

# Морковь

против опухолей  
и мочекаменной болезни



Мария ПОЛЕВАЯ



ВСЕ

КЛАДОВЫЕ  
ПРИРОДЫ

Кладовые природы

Мария Полевая

**Морковь против опухолей  
и мочекаменной болезни**

ИГ "Весь"

2017

УДК 61  
ББК 53.59

**Полевая М.**

Морковь против опухолей и мочекаменной болезни /  
М. Полевая — ИГ "Весь", 2017 — (Кладовые природы)

ISBN 978-5-9573-3240-4

Эффективно и безболезненно растворять и выводить камни из мочевого пузыря – одно из тех уникальных свойств, благодаря которому обыкновенная морковь стала излюбленным средством нетрадиционной медицины. Морковь не только восстанавливает минеральное и витаминное равновесие организма, но и помогает бороться с большим количеством недугов, в числе которых бесплодие, импотенция, заболевания сердечно-сосудистой системы и сахарный диабет. Богатое содержание бета-каротина, фитонцидов и других полезных веществ делает морковь незаменимым средством в профилактике и лечении рака и других болезней, связанных с ослаблением иммунной системы. В книге вы найдете большое количество рецептов уникальных и высокоэффективных лечебных средств, которые помогут вам излечиться от недугов и восстановить утраченное здоровье. Для широкого круга читателей. Данное издание не является учебником по медицине. Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом.

УДК 61  
ББК 53.59

ISBN 978-5-9573-3240-4

© Полевая М., 2017  
© ИГ "Весь", 2017

# Содержание

Введение	6
Глава 1	7
Глава 2	10
Коллекция целебных свойств	11
Конец ознакомительного фрагмента.	12

**Мария Полевая**  
**Морковь против опухолей**  
**и мочекаменной болезни**

Серия «Кладовые природы»

© ИГ «Весь», 2017.

\* \* \*

## Введение

Дорогие читатели, начну эту книгу с вопроса. Какой овощ вы бы назвали самым полезным? Разумеется, невозможно представить себе нашу жизнь без овощей. Сырые, вареные, пареные и жареные, они присутствуют в любом рационе. Все знают, что овощи – это не только вкусно, это еще и полезно для здоровья. И все-таки – какой из них самый-самый?

Думаю, первым делом вы вспомните про лук и чеснок – волшебных защитников от простуды... Кто-то подумает о красном перце – природной кладовой витамина А или свекле – прекрасном омолаживающем и очистительном средстве... И, конечно, обязательно найдутся читатели, которые назовут морковь. В основном, она известна как прекрасный врач для наших утомленных компьютерными мониторами, телевизорами и прочими благами цивилизации глаз. Между тем, этот привычный и любимый овощ совсем не так прост. Во-первых, морковку можно назвать овощем хорошего настроения. Уже оранжевый цвет моркови внушает оптимизм, особенно в наших широтах, когда шесть месяцев в году мы не избалованы яркими красками природы. А какая морковка бывает сладкая! И как вкусен ее сок! А если его еще смешать с яблочным... Все это прекрасно, скажете вы, но об этом мы и сами знаем. И вообще, что нового можно узнать об обыкновенной морковке?!

А хотя бы то, что морковь называют аптекой в миниатюре за редчайший состав витаминов и минеральных соединений. Этот овощ – одно из лучших тонизирующих, общеукрепляющих и витаминных средств.

Знаете ли вы, например, что морковь – одно из самых эффективных средств, дарованных нам природой, которые используются для профилактики сердечно-сосудистых и раковых заболеваний? Более того, с помощью морковки можно даже вылечить рак... А то, что она помогает восполнять грудное молоко, если его не хватает? А то, что из нее делают конфеты?

И наверняка мало кому известно, что тех самых фитонцидов, за которые мы так ценим чеснок и лук, содержится в сладкой вкусной морковке ничуть не меньше!

Еще один интересный момент: оказывается, морковный сок защищает организм от вредного воздействия алкоголя и лучше огуречного рассола смягчает похмелье (подробнее об этом в главе «Морковь против ста недугов»).

Если что-то из перечисленного выше для вас новость – прочитайте эту книгу! Вы сможете гораздо подробнее узнать об уникальных лечебных свойствах этого чудо-овоща!

Ведь нет такого органа в организме человека, который не нуждался бы в морковке, такой болезни, в лечении которой не пригодилась бы морковка...

## Глава 1

### Происхождение девицы-красы

Морковь – один из древнейших корнеплодов, известный людям более четырех тысяч лет. Ее родина – побережье Средиземного моря. Древний человек (морковь обнаружена в неолитических свайных постройках) выводил ее из горького и одревесненного корня дикой моркови.

Кстати, дикие виды моркови и по сей день произрастают во многих странах Европы, Азии и Северной Африки. Правда, дикая морковь не очень-то похожа на своего культурного сородича: корни у нее значительно тоньше. Крепкие мясистые корнеплоды – результат многовековой селекции. Считается, что процесс окультуривания моркови начался как раз около 4 тысяч лет тому назад. Причем поначалу это растение использовали только в лечебных целях. И лишь спустя какое-то время человек распробовал вкус морковных корешков. С тех пор редкая хозяйка может обойтись без моркови, готовит ли она первое или второе блюдо, и сейчас уже трудно себе представить нашу кухню без этого корнеплода. А вот о том, что морковь – это ценное лекарство, мы позабыли...

А ведь древнеримские писатели, восхваляя морковь в своих творениях, называли ее королевой овощей не за ее вкус, а именно за лечебные свойства. Врачи Древнего Рима и Греции использовали в качестве лекарства ее плоды, семена и ботву при лечении легочных заболеваний, болезней почек, глаз, геморроя, запоров, болезненном мочеиспускании и задержке мочи.

Морковь, как один из полезных даров природы, почитал и отец медицины Гиппократ.

Авиценна писал о целебных свойствах моркови следующее: «Корни дикой моркови пучат и закрепляют желудок, помогают при плеврите, хроническом кашле и водянке. Плоды и листья моркови помогают, если их прикладывать растолченными на разъедаемые гангреной раны, еще они помогают при трудной беременности. Семена моркови успокаивают рези в кишечнике, гонят мочу и возбуждают похоть».

---

#### Это интересно

*В средневековой Европе морковь избежала общей участи своих собратьев-овощей (баклажанов, свеклы, картофеля и других) – «инквизиции». Ее не запрещали, не стремились истребить... И все же в средневековье морковь не выращивалась повсеместно и долгое время на столах европейцев была редким деликатесом.*

*Видимо, поэтому в немецких средневековых сказаниях морковь считали любимым лакомством гномов – маленьких волшебных лесных человечков. Они же должны питаться самым вкусным и самым редким. Бытовало такое поверье, что если вечером отнесешь в лес миску с пареной морковью, то утром вместо моркови найдешь слиток чистого золота. Ночью гномы съедят морковь и щедро заплатят за любимое кушанье. Находились доверчивые люди, которые носили в лес миски с морковью, а находили ли они золото или нет, увы, мы никогда не узнаем.*

---

Примерно в то же время на Руси при каждом доме имелся огород, где наряду с другими овощами выращивалась краса-девица – морковь. Уже тогда русичи знали о целебных свойствах морковного сока, лечили им многие болезни, хотя в чем его целительная сила, объяснить не

могли. Уже в XIV веке русские лекари применяли морковь как слабительное и противоглистное средство. Лечили ею малокровие, гнойные раны, ожоги, плевриты, болезни печени и почек.

Знаменитый русский хирург Н. И. Пирогов сделал доклад в Обществе русских врачей (в 1843 году) «О чудесном действии свежескобленной моркови в раковидных язвах». Он рассказал в докладе о своем больном, который «имел рак на нижней губе с обнажением челюсти и общим худосочием тела». «Свежескобленный корень моркови, прикладываемый к раковидной язве, – пишет Пирогов, – оказал скоро свое действие. Язва очистилась и зажила».

В известной в прошлом книге В. В. Деринера «Сборник народно-врачебных средств, знахарями в России употребляемых», изданной в 1866 году, приводится ряд популярных в то время рецептов лечения морковью:

1. Смесь из тертой моркови и свеклы смачивают в известковой воде и прикладывают на золотушные коросты на голове.
2. Отвар из тертой моркови с медом дают роженицам в течение 9 дней для ускорения лактации, а кормилицам от «нагрубелости» в груди.
3. Сок или отвар моркови с медом принимают для изгнания глистов и растворения камней в почках.
4. Свежеприготовленным морковным соком поят детей при молочнице и обильном слюноотечении.
5. Отваром из семян моркови лечат кожные сыпи.

---

### *Это интересно*

*У гэлов Шотландии, жителей Хайленда и прилегающих к Шотландии островов, большим годовым праздником был день святого Михаила – 29 сентября. Святой Михаил был одним из самых почитаемых святых как у ирландцев, так и у шотландцев, даже у тех из них, которые принадлежали к протестантской церкви. Хотя день святого Михаила с давних времен относится к христианским праздникам, многие из обрядов, с ним связанные, – по своему происхождению и характеру явно языческие.*

*Так, за несколько дней до 29 сентября женщины и девушки отправлялись в поля для сбора моркови, которая играла существенную роль в ритуалах праздника. Во время ритуала женщины просили для себя хорошего потомства: «Потомства, самого лучшего потомства, потомства моему чреву» («Progeny, preeminent over every progeny, progeny on thy womb»). Дома женщины мыли собранную морковь и связывали ее в небольшие пучки красной шерстяной нитью в три оборота.*

*Паломничество к «святым местам», связанным с памятью о святом Михаиле, – основное событие праздничного дня. К определенному месту – часовне, например, – собирались люди из нескольких селений. Чаще ехали на лошадях – муж и жена на одной лошади, дети или шли пешком или тоже ехали парами на лошадях (причем обязательно мальчик с девочкой). На месте паломничества после краткой молитвы начинался круговой объезд «святого места» (circuiting) с востока на запад. Впереди всех ехал священник на белом коне, за ним попарно все остальные, распевая псалом о святом Михаиле. В заключение каждая девушка дарила парню, ехавшему с ней, пучок моркови с пожеланиями «потомства и благополучия», и он отвечал на это такими же пожеланиями.*

В следующих главах я расскажу вам о том, как чудодейственные свойства моркови, известные со столь давних дней, объясняются современной наукой.

## **Глава 2**

### **От красного до белого: какая она бывает и от чего помогает**

Официально садовая морковь называется *daucus carota*. Морковь – это двулетняя травянистая овощная и кормовая культура, представленная 60 видами, которые выращивают в средиземноморских странах, Африке, Австралии, Новой Зеландии и Америке, и, конечно, России. Различаются сорта моркови по цвету и форме корнеплодов, а также по содержанию в них биологически активных веществ. Максимальная активность по их формированию в моркови идет в сентябре.

У пищевых сортов, выращиваемых на территории России, окраска корнеплода красно-оранжевая, у кормовых – желтая или белая. Самая крупная морковь была выведена в Китае и Японии, такая морковь достигает в длину 1 м, в ширину не уступает крупной свекле.

Нам всем, конечно, знакома оранжевая морковь. Но многие из нас, наверняка, не знают, что оранжевой, видимо, в результате мутации, она стала не так уж давно – лишь в начале XVII века в Северной Европе.

Морковь бывает не только оранжевой, но и желтой, розовой, фиолетовой, красной и даже белой. Родиной сортов с оранжевыми и красными корнеплодами считается Средиземноморье, а желтая и белая морковь – родом из Центральной Азии. Цвет корнеплода зависит от содержания в нем природных красящих веществ – антоциана и каротина.

## Коллекция целебных свойств

Для лечебных целей используют корнеплоды, ботву и семена морковки. Семена содержат до 12 % жирного масла и до 1,5 % эфирного масла, даукостерин, флавоноиды. Цветы содержат антоцианы, флавоноиды. Ботва – фолиевую кислоту, витамин В2, каротиноиды и др.

Морковь богата также и другими химическими веществами, которые оказывают благотворное влияние на организм человека. Среди них – пантотеновая кислота, витамины А, В1, В6, D, Н, Е, К, РР, аминокислоты, крахмал, минеральные соли (калий, кальций, фосфор, среднее количество железа, марганца и цинка и др.), белковые вещества. Кроме того, в моркови содержится много сахара, преобладающим среди которых является глюкоза; небольшое количество пектиновых веществ, много клетчатки, лецитина и других фосфатидов.

Такой богатый набор необходимых для организма веществ при низкой калорийности – 33 килокалории в 100 г продукта – делает морковь диетическим, лечебным и питательным продуктом.

О некоторых полезных веществах, содержащихся в морковке, я расскажу подробнее, чтобы вы, дорогие читатели, знали, от каких недугов она может нам помочь.

Благодаря высокому содержанию *калия* морковь способна нормализовать деятельность сердца, помочь при болезни почек и регулировать водный баланс клеток. Если в организме не хватает калия, то возможны частые простудные заболевания, ухудшается умственная деятельность, появляется бессонница, депрессия. Недостаток этого микроэлемента сказывается и на работе желудочно-кишечного тракта, может появиться мышечная усталость, слабость, периодические головные боли.

Морковь содержит и *кальций*, необходимый для формирования костей и зубов, а также для профилактики суставных заболеваний. Недостаток этого вещества может вызвать кожные недуги. Кроме того, ионы кальция участвуют в обмене веществ, они поддерживают свертываемость крови в норме.

В моркови имеется и *фосфор*, который необходим для восстановления клеток и передачи нервных импульсов.

В состав моркови входят и соединения *железа*, основная функция железа в организме – участие в переносе кислорода. При его недостатке нарушается синтез гемоглобина, появляется утомляемость, седеют волосы, ногти становятся ломкими.

Считается, что ежедневное потребление морковки повышает потенцию. Это не случайно, ведь она содержит *цинк*, недостаток которого зачастую становится причиной утраты «мужской силы».

Специфический морковный запах корнеплодам и листьям придает *эфирное масло*, которое применяют как мочегонное и противоглистное средство.

Пурпурно-фиолетовый цвет придает плодам моркови *антоциан*. Такая морковь в последнее время приобретает все большую популярность в Америке. Это же вещество окрашивает в пурпурно-фиолетовый цвет свеклу, краснокочанную капусту, некоторые сорта базилика и листового салата. Антоциан помогает бороться с сердечно-сосудистыми заболеваниями и предотвращает раковые заболевания. Установлено также, что антоциан предотвращает вредное влияние радиации.

Профессор доктор медицинских наук С. А. Блинкин и врач Т. В. Рудницкая исследовали кожу темного винограда и красных овощей, чтобы ответить на вопрос, имеют ли антоцианы antimicrobial свойства. Для сравнения были взяты кожица белого винограда и белая свекла.

## **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.