

ТАТЬЯНА ИЛЬИНА

АПТЕЧКА В ОГОРОДЕ

ВЫРАЩИВАНИЕ, СБОР И ПРИМЕНЕНИЕ ЦЕЛЕБНЫХ РАСТЕНИЙ



ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ 126 РАСТЕНИЙ

●
СЕКРЕТЫ ЗАГОТОВКИ И ХРАНЕНИЯ

●
РЕЦЕПТЫ ОТВАРОВ И НАСТОЕВ

Татьяна Александровна Ильина
Аптечка в огороде.
Выращивание, сбор и
применение целебных растений
Серия «Подарочные издания.
Красота и здоровье (Эксмо)»

Текст книги предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67139703
Аптечка в огороде. Выращивание, сбор и применение целебных
растений: Эксмо; Москва; 2024
ISBN 978-5-04-196125-1

Аннотация

Еще с давних времен травы использовали в качестве лечебных средств. Например, арнику применяли для врачевания ран и переломов у воинов, а бурачник – для подкрепления их силы перед битвой. У каждого растения есть свои целебные свойства, главное – знать, как его правильно использовать, именно для этого и был составлен данный справочник. Его автор, Татьяна Ильина, – биолог и автор многочисленных бестселлеров о лесных и садовых травах. В книге вы найдете подробное описание растений, советы, как их выращивать, собирать, хранить и делать

полезные заготовки от множества недугов. Помимо этого, есть рекомендации по их применению в медицине и ветеринарии. Создайте свой собственный целебный огород, который укрепит здоровье вашей семьи!

Внимание! Информация, содержащаяся в книге, не может служить заменой консультации врача. Перед совершением любых рекомендуемых действий необходимо проконсультироваться со специалистом.

В формате PDF A4 сохранен издательский макет.

Содержание

Предисловие	7
Часть 1	22
Аконит, или борец волчий	22
Алтей лекарственный	30
Анис обыкновенный	37
Арника	43
Артишок	48
Бадан толстолистный	54
Бasilik	58
Бархатцы	64
Безвременники	69
Конец ознакомительного фрагмента.	74

**Татьяна
Александровна Ильина
Аптечка в огороде
Выращивание,
сбор и применение
целебных растений**

*** * ***

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

© Гусарев К. С., художественное оформление, 2023

© Оформление. ООО «Издательство „Эксмо“», 2024

Предисловие

*Травы, колеблемы ветром,
свои стебельки наклоняют,
Травам, склоняясь, поклонись,
эти срываю ростки.
Дивный подарок тебе животворная
дарит природа;
В нем исцеленье твое:
травам, склоняясь, поклонись.*

Ю. Шульц



Целебные свойства растений на протяжении всей истории человечества служили предметом изучения и практического применения. Целебные растения собирали в дикой природе и с незапамятных времен, как свидетельствуют археологические открытия, возделывали в садах при храмах и около жилищ.

Известны сады трав в Древнем Египте, странах Междуре-

чья, Китае, о которых сохранились сведения с 5-тысячелетней историей. Дошла до нашего времени книга китайского императора Шень-нун «Бень-цао», в которой были описаны свойства многих трав и принципы их применения при различных болезнях.

До сего дня можно видеть остатки древних центров медицины в Луксоре в Египте, которые создавались с целью обеспечения сырьем для бальзамирования тел и лечения всех страждущих. В папирусе, найденном в XIX веке и датированном XVI веком до н. э., приведено 800 рецептов различных снадобий, и называется этот выдающийся лечебник «Книга приготовления лекарств для всех частей тела». От египтян пошло и древнее название искусства приготовления лекарств – «фармации», т. е. «защитник» – так называли бога Тота, который был покровителем всех лечебных дел.

Легендарный китайский врач Пян Чиао, живший в V веке до н. э., которому поставлен памятник в провинции Хубэй, лечил в основном травами. Он оперировал больных с применением обезболивающих отваров из растений и ввел в практику акупунктуру.

Древние греки почитали за бога врачевания Асклепия, воздвигали ему храмы и алтари, а лечебницы называли «асклепийонами». Обычно в местах выхода минеральных вод создавались древние медицинские центры, при которых имелись сады нужных трав для приготовления лекарственных средств. На полуострове Пелопоннес в Эпидавре и на

острове Кос можно и в настоящее время видеть остатки больших храмов и построек наподобие палат для больных. Гиппократ, клятву которого дают и современные медики, родился и практиковал в крупнейшем для своего времени центре Средиземноморья на острове Кос. Им было описано множество растений, применяемых веками для врачевания самых разнообразных недугов. Гиппократ писал: «Медицина есть искусство подражать целебному воздействию природы». Непередаваемое ощущение оставляет в душе знакомство с археологическими раскопками, свидетельствующими о путях развития человеческой мысли.

Известный армянских врач Товма Арцруни писал, что в I веке до н. э. царь Армении Арташес II «посадил сад из различных цветистых и благовонных растений, не только ради приятных удовольствий... а и для приготовления из них лекарств, изобретенных любознательными врачами согласно учению Асклепиада». В Помпеях, законсервированных пеплом, найдены сотни баночек с лекарствами и бальзамами, необходимыми в быту и для залечивания ран гладиаторов.

В римский период оставил свой заметный след Гален – врач, именем которого до сих пор называются водные вытяжки из растений – так называемые «галеновые» препараты – настои, отвары, микстуры и пр. Он оставил множество практических пособий по приготовлению и использованию растений и минеральных веществ.

Особое место занимают в истории медицины труды араб-

ских врачей, послужившие платформой для создания врачебного дела в Европе. Выдающийся Абу Али ибн Сина, родившийся в X веке и оставивший более 40 трудов по медицине, был разносторонним ученым и известен более под именем Авиценна. Его «Канон медицины», состоящий из пяти томов, на несколько веков определил принципы лечения больных и способы применения лекарственных растений и минеральных веществ. В XI–XII веках сложились средневековые школы медицины в Италии, Франции, Англии. Все они базировались на принципах медицины древних и использовали труды Диоскорида, Плиния, Авиценны, описывающие лекарственные растения и способы их применения. Постепенно развиваются национальные школы и закладываются знания по ботанике и систематике растений, пригодных для выращивания в аптечных садах. Многие растения ввозились в Европу из южных стран и стоили дорого, а интродукция культур в местные условия позволила обеспечить доступным сырьем нужды армии и гражданского населения. Знаменитый Парацельс пропагандировал поиск лекарственных средств «под ногами» и писал, что если есть болезнь, то есть и средство против нее – в том числе извлекаемое из произрастающих в данной местности растений. Его принцип подобия вида, цвета и запаха растения какому-либо органу существует до сего времени и поразительно работает в некоторых случаях. Парацельс определял болезнь как недостаток химических веществ, ведущих к развитию патологии в

организме. Мы до настоящего времени не научились определять и распознавать роль микроэлементов в развитии тех или иных заболеваний, имея лишь неполные сведения о роли йода, железа и 2–3 других минеральных веществ. А ведь многие растения избирательно накапливают тот или иной химический элемент и готовы поделиться с нами своими сокровищами.

Сведения о лечебниках Древней Руси крайне скудны, и только к концу XVI века появилось множество сочинений и переводов о лекарственных травах и их использовании, называемых травниками, зелейниками, вертоградями. Вертоград означает «сад» – так стали называть сады с целебными травами, появившиеся на рубеже XVI и XVII веков. Указ от 1600 года Бориса Годунова о создании Аптекарского приказа с должностью «аптечного боярина, главного начальника медиков и аптекарей» положил начало основанию государственных огородов целебных трав и созданию их запасов. До этого аптек не было, корни и травы, микстуры и мази продавались в лавках или изготавливались знахарями. Много сырья ввозилось из-за рубежа, что ощутимо опустошало казну. Приказ Петра I о создании аптекарского огорода на Аптекарском острове в Петербурге привел в результате к выращиванию многих потребных для медицины растений на своей земле. В ботанических садах в Москве, Петербурге, Крыму, а также филиалах Академии наук во всех регионах страны освоили выращивание и изучили множество полезных рас-

тений, применяемых в научной медицине нашего времени. Были заложены огромные плантации лекарственных растений, обеспечивающие нужды фармации. До сего дня множество препаратов вырабатывается из специально выращиваемого лекарственного сырья.

Опираясь на опыт ученых, работающих в этой области, можно вырастить на своем участке настоящий аптечный огород, который выручит в трудную минуту и существенно снизит расходы на лекарства. Хочется привести цитату ученого-агронома И. М. Комова, который в своем труде «О земледелии» писал: «Мы почти все европейские климаты имеем, и нет ни одного овоща, травы или дерева в Европе, кое бы у нас в южных или северных провинциях расти не могло».

Выращивание полезных трав – увлекательное занятие для многих садоводо-огородников, так как запасы некоторого сырья в природе или истощены, или оно недоступно современному горожанину. Это интересно и тем, кто оформляет свой участок представителями ярко цветущих культур. Многие декоративные растения могут служить источником лекарственного сырья, а казалось бы бесполезные сорняки – мощными целителями многих болезней человека и животных.

Любознательный читатель всегда найдет в литературе сведения о способах выращивания, заготовки и применения многих целебных трав, в чем, я надеюсь, поможет и предлагаемая книга. Процесс познания всегда долог, и начать путь

домашнего целителя следует уже в молодом возрасте. Ибо, как сказал немецкий ученый Михаил Платен, «Обыкновенно заботы о здоровье начинаются лишь тогда, когда мы его уже потеряли и когда подчас вернуть его уже невозможно». Желаю вам, дорогой читатель, не терять здоровье и поддерживать себя и своих родных доступными домашними средствами. В добрый путь!

Сбор, заготовка и применение растительного сырья

Пантелей-целитель
Пантелей-государь ходит по полю,
И цветов и травы ему по пояс,
И все травы пред ним расступаются,
И цветы все ему поклоняются.
И он знает их силы сокрытые,
Все благие и все ядовитые,
И всем добрым он травам, невредным,
Отвечает поклоном приветным,
А которые растут виноватые,
Тем он палкою грозит суковатую.

По листочку с благих собирает он,
И мешок ими свой наполняет он,
И на хворую братию бедную

Из них зелие варит целебное.
Государь Пантелей!
Ты и нас пожалей,
Свой чудесный елей
В наши раны излей,

В наши многие раны сердечные:
Есть меж нами душою увечные,
Есть и разумом тяжко болящие,
Есть глухие, немые, незрячие,
Опоенные злыми отравами, —
Помоги им своими ты травами!

А. К. Толстой

Заготовке подлежат все части растений, только нужно знать, что и когда собирать у каждого конкретного вида. Определенные принципы сбора трав во время цветения и корней осенью или ранней весной обусловлены максимальным накоплением активных веществ в этих органах, ради чего и производится их заготовка. Существуют исключения из этих правил, и они обычно рассматриваются при описании целебного растения.

Срезанные травы, собранные цветки, листья, семена могут сразу использоваться в траволечении или заготавливаться впрок методом сушки, настаиваться на спирту, вине, масле, заготавливаться в виде сиропа или уксуса. Часто растения измельчают и отжимают сок, который и применяют весь

летний сезон. Гомеопатические препараты из растений подразумевают тысячные и миллионные разведения изначальной густой вытяжки из соответствующего органа растения.

Способ извлечения полезных веществ из растительного сырья водой называют «галеновыми препаратами». Заготовленное сырье заливают холодной водой, обычно в соотношении 1:10–30, настаивают без тепловой обработки, а затем применяют – это настой. Когда же сырье заливают кипятком и настаивают более или менее продолжительное время – это напар. Напар может употребляться как чай, то есть спустя 3–5 минут после настаивания под крышкой; в других случаях его оставляют в термосе (в печи) на более длительное время, стараясь максимально извлечь полезные вещества из растения.

Такой же целью задаются те, кто готовит отвар – то есть попросту кипятят на очень медленном огне или водяной бане под закрытой крышкой залитое кипятком сырье. Длительной обработке, как правило, подвергают корни и кору – до 20 минут, траву и семена выдерживают 5–7 минут, затем оставляют настаиваться до полного остывания.

Способ обработки имеет очень большое значение при приготовлении целебного питья, так как в зависимости от веществ, содержащихся в растении, длительная тепловая обработка может или извлечь, или разрушить необходимые для лечения компоненты. Иногда более эффективны спиртовые вытяжки из растений: берут свежее или сухое сырье и за-

ливают его спиртом крепостью от 40 до 70°, настаивая 2–3 недели в темноте. Такие препараты называются настойки, и срок их выдержки обычно составляет 2 недели – 1 месяц, а дозируются они в каплях. Настои на вине и сыворотке менее употребляемы, но в некоторых рецептах они присутствуют.

Готовят также настои на масле, обычно оливковом или подсолнечном (любом косточковом) – заливают сырье прокипяченной горячей субстанцией. Такие масла, приготовленные в домашних условиях, содержат низкую концентрацию компонентов, необходимых для достижения лечебного эффекта, зато дешевы. Лечебные масла принимают внутрь и используют наружно.

Часто для длительного воздействия на кожу и раны применяют домашние мази: обычно смешивают мелкий порошок лечебной травы или спиртовую (эфирную) вытяжку с жировой основой. Обычно мази готовят в концентрации 5-10 % лечебного вещества от массы основы, в качестве которой используют нутряное сало, вазелин, ланолин, косточковые масла. Необходимо знать, что вазелин и сало практически не всасываются с поверхности и обеспечивают лишь длительный контакт лечебной компоненты с кожей. Продающиеся в аптеках мази, линименты, гели, свечи и пр. обычно имеют сложную многокомпонентную основу.

Из отвара или настоя плодов и трав можно приготовить сироп. Смешав в равной пропорции густой настой или отвар растительного сырья с сахаром, вы зафиксируете лекарство

на длительное время. Иногда готовят сиропы с содержанием сахара до 60–70 %. Сиропы принимают малыми дозами – по 3–10 мл на прием.

Одним из способов заготовки плодов и соцветий является метод приготовления из них уксуса. Плоды, листья, соцветия укладывают в банку и заливают холодной водой, на 1 л которой добавляют 150 г меда или сахара. Растительные компоненты сбраживают в темноте в течение 2 месяцев при свободном доступе воздуха, затем процеживают, разводят 1:5–10 и принимают внутрь или используют наружно для примочек и промываний.

Дозировка водных лекарственных вытяжек обычно такова: 1 ст. ложка измельченной травы на 1 стакан воды. Эта пропорция может быть уменьшена (в случае активных растений) или увеличена для приготовления средств для наружного применения. Прием отвара или настоя для взрослого человека составит примерно 2–4 стакана в день, для подростка – 1–2 стакана в день, для ребенка до 7 лет – 0,5 стакана в день и для грудных детей – по 1 ст. ложке на год жизни. Если не оговаривается особо, следует придерживаться таких рекомендаций. Для животных дозы соответствующих трав указаны в разделе «Применение в ветеринарии».

В книге описаны растения, которые можно отнести к сильнодействующим и даже ядовитым. Врач Средневековья

Парацельс писал: «А знаете ли вы, что есть яд? Все есть яд, ничто не лишено ядовитости, и все есть лекарство. Одна только доза делает вещество ядом или лекарством». Народная медицина всегда применяла ядовитые растения для лечения людей и животных, поскольку именно их активные компоненты оказывают наиболее выраженный терапевтический эффект. Обычная их дозировка – 1 ст. ложка сырья к 20–50 частям воды, если особо не оговорено иное. Обоснованность приема того или иного препарата из лекарственного растения определяется состоянием больного, его возрастом, полом и степенью тяжести болезней, его одолевающих. Следует придерживаться прописей, выработанных веками народной практики, но не принимать их как догму, что в равной степени относится к любым лекарственным препаратам и процедурам.

Для наружного применения существует несколько способов воздействия на кожу и слизистые. Водной вытяжкой, разведенной настойкой или уксусом промывают раны, глаза, ротовую полость, матку, прямую кишку с помощью спринцеваний или пропитанных лекарственным средством ватно-марлевых тампонов. Отвары трав незаменимы для лечения прямой кишки и матки – их вводят из резиновых груш, кружек Эсмарха, шприцов с насаженной резиновой трубкой. **Очищающие клизмы** делают с большим объемом жидкости; для лечебных **микроклизм** достаточно объема 10–50 мл, что обеспечивает более длительный контакт

лекарства со слизистой органа. Важна и температура – холодные отвары раздражают и очищают, теплые – смягчают воспаление и боль.

Горячей примочкой, или периодически меняемым ватно-марлевым тампоном, пропитанным лекарственным горячим напаром из травы или кашицей из растения, приложенной к больному месту, можно добиться разрешения абсцессов, очистить рану или язву, убить кожных паразитов или грибок. **Холодные примочки** помогут в случае травм и укуса насекомыми – они облегчают боль, снимают отек и чувство жжения. Примочки держат на очаге патологии длительно, периодически меняя их на свежие.

С помощью **компресса** – трехслойного «пирога» из ткани, пропитанной вытяжкой из травы, вошеной бумаги и шерстяного слоя сверху – лечат глубокие воспаления мягких тканей, артриты, парезы и т. д. Компресс подразумевает разогрев больного места за счет повышенной температуры в очаге воспаления и должен надежно прилегать к обслуживаемому участку; время его постановки – не менее 2–4 часов, а в случае маститов – сутки.

С целью разогрева тканей в очаге боли и воспаления применяют **растирания** – обычно спиртовыми или масляными настойками, раздражающими мазями или линиментами.

Для очищения носовых ходов используют раздражающие порошки из трав или **закапывание** отвара, масляного настоя в носовые ходы. Закапывание в глаза и уши, а также

введение мазей и растворов на свернутом марлевом жгуте (турунде) в наружный слуховой проход применяют при лечении болезней ушей.

Ингаляции и полоскания с отваром лекарственных трав – весьма распространенная процедура в период расцвета респираторных инфекций. Вдыхание горячих паров целебных отваров или мелкодисперсионного пара, выпускаемого бытовым небулайзером, – весьма действенная процедура. Также эффективно распыление водных вытяжек и экстрактов из эфирных растений в хорошо натопленной бане.

Для лечения воспалений на конечностях, геморроя делают **местные ванночки**, для чего конечность помещают в емкость с лечебным отваром на 15–20 минут. Общие **ванны** применяют в случае диффузных дерматитов, болезней опорно-двигательной системы, как успокоительную и расслабляющую процедуру. Для животных, кроме того, готовят ванны с инсектицидными отварами для полной обработки шерстного покрова от внешних паразитов.

Простым и эффективным, а главное – безболезненным способом введения лекарственных средств в домашних условиях является лекарственный **электрофорез**. Прибор для домашнего использования можно приобрести в магазинах медтехники и пользоваться им для врачевания и людей, и животных. Вытяжки из трав, а также многие другие препараты можно вводить с помощью прямого тока малой интенсивности прямо в очаг воспаления. Это особенно удобно

для лечения хронических процессов и последствий травм.

Необходимо помнить, что существует индивидуальная чувствительность к тем или иным лекарственным растениям. Всегда следует сделать предварительную **пробу** и выяснить, не будет ли негативной реакции организма на прием отвара внутрь или даже после применения его наружно. Это в полной мере относится ко всем лекарственным формам и процедурам, проводимым с вытяжками из растений.

Я не степью хожу – я хожу по аптеке,
Разбираясь в ее травяной картотеке.
Беспредельная степь, бесконечная степь,
Ты – природой написанный странный рецепт.
И мне видится: тонкие корешки
В аккуратные сыплются порошки
И качаются склянки с ромашкой на пробке
И пилюли слагаются с веток в коробки.
Вы горячкой больны – вам накапают степь,
Вы в жару – нате степь на горчичном листе.

Семен Кирсанов

Часть 1

Описание лекарственных растений

Аконит, или борец волчий

Род *Aconitum*

Семейство Лютиковые

«И что же это была за таблетка?» – «Аконит. Такие обычно держат во флаконе для ядов и растворяют в пропорции один к ста для наружного применения». – «А Гарольд, значит, принял их внутрь и умер», – сказала задумчиво мисс Марпл. Агата Кристи. В 4.50 с вокзала Паддингтон



«По велению царя Микен должен был совершить Геракл свой одиннадцатый подвиг – привести из подземного царства Аида пса Цербера. Голыми руками справился герой с

ужасным чудовищем о трех головах и с хвостом дракона. Падали с чудовища капли пота и превращались в ядовитую траву, которую называли аконитом».

Так говорится в древнегреческой легенде о происхождении одного из самых ядовитых растений, известных человечеству. Исстари воины смачивали соком аконита стрелы и копья – проникающие ранения таким оружием вызывали незамедлительное удушье. Человеку достаточно 3–4 мг яда аконитина, чтобы наступила смерть. В «Каноне врачебной науки» арабского ученого Авиценны аконит описан как наиболее ядовитое растение, способное отравить любое живое существо, и назван «барсодушитель», «волкодушитель».

В Средние века был принят способ уничтожения диких хищников с помощью приманок из мяса, пропитанного соком растения. Такая приманка, проглоченная зверем, через несколько часов приводила его к гибели из-за постепенно нарастающего паралича и смерти от удушья. Домашние животные погибают от аконита, однако у некоторых видов диких травоядных (косули, олени) отравления не наблюдаются. При высушивании травы происходит разрушение токсических курареподобных веществ, главное из которых – аконитин – было выделено в 1838 году немецкими токсикологами Гейгером и Гессом.

Попытки применить аконит в лекарственных целях в Европе описаны с XVIII века, тогда как в китайской и тибетской медицине издавна его клубеньки умели обрабатывать и

извлекать яд, который применяли как болеутоляющее и противопростудное средство. Врачи, специализирующиеся в области гомеопатии, с середины XIX века провели исследования больших разведений яда аконита (1:1 000 000 и выше) и установили нетоксичные для организма человека и животных дозы, оказывающие целебный эффект при многих неврологических заболеваниях, лихорадке, воспалениях и болях.

Всего на земном шаре насчитывается около 300 видов аконита, имеющих ту или иную степень ядовитости. В средней полосе России чаще встречается аконит высокий (*A. excelsum Reichenb.*) с фиолетовыми цветками, собранными в длинную кисть на верхушке высокого (до 1,5 м) стебля. Аконит шерстистоусый (*A. lasiostomum Rchb.*), или борец волчий, несет желтые колпачки с отогнутыми шпорами. В садах можно встретить аконит клобучковый (*A. napellus L.*) с различной окраской венчиков (темно-синей, белой окраски), похожих на пришитые к стеблю крохотные туюфельки – растение очень декоративно и благодаря своей неприхотливости выращивается в самых разнообразных условиях; аконит каммара (*A. cammarum*). Все акониты – высокие растения 60 см – 1,2 м высотой с прямостоячими неразветвляющимися стеблями и пальчатораздельными крупными листьями. Цветки собраны в густую, отцветающую постепенно кисть на верхушке стеблей. Акониты цветут долго, с июня до середины августа, привлекают множество шмелей. Все ча-

сти растения горькие на вкус и ядовиты, но особенно подземные остроконечные клубни (которых у некоторых видов этого рода нет). Но самые сильные яды всегда и самые действенные лекарства при разумном применении, отчего акониты с самых давних времен выращивали как целебную траву.

Агротехника

Проще всего рассадить 5–6-летний куст аконита осенью или в апреле, разделив его на несколько делянок по 1–2 клубенька. Крупные кусты можно разрезать лопатой по корням и выбрать для посадки делянки из 1–2 клубеньков. Сажают сразу на нужное место и выращивают 3–4 года, не трогая. Пока растение приживается, необходим повседневный полив. Любят различные виды расти в полутени или на солнце с обязательным поливом. Мои акониты прекрасно растут рядом с водостоками, где всегда сырая почва. Размножение семенами возможно, но для получения хорошего куста понадобится 3–4 года.

Сбор и заготовка

Листья летом и корневые клубеньки осенью или ранней весной. Сбор и все манипуляции с приготовлением ведут в

резиновых перчатках, так как возможно не только раздражение кожи, но и появление неприятных симптомов, связанных с проникновением сока растения через кожу. Сушат быстро листья в темноте на бумаге, клубеньки в бумажных или полотняных мешочках, закрыв сырье от света. При сушке токсичность материала значительно снижается. У садовых форм она может быть изначально довольно низкой, но дозы превышать не следует. Настойку из **сухой травы** готовят из 1 ст. ложки на 100 мл 70 %-ного спирта, выдерживают 7–8 дней в темноте и тщательно фильтруют. Настойку из свежих корней для приема **внутри** готовят из 10 г измельченных корней на 1 литр водки и настаивают 3 дня. Дважды фильтруют и хранят в темноте 2 года. Для **наружного** применения берут 2 ст. ложки высушенных и измельченных корней на 500 мл 40–60 %-ного спирта, настаивают 3–5 дней. Сливают и процеживают. Мазь готовят из 1 мл этой настойки и 100 г основы.

Применение в медицине

Очень осторожно и вдумчиво в качестве противовоспалительного и болеутоляющего средства при любых инфекционных болезнях с лихорадкой, сильной простуде, болях в животе, приступах подагры и невралгиях, судорогах, ревматических болях и прочее. Обычно принимают настойку сухой травы по 5–15 капель в небольшом количестве воды 2–4

раза в день. При онкологии, туберкулезе, бронхиальной астме, потере зрения и слуха и других хронических болезнях используют метод Тищенко: начиная с 1 капли каждый день принимают настойку травы, увеличивая по капле в день и доводя до 40 капель, затем идут обратно на уменьшение до 1 капли в день. Настойку корней для **внутреннего** применения используют по 1–3 капли в 100 мл воды за 30 минут до еды 2–3 раза в день (Н. И. Мазнев). Настойку для **наружного** применения втирают в кожу в области больных суставов, местах боли при невралгиях и радикулите, головных изматывающих болях, наружных опухолях. На одно втирание берут **1—2 ч. ложки** настойки для наружного применения или используют мазь. Все приемы и втирания должны проходить под контролем самоощущения. Для безопасности приема внутрь можно пользоваться миллионными разведениями маточной настойки, аналогичной гомеопатическому препарату аконитум 6–12.

Применение в ветеринарии

Давно и широко применялись акониты скотоводами для снятия болей и самых различных воспалений у домашних животных. В Китае корни аконита определенным образом вымачивали и вываривали, но фермеру проще пользоваться настойками. Для приема внутрь травоядным животным приемлемы дозы не выше 0,01 мг алкалоида аконитина на

кг веса животного. Исходя из того, что в траве и корнях алкалоиды достигают 1–5 % концентрации, действующими дозами для крупных животных будут 2–10 капель настойки для внутреннего применения на 100 кг веса. Настойку назначают в разведенном виде при воспалительных и инфекционных болезнях, сильном переохлаждении и лихорадке, остром воспалении копыт, мастите, упадке сил после нагрузок и болезней, сильном половом возбуждении, судорогах. Начинать давать следует с самых малых доз и не чаще 2–3 раз в день. Плотоядным следует применять **тысячные** разведения настойки – т. е. берут одну каплю настойки корней и разводят в 50 мл воды. Дают кошкам по 2–3 капли, собакам по 10–30 капель этого разведения три раза в день при состояниях боли и воспаления. Наружно разведенной в 50 раз настойкой промывают раны, нагноения и сыпи на коже, делают примочки на больные места, открывшиеся раковые опухоли, разлизанные и зудящие участки кожи. Грызунов можно травить зерном (фасолью, горохом), вымоченным в отваре клубеньков аконита.

Излишне говорить, что домашняя птица погибнет при поедании такого «корма» – приманки следует раскладывать в пластиковой трубе или под перевернутыми ящиками.

Внимание! Все работы со сбором сырья следует производить в резиновых перчатках! Все настойки и само сырье должны быть подписаны и обозначены словом «Яд!». Нельзя

превышать указанные дозы и следует следить за ощущениями подопечного при даче высокоэффективных препаратов.

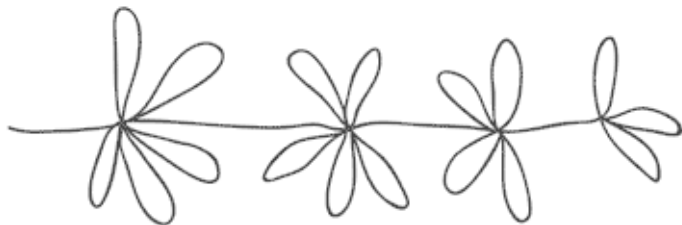
Алтей лекарственный

Althaea officinalis L.

Семейство Мальвовые

*Проскурник, дикий мак,
дикая роза,
Гюльхетма – так народ его зовет,
Алтей лекарственный с цветами
бледно-розовыми
Среди кустарников
и в пойме рек растет.
Большое многолетнее растение,
Со стеблем больше
метра высотой,
Нужны алтея корни
для лечения,
Их собирают раннею весной.*

3. Трубицына



В диком виде алтей произрастает на юге европейской ча-

сти России и Западной Сибири, в Средней Азии, странах Средиземноморья. Этот вид, а также несколько других давно применяют в медицине, культивируют на обширных плантациях и высаживают около домов. Многолетнее растение за 1–2 года наращивает значительную массу корней с мощным корневищем, которые являются весьма ценным целебным сырьем. От многоглавого короткого корневища отходит много боковых корней и несколько прямостоячих, мало разветвленных в верхней части плотных стеблей. Высота растения на хорошей почве может достигать 2 м, но обычно до 1 м. Листья очередные, на коротких черешках, верхние округлые, трехлопастные, нижние пальчато-лопастные, с зубчатым краем. Все растение покрыто короткими мягкими волосками, бархатистое на ощупь. Цветки белые или розовые, крупные, собраны по несколько штук в пазухах верхних и средних листьев. Чашечка образована 5 сросшимися на одну треть чашелистиками, имеется подчашие из 8–12 линейных листочков. Цветет алтей продолжительно с июля по сентябрь и активно посещается пчелами. Высокое растение можно посадить как кулису к южной стенке сарая, где оно будет смотреться как декоративный многолетник. Плоды по мере отцветания вызревают постепенно, это плоская дисковидная многосемянка, которую собирают при побурении. Алтей легко развести на своем огороде и использовать все части растения на благо чад и домочадцев.

Агротехника

Алтей размножают семенами от растений 2–3-го года жизни. У пролежавших 1–2 года в доме семян всхожесть выше. Для повышения всхожести семена предварительно замачивают на 3–5 дней, затем высевают в бороздки на глубину 2 см в рыхлую, хорошо прогретую почву и периодически поливают. В условиях средней полосы лучше выращивать алтей через рассаду, тогда посев семян производят в ящички в марте или в теплицы в апреле. Высаживают подрощенную рассаду в грунт в мае – июне. Растение требует хорошо заправленной с осени органикой почвы, полного солнца и полива.

Сбор и заготовка

В летний период частично обрывают листья и цветы, когда они только распустились. Нежное сырье сушат в один слой на бумаге в тени и затем хранят 1 год в хорошо закрытых банках, так как сырье гигроскопично. Стебли срезают после распускания половины цветов. Корни от 2–3-летних растений выкапывают осенью, отмывают от земли и режут вдоль, если они толще 1 см. Сушат при температуре не выше 50–60 градусов, затем убирают в плотно закрывающуюся тару и хранят в сухом месте – сырье портится во влажной среде.

Далее сырье перед употреблением измельчают или на горячем отваре (кипятить 10 минут на самом малом огне) 1:1 готовят сироп – после процеживания растворяют в нем сахар 50–60 г на 100 мл отцеженного отвара. Хранят листья и цветы 1 год, корни 3 года, сироп 2 года.

Применение в медицине

Очень широкое, во всех случаях, когда нужно смягчительное и обволакивающее действие. Слизь, крахмал, пектины, сапонины, в больших количествах присутствующие в корнях и в меньших – в зеленых частях растения, оказывают выраженное противовоспалительное, отхаркивающее и вяжущее действие. Препараты алтея широко применяются в детской практике из-за их абсолютной нетоксичности и эффективности. Алтей заваривают в качестве отхаркивающего и разжижающего вязкую мокроту средства при кашле, бронхитах, туберкулезе и т. п. Настои корня и листьев с цветами пьют при болях в желудке при гастритах, язве и энтероколитах, дают грудным младенцам при поносах и кислом стуле. Настои полезно пить длительно при хронических циститах и воспалительных процессах в почках. Местно применяют настои корней и листьев с цветами в виде примочек и для промывания воспаленных глаз и слизистых, полоскания горла и рта при ангинах, стоматитах и воспалениях подчелюстных лимфоузлов. Хорошо смягчают кожу, заживают эрозии и

трещины теплые ванночки и компрессы с отварами алтея. Различные поражения кожи с зудящими проявлениями хорошо купируются примочками и ванночками из листьев алтея и багульника болотного. При острых болезненных невритах лицевого нерва и межреберной невралгии применяют компрессы с отваром корня алтея. Для лечения болезненных трещин на пятках и пальцах применяют огуречный рассол (или из-под квашеной капусты) в виде ванночки 3–5 минут, а затем аппликацию или ванночку на 20 минут отвара корня алтея. Масло облепихи или шиповника довершает процедуру и способствует полному закрытию дефектов кожи.

Настой готовят из 1 ст. ложки измельченного корня или 2 ст. ложек листьев на 1 стакан кипятка, настаивают 1 час под укрытием или в термосе и процеживают. Также практикуют получение холодного настоя – 1 ст. ложку порошка из корня заливают 1 стаканом холодной воды или молока, настаивают час, процеживают и принимают по 2 ст. ложки каждые два часа при болях в животе, обострении гастрита, отравлении и туберкулезе. Холодный настой и сироп употребляют как хорошее отхаркивающее и муколитическое (разжижающее мокроту) средство по 1–2 ст. ложки (детям дают половину – 1 ч. ложку) 3–4 раз в день с водой. Удобно использовать порошок корня: смешивают треть чайной ложки порошка с теплой водой и выпивают вместо настоя 3–4 раза в день. Готовые аптечные препараты – таблетки *мукалтин*, сироп *корня алтея*, микстуры сложного состава с порошком *корня ал-*

тея, гомеопатический препарат *Алтеа*.

Применение в ветеринарии

Алтей содержит много слизи (до 35 %), которые защищают желудок при воспалении и раздражении токсическими продуктами. В качестве растительного антидота и как отхаркивающий препарат можно использовать корни алтея и все растение целиком, а также близкие виды мальв (штокроза и др.). При отравлении скотины ядовитой травой или протравленным зерном, корнеплодами с повышенным содержанием нитратов нужно выпаивать отвар или давать водную (молочную, на сыворотке) болтушку из порошка корня. Слизистые вещества алтея обладают обволакивающим и защищающим действием при воздействии токсинов на эпителий желудка и бронхов, уменьшают раздражение и отек, способствуют более быстрой эвакуации их из организма. Назначают отвар корня или его порошок, дают в виде отвара или каши, болтуса 3–4 раза в день крупным животным 50–200 г, свиньям – 10–25 г, собакам – 5, кошкам, курам – 1–2 г два-три раза в день. Мелким животным и молочникам удобно давать сироп корня при кашле: телятам – 2 ст. ложки, собакам – 1 ч. – 1 ст. ложка трижды в день. Листья и цветы готовят в виде холодного настоя 1:10 в течение 8 часов и выпаивают телятам по 1 ст. и поросятам по полстакана 3–4 раза в день при диарее, бронхите и пневмонии. Целиком все измельченное растение

заваривают 1:10 и выпаивают животным по несколько литров в день при вялых и упорных поносах и низких привесах, плохой поедаемости корма, особенно после дачи антибиотиков и антигельминтиков. Обычно хватает 10-дневного курса.

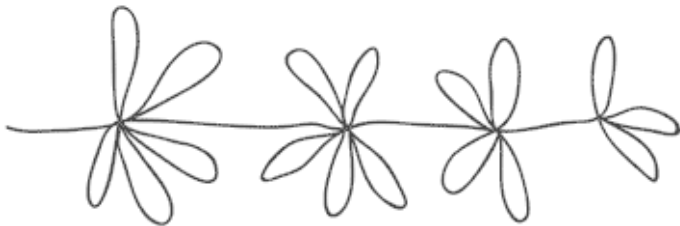
Анис обыкновенный

Pimpinella anisum

Семейство Зонтичные

Во Франции, в частности в Средиземноморье вообще, исключительно популярны анисеты – напитки, приготовленные на базе аниса: арак, изо, ракия, самбукка, пастис... Древние египтяне, римляне и греки высоко ценили анис, в частности, за его целебные свойства.

А. Окунь, И. Губерман. Книга о вкусной и здоровой жизни



Повсеместно возделываемое в странах с теплым климатом растение встречается в диком виде только в Восточном Средиземноморье. Эфирным маслом, которых в сухих семенах может быть до 6 %, и обязан анис своей популярностью со времен Древнего Египта. Как лекарственное сырье анис выращивали в странах, входящих в Римскую империю,

и только в Средние века его стали применять как отдушку в кондитерском, винном производстве и в сыроварении. В настоящее время в Европе зелень и плоды аниса широко используются в кулинарии, его выращивают на плантациях тоннами. В Россию семена аниса завезли в середине XIX века и стали использовать для выращивания аптечного сырья в южных регионах страны, в Крыму и на Кавказе. Отжатое из семян анисовое масло (содержание 18–28 %) – это при комнатной температуре прозрачная жидкость, кристаллизующаяся на холоде. В ней до 80–90 % анетола – ароматического вещества, придающего столь резкий запах и вкус вытяжкам из семян. Это основное вещество, из которого синтезируют обепин для нужд парфюмерной промышленности. Анисовое масло идет для приготовления нашатырно-анисовых капель, микстур от кашля, таблеток и пастилок для рассасывания, ароматизации напитков и кушаний. Жирное масло из семян аниса идет на технические цели.

Анис – однолетнее растение высотой до 70 см с бороздчатым стеблем и белым стержневым корнем. Разветвляясь в верхней части, стебель несет соцветия-зонтики, состоящие из мелких белых цветков. Перистые прикорневые листья собраны из округлых почковидных листочков и образуют прикорневую розетку. Средние листья на стебле тройчатые, с пильчатонадрезанными листочками; самые верхние – трехпятираздельные на узкие доли. При растирании в руках все части растения пахнут анисом. Плоды двусемянки округлые,

довольно крупные – до 4 мм, буроватые, слегка опушенные, с сильным сладковатым запахом «микстуры от кашля» – той, что поили вас в детстве. Анис легко вырастить на участке за одно лето и употреблять свежую зелень, но семена вызревают только в жаркую погоду или на плантациях в южных областях страны.

Агротехника

Сеют семена в слегка прогретую рыхлую почву на гряды или в парники на глубину 2–3 см и слегка прикатывают. Прорастание семян начинается при 4–5 градусах, заморозки не страшны. Поливают до появления всходов, по мере роста рассады ее прореживают, употребляя зелень в салаты. Поливают по мере необходимости до цветения растения, потом полив резко сокращают.

Сбор и заготовка

Сразу после зацветания срезают растение и сушат в пучках. Когда семена приобретут сероватую окраску, срезают зонтики и отдельно выдергивают стебель с корнем. Корни обрезают, моют и сушат. Зонтики высушивают в пучках или на бумаге «вниз головой», затем обмолачивают руками. Хранят семена 3 года в плотно закупоренных коробках, ина-

че его назойливый запах перебьет запах всех хранящихся у вас трав. Водка анисовая для улучшения аппетита и пищеварения: 1 ч. ложка семян аниса, 1 ст. ложка меда в 0,5 л водки настаивают 1 неделю. Настойка анисовая 1:100 на 96 %-ном спирте; капли нашатырно-анисовые: 1 ст. ложка семян настоять в 2 ст. ложках масла две недели, периодически взбалтывая. Не процеживая, добавить 100 мл водки и настоять еще 3 дня, затем процедить и к полученной смеси добавить 15 мл 10 %-ного нашатыря. Взболтать и хорошо укупорить. Настой для наружного применения: 1 ч. ложка семян в 100 мл растительного масла, настаивать 2 недели.

Применение в медицине

Эфирные масла семян летучи, это нужно учитывать при заваривании семян кипятком: 1 ст. ложка семян на 1 л кипятка, закрывают наглухо в термосе и пьют по 50 мл каждые 2–3 часа при бронхитах, вязкой мокроте, кашле, пневмонии. Напар семян из 1 ч. ложки на 1 стакан кипятка, применяемый перед едой по $\frac{1}{3}$ стакана, улучшает работу желудка и кишечника, действует ветрогонно, усиливает перистальтику, диурез, способствует отделению пота и снижает температуру у лихорадящих больных, понижает давление при кризах и вызывает урежение сердечного ритма. Крепкие напитки с анисом действуют как горечь и возбуждают аппетит, способствуют оттоку желчи – по 30–50 г перед едой за 20 ми-

нут. Настойка 1:20 принимается в каплях или по 1 ч. ложке в небольшом количестве воды при вздутиях живота, резах, урчании, спазме и чувстве «эдакой перекиси», по словам А. П. Чехова, во рту. Порошок из семян можно принимать с водой – на кончике ножа три раза в день или по 1 ст. ложке масляного настоя при спазмах кишечника и нарушениях оттока желчи. Семена, запаренные в горячем молоке, усиливают лактацию. От прогрессирующей глухоты Рэм Ахметов приводит рецепт: треть стакана истолченных в порошок семян аниса залить доверху маслом шиповника и настаивать 3 недели, периодически взбалтывая. Пускать перед сном в ухо по 2–3 капли в течение 3–6 месяцев. Анисовое масло или настойка в разведении 1:100 70 %-ным спиртом поможет избавиться от вшей – голову смачивают обильно спиртовым или масляным раствором, надевают пакет на волосы на 10–15 минут и затем смывают с шампунем. Повторяют через 3 дня при необходимости.

Применение в ветеринарии

Запаренная кипятком 1:10 трава аниса помогает при запорах, вздутиях живота и плохом аппетите, если ее выпаивать за 30 минут до кормления корове 2–3 л, свинье – 0,5 л, телятам по 1 ст. трижды в день. Семена также успокаивают спазмы и бродильные процессы в кишечнике, их дают в растертом виде в кашках и болюсах или настаивают в кипят-

ке. Как отхаркивающее средство, капли нашатырно-анисовые или растертые семена дают животным с кашлем и простудами. Заваривают обычно 1 ст. ложку семян в 0,5 литра кипятка и настаивают 30 минут под теплым укрытием, выпаивают скотине трижды в день. Капли дают плотоядным и молодняку в дозе примерно 1 капля на 10 кг веса. Масляный настой для наружного применения (можно смешать пополам со спиртом) применяют для уничтожения эктопаразитов на коже. Дозы семян внутрь: лошадям – 10–25 г, корове – 25–50 г, мелким копытным и свиньям – 5–10 г, собакам и кошкам – 0,2–2 г, курам – 0,5 г два-три раза в день.

Внимание! Масло аниса аптечное обладает выраженным успокаивающим действием, замедляет сердечный ритм и снижает давление, но в больших дозах масло может вызвать головокружение, нарушение сердечной деятельности и спутанность сознания.

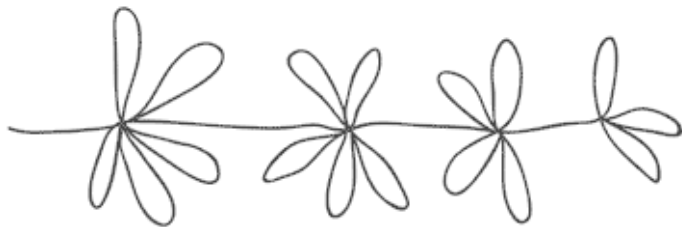
Арника

Род *Arnica L.*

Семейство Сложноцветные

Госпожа дез Обель дала свой платок, чтобы унять кровь и посоветовала сделать примочку из арники.

Анатоль Франс. Восстание ангелов



Арника в диком виде растет только в горах южных районов Европы, но ее разновидности успешно культивируют на аптечных огородах уже два столетия, так как трава считается первостатейным средством для врачевания ран и переломов у воинов. В основном культивируют три вида арники: арнику горную (*A. montana L.*), густооблиственную (*A. foliosa Nutt.*) и Шамиссо (*A. Chamissaris Lees.*). Арника цветет желтыми ромашками в мае – июле. У арники горной цветочные корзинки оранжево-желтые, 5–7 см в диаметре и очень похожи

на цветки всем известных ноготков. Дно корзиночки выпуклое, волосистое, чашечка образована двумя рядами чашелистиков. Цветки сидят поодиночке на слабо разветвленном прямом стебле высотой 20–60 см, покрытом красноватыми точками – особыми железками. У основания стебля листья собраны в розетку, они крупные, овальные, с ровными краями. По стеблю листья сидячие, более мелкие, супротивно расположенные и густо покрыты седыми волосками. Вызревающие к осени семянки имеют хохолок из тонких волосков. Цветы арники приятно пахнут.

Арника внесена в фармакопеи многих стран. Гомеопатия весьма активно использует препараты арники во всех случаях травм, при ушибах тканей, нарушениях венозного оттока. Выпускают *настойку, свечи, опodelьдок и мазь, крупинки для приема внутрь, комприматы* с арникой. Арника входит в состав популярных гомеопатических мазей *траумель, ревмагель* и др.

Агротехника

Арнику легко размножить, посадив кусочек корня в рыхлую почву на солнечном месте. Семенами растение также размножается, но для получения цветения нужно 2 года. После весеннего посева семян в первый год появляется розетка листьев, цветение на следующее лето. Арнику нужно хорошо поливать, тогда она образует множество отростков. Без

укрытия растение может вымерзнуть в бесснежные зимы.

Сбор и заготовка

Используемое сырье – цветочные корзинки без зеленого цветоложа. Сухие цветки держат в пакетах 2 года. Настойку готовят из подвяленного сырья: им наполовину заполняют емкость, которую затем до горлышка заливают 70 %-ным спиртом. Настаивают 2 недели и фильтруют.

Применение в медицине

Вытяжки из цветков арники – наиболее эффективное средство при травмах, гнойных и трофических поражениях кожи, костей, связок и слизистых. Наружно применяют отвар из 2 ст. ложки цветков на стакан кипятка, проваривают 2–3 минуты или выдерживают в термосе 30 минут. Применяют на места ушибов, гематом, переломов, вывихов и растяжений, при тромбозе, язвах и гнойных сыпях в виде примочек, ванночек, компрессов, спринцеваний матки при кровотечениях. Местно в этих же целях используют настойку, разведя 1 ч. ложку в 100 мл воды. Гомеопатический оподельдок арники втирают в кожу. Отвар и настойку солнечного цветка применяют в гинекологии для усиления сократимости матки и как кровоостанавливающее средство после

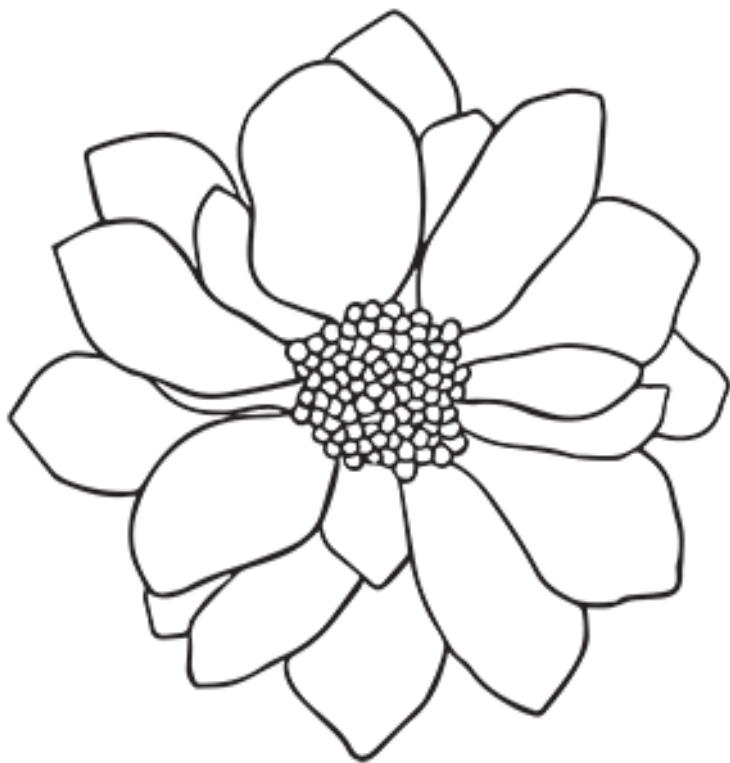
родов и при гормональных дисфункциях; заваривают цветки при миокардитах, стенокардии в качестве средства, усиливающего сердечный кровоток; при болезнях печени пьют как желчегонное и очищающее средство. Как улучшающее мозговое кровообращение средство арнику назначают после травм головы, при изматывающих мигренях, в восстановительный период после инсульта.

Заваривают 1 ст. ложку на стакан кипятка и выпивают его в три приема в течение дня за 30 минут до еды. Настойку принимают по 30–35 капель в ложке воды три раза в день до еды. Препараты арники могут вызывать чувство жжения на коже.

Применение в ветеринарии

Настой корзинок 1:10 или разведенная в 10 раз водой настойка – первейшее средство при ушибах и растяжениях связок у животных. Незаменимое средство в практике конного спорта. Наружно в виде примочек и компрессов используют арнику при травмах, маститах, отеках ног и ламинитах, укусах насекомых и различных ссадинах и ранах. Внутрь назначают плотоядным настойку в каплях в качестве желчегонного средства и уменьшающего явления цистита в комплексной терапии. Дают гомеопатическую арнику или настойку кошкам и собакам, перенесшим инсульт или травму головы. Капли назначают из расчета 1 капля на 1 кг веса два-три раза

В день длительно.



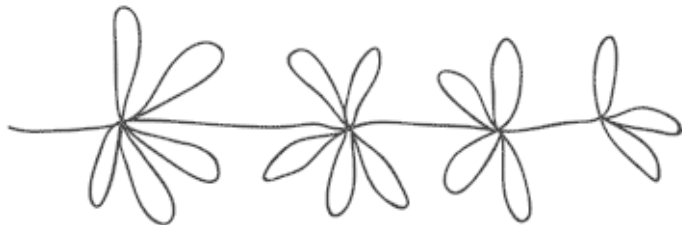
Артишок

Synara scolymus L.

Семейство Сложноцветные

Меж боковых дорожек была разбита прямоугольная куртина с артишоками, обсаженная по краям щавелем, петрушкой и латуком.

О. Бальзак. Отец Горио



Хорошо известное пищевое растение – в теплых странах Средиземноморья по пустырям и огородам можно встретить 10–11 видов этого рода, в том числе испанский артишок (*S. cardunculus*), очень похожий на культурный артишок посевной. Высокое (80–150 см) растение несет на толстом сочном стебле стеблеобъемлющие перисто-разрезанные, зеленова-то-серые, иногда с сизым налетом колючие листья. Мощный колючий стебель на втором году жизни увенчан соцветия-

ми-корзинками с лиловыми или фиолетовыми лепестками венчика, напоминающими цветки нашего обычного чертополоха или бодяка.

В пищу обычно идут цветочные корзинки с мясистым цветоложем, покрытые множеством черепитчатых листочков с острыми кончиками. Их срезают до распускания лиловых или фиолетовых язычковых цветков, пока они не загрубели, и употребляют для диетического питания больных диабетом и атеросклерозом. В тканях артишока много белка, витаминов и белок инулин, что делает его незаменимой природной сахаро- и холестериноснижающей пилюлей.

На юге артишок выращивается как многолетнее растение, в средней зоне оно может перезимовать и на следующий год дать новые побеги и зацвести. Получить целебные корни можно за один сезон, если выращивать растение через рассаду.

Препараты – *настойка артишока, хофитол*, гомеопатический *кардус композитум* и др.

Агротехника

Растение свето- и теплолюбиво. Высевают семена в рассадные ящички в феврале и пикируют рассаду в фазе 2–3 настоящих листьев в горшочки. Посев и доращивание ведут при температуре 22–25 градусов. Необходима досветка до 15 часов в сутки или размещение на самом ярком солнце.

На юге семена сеют в прогретую почву в апреле, прикрывают акрилом на первое время, обильно поливают. Рассадку артишока высаживают на солнечном месте и обеспечивают обильный полив. Для получения большой биомассы корней вовремя срезают сформировавшиеся цветочные корзинки, не давая распускаться цветкам. При хорошем укрытии на зиму корни могут сохраниться в земле и в условиях средней полосы России. На второй год они наберут хорошую массу. Несколько растений на грядках могут вполне обеспечить пожилых людей лекарством на целый год.

Сбор и заготовка

Выкапывают корни в конце сентября и в октябре. Отрывают от земли, сушат в тени в сухом месте и отмывают от грязи. Режут поперек на кусочки шириной 1 см и сушат на батарее или при несильном жаре (менее 50 градусов) в печи или электросушилке. Готовое сырье должно шуршать и разламываться в руках.

Хранят в бумажных пакетах в сухом месте. Корзинки и листья употребляют в свежем виде, их заготавливают ближе к концу лета. Сочное сырье сушат в сухом, хорошо проветриваемом помещении, затем измельчают в порошок и хранят в банках. Готовят настойку 1:1 из измельченных свежих листьев и корзинок на 70 %-ном спирте, выстаивают месяц, сливают.

Применение в медицине

Растение обладает выраженной мочегонной и желчегонной активностью, снижает уровень сахара и холестерина в крови. Из порошка соцветий и листьев готовят настой из 2–3 ст. ложек на 3 стакана кипятка. Заливают в термосе или держат под теплым укрытием 3 часа и выпивают в три приема (суточная доза). Отвары корней из 1 ст. ложки сухого измельченного сырья на 1 стакан воды кипятят 15 минут, остужают и принимают по 1 стакану 3 раза в день. Можно принимать по трети чайной ложки порошка измельченных корней три раза в день, запивая водой. Курс лечения 2–3 месяца. Настойку употребляют по 35–40 капель в 100 мл воды три раза в день. Все препараты принимаются за 30 минут до еды.

Назначают вытяжки из артишока при отеках самого различного генеза, почечной недостаточности, атеросклерозе, диабете, ревматизме и заболеваниях печени.

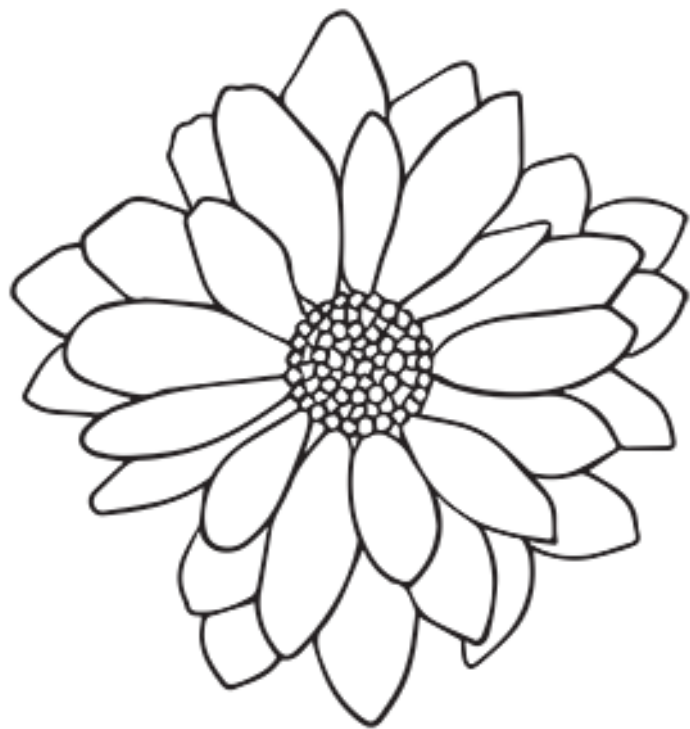
При нарушении обмена веществ и излишнем весе прием артишока, как и цикория, «очищает» организм и ведет к снятию отеков, устранению запоров и улучшению состояния кожи и общего самочувствия.

Очень полезно курсами принимать вытяжки из артишока при угрях и упорных гнойничковых сыпях на лице у подростков, при гипофункции щитовидной железы, ожирении, плохой работе кишечника.

Применение в ветеринарии

Отвар листьев полезно давать молодняку при отстаивании в росте, плохом аппетите, глистных инвазиях и в период выздоровления после инфекционных болезней. Телятам выпаивают 1–2 стакана теплого настоя 2–3 раза в день, поросятам – 100 мл дважды в день. Курс 2–3 недели.

Настойку дают плотоядным при гепатитах, нефритах и циститах, диабете как средство, улучшающее работу печени и почек. Дозируют в каплях – 1 капля на 1 кг веса животного два-три раза в день. Курс приема от 1 до 3 месяцев, при хронических процессах дважды в год.



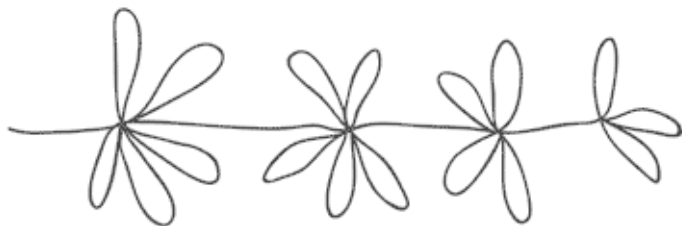
Бадан толстолистный

Bergenia crassifolia Fritsch

Семейство Камнеломковые

*В Сибири, в Приморье, Хабаровском крае,
В Корее, Монголии и в Гималаях,
На скалах и осыпях каменных
Встречается часто бадан толстолистный.
Его, как лекарство, в Тибете, Китае,
Целители с давних времен применяют.
Российские лекари тоже доньше
В народной используют медицине.
И листья, и корни бадана извечно
Болезни успешно целители лечат...*

Анна Мария Добрава. Бадан



Агротехника

Растение теневыносливо, но может расти на открытом солнце. Размножают кусочком корневища с почкой в конце августа или весной, отрывая его от материнского растения и прикапывая неглубоко в почву, лучше под камушек, где дольше сохраняется влага. Обильно и часто поливают в засушливое лето. Корневище заготавливают от 3–5-летних растений.

Сбор и заготовка

Весной, после схода снега, собирают темные сухие прошлогодние листья и слегка их подсушивают в один слой на бумаге. Хранят в картонных коробках год. Корневище заготавливают в конце лета. Основную часть 3–4-летнего корневища бадана моют, режут на куски поперек и сушат при несильном жаре в печке или в сушилке (температура менее 50 градусов). Хранят 5 лет в сухом месте. Готовят настойку бадана из расчета 1 часть подсушенного измельченного корневища на 4 части 70 %-ного спирта. Настаивают 3 недели, периодически встряхивая, сливают и хранят в темноте 2–3 года.

Применение в медицине

Бадан – чемпион среди растений по наличию танина (до 27 % от сухой массы) – вяжущего средства, которое вырабатывается промышленным способом, применяется внутрь и наружно. Благодаря танину заготовки из бадана обладают кровоостанавливающим и вяжущим действием, а противовоспалительный и противомикробный эффект (за счет галловых кислот) делает их незаменимыми при кровавых поносах, дизентерии, колитах, маточных кровотечениях и т. д. Наружно вытяжки из корневища используют для лечения воспалений полости рта, женской половой сферы и геморроя, ими промывают гноящиеся раны и язвы, купают детей с инфицированной экземой. Применяют измельченное корневище в виде отвара 1:30, кипятят 20 минут, остужают и пьют 1 ст. ложку 4–5 раз в день или по 15 капель настойки 3–4 раза в день. Наружно: 1 ст. ложку настойки разводят в 0,5 л воды или используют отвар сухого корневища. Обычно применяют в виде аппликаций, ванночек, спринцеваний, пропитывают им рыхлые тампоны для введения во влагалище. Перезимовавшие листья заваривают как тонизирующий и вяжущий напиток, хорошо очищающий почки, который так и называется в Сибири и на Алтае – «чагирский чай».

Применение в ветеринарии

Незаменимое средство для лечения кровавых поносов и бактериальной диареи у всех видов животных. Бадан действует вяжуще, противовоспалительно, суживает мелкие сосуды и уменьшает проницаемость сосудистой стенки. Он рефлекторно ослабляет деятельность желез пищеварительного тракта и создает защитную пленку на поверхности слизистых. Бадан является весьма активным защитным средством при различных кормовых отравлениях скота и может применяться для скорейшего восстановления деятельности желудочно-кишечного тракта после выведения токсических продуктов с помощью промываний желудка и клизм. Готовят отвар корневищ 1 ст. ложку на 0,5 л воды и выпаивают крупным животным с поносами по 1–2 литра 2–3 раза за 30 минут до кормления или разводят в воде и выпаивают вместо кормления. Разовые дозы сухого порошка: крупным животным – 20–50 г, овцам и свиньям – 5–15 г, телятам – 10 г, пороссятам – 2 г, собакам – 2–10 г.

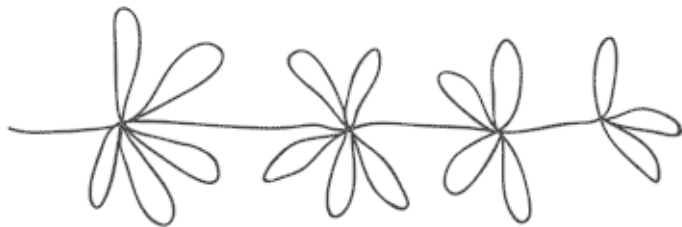
Базилик

Ocimum basilicum L.

Семейство Губоцветные

Он бросил мне на колени что-то упругое и прекрасно пахнущее. – «Что это?» – «Базилик, король трав».

Мэри Стюарт. Мой брат Михаэльс



Базилик принято выращивать как пряное и ароматическое растение, но изначально его культивированием занимались в аптечных садиках при монастырях в странах Средиземноморья. В захоронениях Древнего Египта найдены сохранившиеся веточки базилика, пролежавшие тысячи лет в темноте и сухом воздухе. Если проявить внимание, то можно заметить, что базилик неизменно присутствует в посадках вокруг отелей на курортах Египта, наполняя воздух непередаваемым ароматом в самые жаркие часы. Благодаря эфиру-

ным маслом, в изобилии содержащимся в листьях и цветах растения, трава обладает весьма выраженной спазмолитической и желчегонной активностью – не даром её сдобривают многие жирные и тяжелые для переваривания кушанья в странах теплого климата, где растение называют «реган», «райхон», «озен» и считают королем пряных трав. Само видовое название дано от греческого *basilicum* – базилевс, или царь. Родовое также отражает главную особенность растения и происходит от греческого слова *ozeine* – запах. Базилик при сушке сохраняет свои выраженные качества и может выращиваться даже в условиях короткого лета как пряное и лекарственное растение. Цветет базилик мелкими двугубыми розоватыми цветками, собранными в кисти на верхушках побегов, – но только в условиях теплого лета. Стоит попробовать посадить различные сорта базилика, список которых займет целый лист. Базилики отличаются формой и цветом листьев – от темно-фиолетового до нежно-зеленого, размером – от 10-сантиметровых карликов до кустиков ростом выше полуметра и, конечно, самыми разнообразными ароматами. Классический запах фиолетового базилика не спутаешь ни с чем, но можно найти и посеять растения с ароматом лимона, тонким привкусом ментола и так далее. Выращивание пряных трав на приусадебном участке – особая тема, растения всегда отблагодарят садовода и за столом, и в период неполадок со здоровьем. В нашем климате содержание летучих ароматических соединений в травах значитель-

но ниже, чем у их южных родичей, но достаточное для использования с лечебной целью.

Агротехника

В условиях среднерусского климата лучше выращивать траву через рассаду – у базилика достаточно длинный период вегетации и требовательность к температуре. Семена базилика стоит посеять в начале марта в рыхлую землю и держать до прорастания под полиэтиленовым проветриваемым укрытием при температуре 23–25 градусов. Всходы появляются на 7–10-й день. Их нужно выращивать на теплом и хорошо освещенном окне, при необходимости досвечивать. Растения пикируют в фазе 3–4 листьев в горшочки объемом 200 мл и помещают в теплицу только при установлении положительных ночных температур. Высаживают в грунт на полном солнце, первое время прикрывая материалом. В теплицах в южном фасаде перед высокорослыми растениями базилик дает большую биомассу. Траву поливают и иногда подкармливают разведенным органическим и минеральным удобрением. Посеянный прямо в грунт семенами, базилик в южных районах даст обильную зелень и зацветет.

Сбор и заготовка

Выдергивают загущенные всходы с июля несколько раз за сезон. Общипывают макушки, чтобы стимулировать рост боковых побегов. Осенью подросшие растения выдергивают целиком – базилик не зимует в наших условиях. Сушат веточки в пучках «вниз головой» в хорошо вентилируемом и сухом помещении и сразу же убирают в плотную картонную тару. Иногда сухую траву перемалывают, досушивают и хранят в банках. В качестве приправы в блюда используют мелко нарезанную замороженную или засоленную зелень базилика, часто в смеси с другими пряностями. Настой базилика 1:5 по объему на любом растительном масле.

Применение в медицине

Цельные свежие или высушенные листья заваривают как чай (1:20) в плотно закрытом фарфоровом чайнике и пьют глотками несколько раз в день при несварении желудка, печеночной недостаточности, вздутии кишечника и болях в животе, менструальных болях. При запоре и спастическом колите принимают столовую ложку масла, настоянного на базилике. Природный спазмолитик способствует отхождению желчи и газов, лучшему перевариванию пищи, устраняя

ет спастические запоры. При хронических проблемах с пищеварением нужно научиться добавлять соответствующие приправы из трав прямо в пищу и не мучиться после каждого обеда. Отвар также обладает отхаркивающим действием, а масло растения входит в популярную болгарскую микстуру от кашля *Бронхолитин* и в некоторые мази. Вдыхание эфирного масла базилика через ингаляторы успокаивает нервную систему, кашель и «прочищает» дыхательные пути. Напар из 1 ч. ложки измельченной травы на 100 мл кипятка держат под плотной крышкой 15 минут, сливают и сразу же полощут им горло при воспалении, заливают в ингалятор или ирригатор для очистки воспаленных болезненных «карманов» в деснах.

Эфирные масла базилика – хорошие природные асептики, настоями листьев можно промывать голову при жирной себорее, кожу для очищения от угрей и фурункулов, глаза при гнойных воспалениях век и пр. Настоянным на листьях базилика маслом врачуют застарелые язвы и ссадины, применяют для смягчения кожи при трещинках на пальцах рук и пятках. Это же масло можно добавлять в салаты для ароматизации блюда и пользы для желудка.

Применение в ветеринарии

Дают как хорошее отхаркивающее средство в виде настоя или вводят в легочные сборы. Сироп, приготовленный из ба-

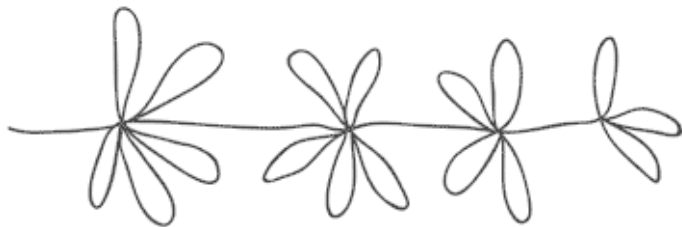
зилика и подорожника (или корня алтея), хорошо помогает старым собакам с бронхитами и застойными явлениями в легких при сердечной недостаточности. Дают по 1 ч. ложке сиропа или 2 ст. ложки настоя на 10 кг веса два раза в день длительно. Птицам в клетках и цыплятам при дорашивании наливают в поилки настой базилика при расстройстве пищеварения, можно в сочетании с вяжущими травами. Местно настоями промывают слизистые и кожу при различных язвах и трещинках, глаза и рот при воспалениях. Масло, настоянное на листьях базилика, хорошо помогает залечивать трещины сосков, его можно использовать каждый раз при дойке.

Бархатцы

Род *Tagetes* L.

Семейство Астровые

Бархатцы выделяют особые вещества, которые препятствуют появлению нематоды в посадках, поэтому их часто располагают возле роз.
Ханнеке Ван Дейк. Клумбы и бордюры



Представители дикой флоры Южной Америки, бархатцы получили широкое распространение по всему миру как красиво цветущие однолетники. Карл Линней включил яркие однолетники в свою классификацию, образовав их научное название от имени бога земледелия этрусков Тагеса. Разнообразие сортов и форм бархатцев удивляет и восхищает, их можно встретить на клумбах, в цветочных ящиках и кашпо, по огородам с целью отпугивания вредителей. На плантациях бархатцы культивируют для получения эфирного мас-

ла, которое выделяется при перегонке с паром зеленой массы растений с цветами. Масло оранжево-желтого цвета добавляют в парфюмерные и кондитерские изделия, косметические средства. Но и в домашних условиях легко заготовить пахучее сырье, обладающее довольно выраженным целебным действием. Имея бордюр из ярких кустиков в цветнике, можно за лето засушить достаточно травы и цветков бархатцев, которые пригодятся для врачевания людей и домашней скотины. Однако следует помнить, что летучие вещества растений могут вызвать аллергические реакции.

Бархатцы отклоненные (*T. patula*) имеют рост от 20 до 60 см, сильно разветвленный прямостоячий стебель с перисто-рассеченными темно-зелеными листьями. У бархатцев тонколистных (*T. tenuifolia*) листочки, соответственно, более узкие, ажурные. Бархатцы прямостоячие (*T. erecta*) – высокие растения до метра высотой с шаровидными крупными соцветиями. Цветочные корзинки сидят поодиночке на концах стеблей, и на их месте постепенно образуются плотные упаковки шиловидных семян. В зависимости от сорта корзинки окрашены в самые разнообразные оттенки желтого, оранжевого и бордового цветов.

Всего известно более 30 видов бархатцев с различным запахом листьев и формой куста. В сентябре вызревают тонкие длинные семена, похожие и формой, и размером на иглы дикобраза. Они легко собираются и прекрасно всходят на следующий год.

Агротехника

Тонкие игольчатые семена бархатцев высевают в конце марта в коробочки и ставят на теплый подоконник, хорошо увлажнив. Прорастание заметно на 5–7-й день, сильно загущенные всходы надо как можно раньше рассадить в отдельные горшочки или кассеты. Доращивают рассаду на южном окне или под лампами при температуре около 20 градусов. В мае рассаду можно держать в парнике – но только при условии положительных температур ночью. Высаживают растения на огороде на открытых солнцу местах, в ящики и на горки.

Бархатцы тонколистные хорошо удаются в одиночных горшечных посадках и при своевременном прищипывании верхушки формируют шарик из мелких цветков, радующий глаз до конца сезона.

Сбор и заготовка

Собирают цветки летом, или выдергивают растения целиком с корнем в конце сезона, или обрывают только листья и сушат в сухом месте при хорошей вентиляции. Насушенное сырье сильно пахнет, и его следует хранить в плотно закрывающейся таре. Готовят настой из измельченных листьев и

цельных цветочных корзинок 1:5, настаивают 2 недели, сливают.

Применение в медицине

Наружно настоей цветков или листьев используют в разведенном виде для приготовления ванн с седативным эффектом, концентрацию сильно пахнущего настоя подбирают индивидуально. Отвар цветков 1:10 помогает при перхоти, выпадении волос и окрашивает светлые волосы в золотистый цвет.

Полоскания и ингаляции при воспалении слизистой проводят горячими парами листьев и цветков в соотношении 1 ч. ложка сухого сырья без верха на стакан кипятка, настаивать 15 минут под теплым плотным укрытием. Этим же настоем протирают жирную кожу для ее очистки и избавления от мелкой сыпи.

Ингаляцию и полоскания паром цветков следует проводить, убедившись в отсутствии аллергии на их запах!

Применение в ветеринарии

Сухое сырье в нативном виде – природный инсектицид, и его с пользой можно применять для отпугивания насекомых в доме. Добавленная в подстилки и клетки трава поможет

боротся с блохами, пухо-пероедами и клещами, досаждающими домашним животным и птице.

Горячий настой из 2–3 корзинок на 1 стакан кипятка – хороший спазмолитик и ветрогонное средство. Крупным животным можно выпаивать напар травы с цветками из расчета 1:30 в количестве 1–2 л.

Настои листьев и соцветий также применяют для изгнания мелких круглых глистов – дают настой 1:10 3–4 дня подряд, птице наливают в поилки при обнаружении в помете нематод.

Наружно настои листьев и цветков применяют для мытья шерстистых питомцев при обнаружении блох. Масляный настой применяют для втирания в очаги кожи, пораженной демодекозом и отодекозом у плотоядных и кроликов и нательными клещами у кур, цесарок и прочей живности.

Внимание! Люди и животные могут быть чувствительны к сильному запаху растений! Перед применением убедитесь в отсутствии аллергических реакций, проявляющихся зудом, слезотечением, чиханием и пр.!

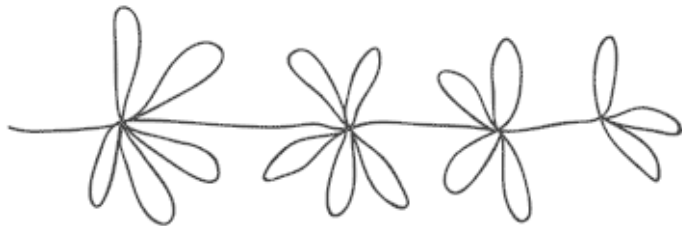
Безвременники

Род *Colchicum* L.

Семейство Лилейные

В Средние века в Европе настоек семян и клубней безвременника применяли в качестве лекарственного средства от подагры, ревматизма, невралгий и как мочегонное средство. В 1618 году безвременник входит в первую Британскую фармакопею.

Н. И. Мазнев. Большая энциклопедия высокоэффективных лекарственных растений



Появляется этот цветок «без времени» – осенью, в сентябре – октябре, когда и можно полюбоваться розовыми нежными колокольчиками на бледно-желтых трубочках цветоноса, внезапно пробивающихся из-под земли среди всеобщего увядания природы. После оплодотворения цветок отмирает, а луковицы растения зимуют под землей. Ранней

весной появляются скрученные трубочки, раскрывающиеся в продолговатые глянцевые темно-зеленые листья, отмирающие к середине лета. Впервые это растение упоминается у врача и ученого Диоскорида, жившего в I веке н. э. Название *colchicum* Линней дал цветку, привезенному из легендарной Колхиды – древней страны на Кавказе, в которую Одиссей совершал путешествие в поисках золотого руна. Заросли дикого безвременника до сего времени встречаются в Кавказском биосферном заповеднике, где его не трогают и он возобновляется семенами. На плантациях для получения лекарственного сырья разводят безвременник осенний (*C. autumnale* L.), безвременник великолепный (*C. speciosum* Stev.) и безвременник блестящий (*C. liparochiadys* Woron.). Все они цветут осенью, выбрасывая великолепные «тюльпанчики» сиреневых или белых цветков; выведены для садоводов и махровые формы. Если осенью цветок опылился, то весной среди листьев появляется плод, который созревает к середине лета. Безвременник содержит в своих семенах и луковицах очень активные яды колхицин и колхамин, имеющие свойства подавлять деление и рост клеток. В настоящее время в онкологических клиниках используют препараты из безвременника великолепного «Колхицин» в виде 0,1 % водного раствора и мази для лечения рака кожи. Выпускают настойку безвременника и мазь *оммановую* 0,5 %, препарат из *семян колхамин* для приема внутрь, *колхикум-дисперт* для лечения подагры и ревматизма.

Агротехника

Размножают молодыми луковицами или посевом семян под осень. Всходы рассаживают по грядкам с тем расчетом, чтобы формировалось гнездо луковиц следующие 5–6 лет. Посаженные в огородную почву луковички на солнечном месте быстро дают деток, гнездо увеличивается в размерах, его можно делить каждые 3–4 года. Лучше делить маточник осенью, после отцветания растения, или рано весной при появлении трубочек листьев.

Сбор и заготовка

Выкапывают луковицы осенью или ранней весной до отрастания листьев. Семена более активны и ядовиты. Все работы следует производить в перчатках. Настойка на водке внутрь из семян 1:1 000 000. Настойка на уксусе для растираний: 1 часть измельченных сухих клубней на 12 частей по весу уксуса, настаивать 2 недели, процедить. Мазь готовят из свежей луковицы – ее моют, измельчают в кашу и смешивают с жировой основой в соотношении 1:50. Срок хранения мази 3 месяца.

Применение в медицине

Мазь наносят на новообразования и бородавки на коже, захватывая прилегающие участки вокруг, иногда под повязку. Настойки луковиц и семян очень ядовиты и могут применяться внутрь для лечения подагры и болезней суставов только в гомеопатических разведениях: по 10–15 капель на прием или препарат *колхикум Д12*. Наружно для сведения бородавок и новообразований используют кашицу из свежей луковицы или мазь. Мазь и тем более кашица из луковиц не должна попадать на слизистые оболочки и в глаз, так как возможно их раздражение. Настойку на уксусе применяют для растираний поясницы при радикулитах и мышц вдоль иррадиации болей. Все процедуры проводят в резиновых перчатках, чтобы препарат не всасывался с поверхности кожи врачающего.

Применение в ветеринарии

Настойку дают животным после операций по удалению опухоли и с неоперабельными опухолями в дозах 1 капля на 1 кг веса дважды в день, но не более 30 капель на прием в течение 2 месяцев с перерывом в месяц пожизненно. Такая терапия также улучшает подвижность животных с больными

суставами. Местное удаление бородавок и папиллом на коже должно производиться с осторожностью кашицей из луковицы или мазью.

Внимание! Луковицы и семена смертельно ядовиты для людей и животных! Все препараты с безвременником должны быть подписаны и маркированы словом «Яд»!

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.