

Алевтина Корзунова

Сорняки и ваше здоровье



Алевтина Корзунова

Сорняки и ваше здоровье

*Текст предоставлен издательством
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6130037
Сорняки и ваше здоровье: Научная книга; 2013*

Аннотация

В новой книге А. Корзуновой рассказывается, как можно вылечиться с помощью сорняков. Здесь описаны сорные травы, применяемые в народной медицине, методы сбора, сушки растений, основные способы применения их с лечебной целью. Кроме того, вы найдете массу другой полезной информации.

Содержание

Введение	5
Глава 1. Сорняки – вредители или лекари?	9
Аир обыкновенный (ирный корень)	12
Арника горная	14
Бедренец-камнеломка	16
Белена черная	17
Белозор болотный	19
Белокудренник черный	20
Буквица лекарственная	21
Вахта трехлистная	23
Грыжник душистый	24
Конец ознакомительного фрагмента.	25

Алевтина Корзунова

Сорняки и ваше здоровье

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

Введение

Здравствуйтесь, дорогие читатели. Я рада, что состоялась наша новая встреча. На этот раз я расскажу вам о целительных свойствах сорняков.

Наиболее распространенным методом нетрадиционной медицины во всем мире является лечение травами. И лечение сорными травами – не исключение.

Самые ранние сведения о траволечении пришли к нам, вероятнее всего, из Индии. Оттуда медицинские познания распространились, с одной стороны, в Китай, с другой – на Ближний Восток. Философия, являвшаяся основой древнеегипетской, а позднее и греко-римской медицины, имеет большое сходство с традиционной китайской медициной. Современное траволечение основано на сведениях, которые были в основном заимствованы у древних греков, а, кроме того, оно имеет некоторые давние традиции американских индейцев. Исследования, которые проводятся учеными в наши дни, все чаще и чаще подтверждают правильность векового лечебного опыта. Около 85 % населения Земли и по сей день в случае болезни пользуется лечебными травами, и даже среди лекарств общепринятой современной западной медицины примерно 20 % так или иначе производится из растений. Можно почти со стопроцентной уверенностью сказать, что травы являются самым популярным сред-

ством самолечения при не слишком серьезных недомоганиях, и именно они приводят людей к натуральной медицине.

Уже в IV тысячелетии до н. э. эфирномасличные растения использовались в медицинских и косметических целях, а также для бальзамирования тел усопших.

Древние греки изучали целительную силу растений, причем большая часть их медицинских познаний была заимствована у египтян. Они открыли, что растительные эссенции оказывают различное действие и могут возбуждать, освежать, расслаблять, усыплять. Для того чтобы извлечь из цветов и трав их целительную силу, запах, греки использовали оливковое масло, которого имелось у них в изобилии. Они ароматизировали масло и использовали его в медицинских и косметических целях. Греческие воины, идя на битву, брали с собой мазь, приготовленную из мирры. Она применялась для обработки ран. Гиппократ, почитаемый ныне как отец медицины, описывает в своих трудах большое количество лекарственных растений. Однако и в других частях света люди также использовали травы и эссенции как для простой обработки ран, травм, так и для лечения болезней. В Австралии, например, аборигены использовали листья «чайного дерева». Они были очень хорошо осведомлены об их удивительных лечебных свойствах. Еще за 2000 лет до н. э. китайцам были известны лечебные свойства эфирных масел некоторых растений. Эти масла оказывают такое же действие, как и растения, из которых их получают, с той

лишь разницей, что их действие является более сильным и длительным. В отличие от синтетических лекарств, направленных лишь на борьбу со специфическими проявлениями, эфирные масла оказывают общеукрепляющее действие и помогают организму восстановить утраченное равновесие. Лекарственные растения находят даже при раскопках стоянок неандертальцев. Мы можем лишь удивляться, как наши предки решали, что можно, а что не следует применять, ведь всегда существовала опасность – травы могли оказаться не только бесполезными, но и вредными. Вероятно, какой-то врожденный инстинкт позволял правильно ориентироваться в многообразии растений. Ведь иначе не объяснить тот факт, что племена, проживавшие на значительном расстоянии друг от друга, на островах Фиджи, Самоа, Тринидаде, в Индии и Вьетнаме, для предотвращения беременности использовали одно и то же средство, а именно бамию. Еще более удивительно, что это средство помогало, ведь именно тот вид бамии, который они использовали, обладает выраженной антиэстрогенной активностью и подавляет овуляцию, как и противозачаточные таблетки. Китайские рецепты по использованию трав в медицине были составлены за 3000 лет до н. э. Спустя тысячелетие на каменных досках в Вавилоне были увековечены сведения о лечебных растениях, в том числе обладающих успокоительным действием. Лекарственными растениями интересовались на всей территории от Ганга до Нила, везде шла оживленная торгов-

ля изготовленными на их основе лечебными средствами. В Англии многие новые лекарственные средства появились с приходом римлян. Как только основывался новый гарнизон, римские врачи первым делом высаживали семена лечебных трав. Валлийские друиды и многочисленные монахи по всей стране активно занимались траволечением, и фитотерапия процветала вплоть до начала XX столетия. В XX в. произошли огромные изменения. Пауль Эрлих, выдающийся прусский биохимик, провозгласил окончание эры традиционной фитотерапии, выдвинув идею «волшебных пилюль», т. е. особых таблеток от каждой болезни. С этого момента фармацевтическая промышленность стала бурно развиваться, разрабатывая и производя все новые синтетические лекарственные средства. Трудно отрицать, что многие фармацевтические препараты сыграли огромную положительную роль в истории человечества, увеличивая продолжительность жизни, спасая еще недавно обреченных пациентов, уменьшая боль и другие страдания. К сожалению, избранный фармацевтикой путь синтеза препаратов снизил значение траволечения, к которому стали относиться как к пережитку прошлого. И это происходит несмотря на то, что многие современные лекарственные препараты получают из растительного сырья.

Глава 1. Сорняки – вредители или лекари?

Сорняки – это растения, засоряющие сельскохозяйственные угодья и наносящие вред сельскохозяйственным культурам. Сорняки встречаются практически везде: на полях, лугах, огородах и т. д.

В процессе эволюции некоторые сорняки настолько приспособились к условиям жизни культурных растений, что существуют как спутники последних и произрастают совместно. Такие сорняки называются специализированными и засоряют посевы только определенных культур.

Так, например, в посевах озимых можно встретить специализированные виды сорняков – василек синий, костер ржаной и др. на полях проса – щетинник, в посевах риса – куриное просо и т. д.

Сорняки отличаются большой устойчивостью к неблагоприятным почвенно-климатическим условиям. Приспосабливаясь к жизни культурных растений, они вырабатывают аналогичные им свойства, обладают огромной плодовитостью и способны образовывать большое количество семян.

Многие семена сорных растений снабжены специальными приспособлениями, благодаря которым семена переносятся на большие расстояния ветром, водой, животными, сельско-

хозяйственными машинами.

Семена многих сорняков, погребенные в почве, сохраняют жизнеспособность в течении многих лет.

Сорные растения быстро приспосабливаются к изменяющимся внешним условиям среды, показывая высокую жизнестойкость. В ходе естественной эволюции они выработали способность полнее использовать факторы жизни растений. Многие из них отличаются исключительной пластичностью роста и развития, при неблагоприятных условиях они едва заметны у земли, а при благоприятных сильно ветвятся, достигают гигантских размеров и образуют сотни тысяч семян.

На территории нашей страны встречаются около 2 тыс. видов сорных растений. По способу питания сорняки делятся на две группы:

1) непаразитные;

2) паразитные и полупаразитные.

Непаразитные сорные растения. Их делят по продолжительности жизни на две большие группы: малолетние и многолетние.

Малолетние сорные растения размножаются семенами (иногда возможно размножение частями растений), имеют жизненный цикл не более 2 лет. После созревания семян растения отмирают.

Многолетние сорные растения произрастают несколько лет на одном и том же месте и неоднократно плодоносят в течение жизненного цикла, размножаются семенами и веге-

тативными органами. По способности размножаться вегетативно их делят на две группы:

а) не размножающиеся или слабо размножающиеся вегетативно;

б) с сильно выраженным вегетативным размножением.

Паразитные и полупаразитные сорняки. К паразитным сорнякам относятся растения, утратившие полностью способность к фотосинтезу, они питаются за счет растения – хозяина.

К полупаразитным относятся растения, обладающие способностью к фотосинтезу. Они могут жить самостоятельно. Однако чаще такие сорняки лучше развиваются, если используют воду и растворимые в ней минеральные соли из корней растения – хозяина.

В таких случаях корневая система их развита слабо.

Мы с вами знаем, какой вред могут нанести сорняки урожаю на наших дачных участках.

А знаете ли вы, что сорняки могут принести пользу и избавить вас от многих недугов?

Да, да, не удивляйтесь. Оказывается, многие сорняки, такие как чистотел тысячелистник и мать-и мачеха обладают рядом уникальных целительных свойств и излечивают широчайший спектр заболеваний.

В своей книге я расскажу лишь о некоторых из этих полезных растений.

Аир обыкновенный (ирный корень)

(семейство ароидных)

Многолетнее травянистое растение высотой 60 – 120 см с толстым ползучим корневищем и плоским трехгранным стеблем. Листья длинные, линейно-мечевидные, заостренные. Цветки мелкие, зеленовато-желтые, собраны на верхушке стебля в цилиндрический, суженный початок. Корневища бурого цвета, внутри белые с розоватым оттенком, имеют сильный своеобразный запах и горький вкус. Все части растения обладают сильным запахом. Плод – продолговатая, малосемянная ягода красного цвета. Цветет с конца мая до июля. Встречается в лесной и степной зонах России, на Кавказе, в Сибири и на Дальнем Востоке. Растет на сильно влажной почве по берегам рек, прудов, на болотах и в стоячих водах. Применяемая часть – корневища. Заготовку его начинают, как правило, с конца лета и продолжают всю осень.

Химический состав: крахмал, эфирное масло, горький гликозид акорин, алкалоид каламин, дубильные и другие вещества.

Применение. Водный настой и спиртовая настойка корневищ возбуждают аппетит, усиливают пищеварение и выделение пищеварительных ферментов, действуют как мочегон-

ное, «ветрогонное» и стимулируют образование клеток крови. Настой корневищ употребляют при отсутствии аппетита, вялом пищеварении, желудочно-кишечных заболеваниях, поносах, катаре и язве желудка, излишней кислотности желудка, коликах и рвоте, болезнях желчных путей, при камнях в почках, а также как общеукрепляющее средство. Корневища аира входят в состав горькой настойки и некоторых желудочных и аппетитных сборов (чаев). Настой корневищ аира, помимо всех вышеперечисленных свойств, оказывает также антисептическое и антибиотическое действия. А в старину его ко всему прочему использовали как профилактическое средство при эпидемических заболеваниях. На Востоке аир считают сильным средством, усиливающим половую активность. Я также советую использовать настой аира для уничтожения неприятного запаха изо рта и обмывать им раны и гнойные язвы. При заболеваниях костей и рахите пользуются ваннами из настоя корневищ. Порошок корневищ также употребляют для присыпки инфицированных ран и язв.

Арника горная

(*семейство сложноцветных*)

Многолетнее травянистое корневищное растение с прямыми опушенными стеблями и прикорневыми продолговатой–яйцевидными листьями в виде розетки. Стеблевые листья супротивные, ланцетные, сверху – зеленые, опушенные, снизу – светлые, голые. Цветочные корзинки крупные, оранжево-желтые, с краевыми ложноязычковыми и срединными трубчатыми цветками. Высота 40–60 см. Время цветения – июнь – июль. Встречается в Западной Украине, Белоруссии, Латвии, Литве. Растет по горам, склонам, в зарослях кустарников и на лугах. Применяемая часть – цветочные корзинки, реже – листья и корни. Цветочные корзинки и листья собирают в июне – июле, корни – осенью.

Химический состав. Цветочные корзинки содержат горькое вещество арнинин, эфирное масло, смолу, воск, камедь, жир, дубильные вещества, холин, хлорофилл, желтое красящее вещество лютеин.

Применение. Водный настой и спиртовая настойка цветочных корзинок регулируют тонус центральной нервной системы, понижают рефлекторную возбудимость продолговатого мозга и коры головного мозга и обладают кровоостанавливающим свойством. Я советую применять настои и настой-

ки арники при несильных маточных и различного рода внутренних кровотечениях, а также при атеросклерозе, гипертонии и перевозбуждении нервной системы. Вдобавок ко всему могу порекомендовать использовать арнику наружно при ушибах, мелких ранениях и заболеваниях кожи.

Бедренец-камнеломка

(*семейство зонтичных*)

Многолетнее пахучее травянистое растение. Прикорневые листья перистые, с округло-яйцевидными зубчатыми листочками; стеблевые – перистораздельные. Цветки мелкие, белые, собраны в сложные зонтики. Высота 30–60 см. Цветет с июля по август. Встречается почти во всех областях России. Растет на сухих лугах, склонах, в зарослях кустарников и в лесах. Применяемая часть – корневище и корни. Время сбора – сентябрь – октябрь.

Химический состав изучен мало. Известно, что в корнях и корневищах есть эфирное масло.

Применение. В народной медицине спиртовую настойку корневищ и корней бедренца используют как средство, уменьшающее сильный кашель и снижающее охриплость голоса при воспалении верхних дыхательных путей и голосовых связок. Отвар корней я рекомендую принимать при хронических заболеваниях горла, бронхиальной астме и хронических гастритах. Свежий сок корней применяют (прикладывая примочки) с целью выведения пигментных пятен на коже.

Белена черная

(*семейство пасленовых*)

Двулетнее травянистое растение с неприятным запахом. Листья выемчато-перисто-надрезанные, клейкие. Цветки кремовые, с фиолетовой сетью жилок. Плоды – кувшинчатые коробочки, открывающиеся крышечкой. Высота 30–60 см. Время цветения – июнь – август. Встречается в средней и южной зонах европейской части России, в Сибири, Средней Азии. Белена – сорное растение, растет на полях, пустырях, около дорог и жилищ. В медицине с древнейших времен применяются листья и верхушки стеблей белены, а также масло семян. Советую вам после сбора листьев во избежание отравления тщательно мыть руки. Собирают траву в июле и августе.

Химический состав. В листьях имеются алкалоиды гиосциамин и гиосцин. **Эти алкалоиды очень ядовиты.**

Применение. Лекарства из листьев применяют внутрь только по назначению врача при различных болезнях желудка и дыхательных органов. **Не рекомендую вам самостоятельно применять эту траву.** Белену применяют в качестве хорошего наружного болеутоляющего и успокоительного средства в виде масла при ревматизме, подагре, ушибах. Масло приготавливают, настаивая на подсолнечном масле

листья белены, предварительно измельчив их и смочив смесью спирта и раствора аммиака.

Белозор болотный

(*семейство камнеломковых*)

Многолетнее травянистое растение с прямостоячими стеблями. Прикорневые листья – длинночерешковые. Стеблевые – сидячие, овальные. Цветки одиночные, белые, пятилепестные. Плоды – красные ягоды, высота 15–30 см. Время цветения – июль – август. Растет на сырых лугах, в зарослях кустарников и на болотах, по берегам рек и озер. Встречается в европейской части России, Сибири, на Дальнем Востоке.

Применяемая часть – трава (стебли, листья и цветки) и корни. Траву собирают в июле – августе, корни – в сентябре – ноябре.

Химический состав не изучен. **Растение ядовитое.**

Применение. Водный настой травы и корней наиболее часто применяют при болезнях печени, желудочно-кишечных расстройствах, кровотечениях, кровохарканье и особенно как сердечное средство при нарушении сердечной деятельности в связи с невротами.

Настой белозора обладает также мочегонным действием. **Но, так как растение ядовитое, надо быть очень осторожным, применяя его для лечения.**

Белокудренник черный

(*семейство губоцветных*)

Многолетнее травянистое коротко опушенное растение с четырехгранным прямостоячим ветвистым стеблем. Листья супротивные, короткочерешковые, яйцевидные, острые, крупно-городчато-пильчатые. Цветки мелкие, двугубные, лилово-грязно-розовые, с линейными прицветниками. Внутри трубки венчика – волосистое кольцо. Цветки собраны в удаленные друг от друга мутовки. Плоды – продолговатые обратнойяцевидные орешки. Высота 50 – 120 см. Время цветения – июнь – август. Встречается в центральной полосе европейской части России. Растет на пустырях, в зарослях кустарников, в сорных местах, на склонах, обрывах, вдоль дорог. Применяемая часть – трава (стебли, листья, цветки). Собирают с июня по август.

Химический состав не изучен. В старину водный настой растения применялся при длительном плохом настроении. Я советую вам применять его наружно в виде ванн от ломоты в суставах и мышцах.

Буквица лекарственная

(*семейство губоцветных*)

Лесное многолетнее пахучее травянистое растение с четырехгранным стеблем. Листья супротивные, продолговато-яйцевидные, городчатые, мягко опушенные. Цветки светло-пурпуровые, двугубые, собранные в колосовидное соцветие. Травя буквицы имеет неприятный, как бы пьянящий, запах и горький вкус. Время цветения – июнь – август. Встречается в европейской части России, на Урале, на Кавказе. Растет в лесах и зарослях кустарников. Применяемая часть – трава (стебли, листья, цветки). Время сбора – июнь – август.

Химический состав. Травя содержит алкалоиды, эфирное масло, горькие и дубильные вещества.

Применение. Водный настой буквицы широко применяется в народной медицине при трахеите, туберкулезе легких, сопровождающемся выделением обильной мокроты, расстройствах кишечника (поносах), желтухе, болезнях печени, нервных заболеваниях, обмороках, болях в суставах, при подагре и ревматизме и как кровоостанавливающее средство при легочных кровотечениях. Хочу отметить одну особенность: настой буквицы, применяемый с медом, обладает ранозаживляющим действием. В качестве такого наружного средства для промывания ран применяют настой или при-

кладывают к ранам свежие измельченные листья. Корень, употребляемый в небольших количествах, обладает слабительным действием, а в больших дозах – рвотным действием. При головной боли, длительном насморке используются измельченные сушеные листья в виде нюхательного порошка.

Вахта трехлистная

(семейство горечавковых)

Многолетнее травянистое растение с длинным, ползучим корневищем. Листья длинночерешковые, тройчатые, синевато-зеленого цвета с обратно-яйцевидными листочками. Цветки бело-розовые, воронковидные, собраны в продолговатую густую кисть. Плод – шаровидная многосеменная коробочка. Высота 15–30 см. Время цветения – май – июнь. Встречается в средней и северной полосах европейской части России, в Сибири и на Дальнем Востоке. Растет на топких берегах рек, озер, болот. Применяемая часть – листья. Время сбора – май – июнь.

Химический состав. Листья содержат горький гликозид мениантин и небольшое количество алкалоидов.

Применение. Водный настой листьев и спиртовая настойка их в виде капель употребляются в качестве горечи, возбуждающей аппетит, усиливающей секрецию пищеварительных желез и улучшающей перистальтику желудка и кишечника, в качестве желчегонного и слабительного средства.

Грыжник душистый

(*семейство гвоздичных*)

Многолетнее травянистое растение, прижатое к земле в виде розетки, желтовато-зеленого цвета, очень душистое. Листья мелкие, продолговатые. Цветы невзрачные, очень мелкие, желтовато-зеленые. Высота 5 – 20 см. Время цветения – июнь – июль. Встречается в степной полосе европейской части России, Западной Сибири, Средней Азии. Растет на сухих песчаных полях, выгонах, степных склонах. Применяется только свежая трава (стебли, листья, цветки). Сухое растение при хранении теряет свои лечебные свойства. Время сбора – июнь – июль.

Химический состав. Грыжник содержит глюкозид герниарин, эфирное масло, рутин, пахучее вещество с запахом свежего сена – кумарин. **Растение ядовитое.** *Применение.* При растирании грыжника с водой образуется пена, которая хорошо отмывает и смягчит кожу. В народной медицине водный настой грыжника употребляется как мочегонное средство при водянке, заболеваниях почек и мочевого пузыря, при ревматизме, подагре и артритах, грыжах и как вяжущее.

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.