию, заболевания крови, тромбофлебит, псориаз, мужской простатит, бронхиальную астму, доброкачественную и злокачественную опухоль.

Наружно применяется как обезболивающее средство. Натираниями лечат суставные заболевания, полиартрит, миозит, остеохондроз.

### **Предупреждение.**

Алоказия содержит сулему, и является ядовитым растением. В применении лечебных лекарств нужно соблюдать дозировку.

### **Рецепты.**

**Настойка.** 1 свежий зеленый лист измельчить и залить 0,5 л водки. Настаивать в течение 12 дней в темном месте. Затем процедить. На 30 мл воды добавить 1 чайную ложку настойки. Принимать 3 раза в день за пол часа до еды.

**Эрозия шейки матки.** В 500 мл воды добавить 1 столовую ложки настойки. Использовать при спринцевании.

Более подробные рецепты не приводятся, так как растение ядовито.

### **Условия содержания и уход.**

## **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.