

*Карманный
целитель*



Юрий Константинов

ПРИРОДНОЕ ЛЕКАРСТВО ЖИМОЛОСТЬ

**при гипертонии, псориазе, стенокардии,
бессоннице, язве, гастрите...**



Юрий Константинов
Природное лекарство
жимолость. При гипертонии,
псориазе, стенокардии,
бессоннице, язве, гастрите
Серия «Карманный целитель»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=26983245

Природное лекарство жимолость. При гипертонии, псориазе, стенокардии, бессоннице, язве, гастрите: Центрполиграф; Москва;

2017

ISBN 978-5-227-07643-4

Аннотация

Жимолость – это одно из самых ценных лекарственных растений, плоды которого обладают замечательными полезными свойствами. Они низкокалорийны, не содержат жиров, практически не теряют своих целебных свойств при сушке и замораживании. Рекомендованы к употреблению в качестве противовоспалительного, антибактериального, желче- и мочегонного, противогрибкового, антиоксидантного и противовирусного средства. Хорошо помогает жимолость при

болезнях желудка и кишечника. Используется для укрепления зрения. Обладает отшелушивающими свойствами, в результате чего нашла свое применение в лечении различных кожных заболеваний... Часто используется жимолость в кулинарных рецептах и для поддержания красоты. Как вырастить и применять эту чудо-ягоду, читайте в книге.

Содержание

Предисловие	6
О растении жимолость	8
Из истории растения	8
Выращивание куста на участке	14
Состав и действие на организм	18
Конец ознакомительного фрагмента.	23

**Юрий Константинов
Природное лекарство
жимолость. При
гипертонии, псориазе,
стенокардии, бессоннице,
язве, гастрите...**

© Константинов Ю., 2017

© «Центрполиграф», 2017

* * *

Предисловие

Жимолость – это кустарник, который растет повсюду, чьи темно-синие сочные ягоды полны полезных витаминов, минералов и кислот. Полезна не только ягода жимолости, но и листья, и цветки этого куста способны вылечить разнообразные заболевания. Ее название происходит от двух слов: «молодость» и «жизнь», ведь в ягодах данного кустарника жимолости в большом количестве содержится селен, а это – всем известный «элемент молодости».

Ее разновидностей насчитывается около сотни, но употреблять в пищу можно всего один – съедобный сорт – жимолость съедобную. Именно этот сорт содержит полезные свойства для человека и подразделяется еще на пять видов: камчатская, алтайская, кавказская, синяя и каприфоль. Эта долговечная культура обычно достигает в высоту метр – полтора, период цветения с середины мая по август. Ягоды жимолости съедобной всегда продолговатой формы, имеют синий или темно-синий цвет. На вкус кисло-сладкие, обычно сочные и немного похожи на голубику.

В отличие от съедобной, жимолость обыкновенная имеет совершенно другую форму и окраску ягод: они круглые, имеют красный, оранжевый и черный цвета. Чаще всего растут в лесу, но не только в виде кустарников – иногда представляют собой вьющиеся растения. В народе они получили

название «волчьи ягоды».

Жимолость – это одно из самых ценных лекарственных растений, плоды которого обладают замечательными полезными свойствами.

Плоды жимолости низкокалорийные, не содержат жиров, практически не теряют своих целебных свойств при сушке и замораживании. Они рекомендованы к употреблению в качестве: противовоспалительного; антибактериального; желче- и мочегонного; противогрибкового.

Жимолость также применяется как антиоксидантное и противовирусное средство. Хорошо помогает при болезнях желудка и кишечника. Используется для укрепления зрения. Обладает отшелушивающими свойствами, в результате чего нашла свое применение в лечении различных кожных заболеваний.

Часто используется жимолость и в рецептах красоты.

Жимолость используется в кулинарии и виноделии.

О растении жимолость

Из истории растения

Голубая жимолость издревле произрастала в Сибири, на севере Китая и в северной Японии. Ее ягоды использовались местными жителями на протяжении тысяч лет в лекарственных целях, о чем свидетельствует богатое наследие, оставленное в русском и восточном фольклоре.

О жимолости и об обнаружении ее целебных свойств рассказывается в одной древнекитайской легенде. В стародавние времена в небольшой китайской деревеньке жила молодая семья. Родились у них две девочки-близняшки. Назвали дочек очень поэтично – Золотой Цветок и Серебряный Цветок. Шло время, девочки росли. Они все время проводили вместе, никогда не ссорились, все дела у них спорились, и все получалось. Сестры поклялись никогда не разлучаться. Прошло еще несколько лет. Девочки выросли. И вот уже они отметили свой семнадцатый день рождения, как совершенно внезапно заболела одна из сестер – Золотой цветок. Доктор, который пришел ее лечить, только развел руками – болезнь оказалась тяжелая и неизлечимая. И дело усугублялось тем, что болезнь эта была заразная. Но сестры были настолько близки и привязаны друг к другу, что рекомендации док-

тора не смогли убедить вторую сестру держаться подальше от больной. Серебряный Цветок не отходила от сестры, ухаживала за ней и приободряла, но болезнь была действительно коварной – вскоре она также заболела. Спустя несколько дней сестры-близняшки умерли, они были неразлучны буквально до последнего вздоха. Похоронили их вместе, зная об их клятве и проникшись безграничной верностью. Весной же, когда вся природа оживала и радовалась теплу и солнцу, расцветали деревья, и зелень буйствовала, на могиле сестер вырос один лишь кустарник. Зато как он цвел! За нежными желтыми и белыми цветами не видно было зеленых листьев! Люди приходили на кладбище, дивились и любовались на эту картину, и решили, что цветы эти стали воплощением двух сестер – Золотого и Серебряного Цветка.

И вот снова в этой же деревушке в другой семье заболели две другие маленькие девочки-близняшки. Заключение доктора вновь было безнадежным. Вернулась та болезнь, от которой не было лекарства, и которая унесла уже две молодые жизни. Но, как известно, надежда умирает последней. Родители больных малышей пошли к могиле сестер, о которой так много все говорили. Они воззвали их о помощи, нарвали цветов, и белых, и желтых. Отваром из них родители стали отпаивать своих дочерей. И случилось чудо. Неизлечимая болезнь отступила, и девочки вскоре совсем поправились. Жители деревни, узнав о чудесном исцелении, назвали чудодейственное растение в честь сестер-близнецов – Золо-

тисто-Серебряный Цветок. И стали с тех пор использовать его лечебные свойства от разных заболеваний.

Наряду с древнекитайской легендой о сестрах-близнецах, существует подобная легенда о влюбленной паре. В легенде о трагической любви между философом-богословом Абиляром и юной девушкой Элоизой этот кустарник наконец-то соединил возлюбленных, но, к сожалению, уже после их кончины – растение оплело своими стеблями их надгробья.

В славянских языках это растение получило название от старого белорусского слова «жимолоць» – «растение с крепкими жилками». Можно романтизировать, что в названии сочетаются два сокращенные слова: «жизнь» и «молодость».

Голубая жимолость не была известна на наших территориях до 1756 года, когда о ее полезных и питательных свойствах упомянул русский ботаник и путешественник Степан Петрович Крашенинников в своей книге «Описание земли Камчатки».

Считается что впервые выращивать голубую жимолость в коммерческих целях начали в Японии в 50-х годах XX века. Жители японского острова Хокайдо называли жимолость хашика-пу, что означало «много подарков на ветке» и использовали ее для приготовления джемов, а также алкогольного напитка на основе рисовой водки.

Сейчас в природе насчитывается почти 200 видов жимолости. Этот неприхотливый кустарник распространен практически по всему миру. Большинство он растет в Север-

ном полушарии Европейских стран, Америке. Исключение составляют только районы тундры и Крайнего Севера. Есть виды жимолости, которые растут на Кавказе, Средней Азии. Наиболее известная японская жимолость, которая растет в Китае, Японии и еще ряде стран азиатского континента.

В старину прочная древесина жимолости использовалась на ружейные шомпола, коклюшки для плетения кружев. Большинство жимолостей произрастают в районах с умеренным климатом, в подлеске смешанных лесов. В России их более пятидесяти. Ближайшие родственники – калина и бузина.

Изучением жимолости занимался еще И.В. Мичурин. Именно ему принадлежат первые культурные растения. Сейчас выведены сорта жимолости с круглыми или продолговатыми ягодами. Они могут отличаться по цвету. Есть ягоды синие, а есть темно-фиолетовые, почти черные. По размеру ягоды могут быть от 8 до 12 миллиметров и совершенно разные по вкусу.

Из всего многообразия жимолости съедобными считаются только три вида. У нас это жимолость обыкновенная. Остальные сорта жимолости ядовиты и их ягоды употреблять в пищу опасно для здоровья. Отличить съедобную жимолость от несъедобной можно по цвету ягод. У несъедобной они бывают желтые, почти оранжевые и красные. У съедобной жимолости – синие, темно-синие, фиолетовые, покрытые беловатым восковым налетом.

Жимолость можно выращивать и дома, но только один ее вид – жимолость японская.

В трактовке астрологов – планета-покровитель жимолости – Юпитер, благоприятствующая стихия – Земля. И одно, и другое напрямую связано с материальным благополучием, привлечением финансов. Поэтому, астрологи советуют тем, кому нужно улучшить свое финансовое положение, применять жимолость в совокупности со свечами – аромат приятный, располагающий к расслаблению и успокоению, и деньги притягивает.

Согласно древним поверьям, если во дворе в непосредственной близости от дома росла жимолость, то это обязательно приносило в семью, которая проживала в нем, удачу и процветание. А если ветви этого кустарника нависали над входной дверью, то в доме никто не страдал лихорадкой и простудными заболеваниями.

Собрав высушенные части растения в полотняный мешочек, можно привлечь в дом счастье и радостное настроение.

Жимолость способствует развитию и экстрасенсорных способностей у человека, для этого используют живые цветы, которые растирают в руках, а затем намазывают ими лоб. Также это растение способствует активизации творческих способностей и пробуждает вдохновение. Аромат цветов жимолости хорошо успокаивает нервную систему и дарит ощущение радости, поэтому помогает в борьбе с нервозностью, стрессом и депрессией.

Жимолость – растение, которое является символом вечной любви и преданности.

Выращивание куста на участке

В Средней полосе плоды жимолости успевают обогнать по созреванию землянику, значит, можно наслаждаться необыкновенным вкусом этих ягод раньше остальных, а заодно и получать витамины и минералы, которые в большом количестве содержат плоды.

Высокую урожайность жимолости могут обеспечить только высокопродуктивные сорта. Именно сорт во многом решает успех дела. Для употребления в свежем виде, то выбирайте урожайные сорта с десертным вкусом, разного срока созревания, например: Амазонка, Длинноплодная, Мария, Елизавета, Заречная. Для переработки или заморозки подойдут сорта с небольшой кислинкой или горчинкой, например Ленита, Герда, Голубое веретено. Для получения максимального урожая важно посадить на участке разноразные кусты группами по 3–4 штуки.

Жимолость к качеству почвы не особо требовательна, но наиболее хорошие урожаи стоит ожидать на средних по составу нейтральных, слабокислых почвах. Любит влагу, но на чрезмерное заболачивание реагирует негативно. В засушливые весны требует дополнительного полива, иначе ослабляется рост побегов, уменьшается размер ягод, их вкусовые качества, может снижаться урожай текущего и последующих годов. Следует учесть, что грунтовые воды на приусадеб-

ных участках, где выращивается жимолость, не должны быть ближе 1 метра от поверхности почвы.

Процесс выращивания жимолости начните с выбора подходящего места. Для начала следует знать, что этот вид кустарника долгожитель – может плодоносить более 20 лет.

Весной она рано пробуждается (почки начинают распускаться в последней декаде марта – начале апреля). В этот период ее нельзя тревожить, иначе растение ослабнет и урожая можно в текущем году не дожидаться. Если все-таки есть острая необходимость посадить или пересадить жимолость именно весной, то делать это можно исключительно путем перевалки, не разрушая земляной ком.

Лучший срок посадки жимолости – ранняя осень. Расстояние между растениями – 1–1,5 м. Размеры ям – 60×60 см. Глубина посадки саженца – вровень с поверхностью почвы. В вынутую из ям землю добавляют органику (перепревший компост или навоз), гранулированный суперфосфат (40 г), калийную соль (30 г) и 200 г древесной золы (количество удобрений указано из расчета на каждый куст). Из полученной землесмеси в лунке насыпают холмик такой высоты, чтобы при размещении на нем саженца его корневая шейка была ниже уровня ямы на 3–5 см. Затем корни жимолости расправляют, засыпают оставшейся землей и поливают. Приствольный круг мульчируют для снижения скорости испарения влаги из почвы.

Жимолость съедобную при посадке не нужно подвергать

обрезке как другие ягодные кустарники. В противном случае развитие растения и его плодоношение притормозится. Обрезать стоит лишь 16–20 летний взрослый куст для его омоложения. В этом случае постепенно (каждый год) у него осторожно удаляют переставшие плодоносить скелетные ветки.

Жимолость в уходе довольно проста. Первые три года жизни саженцев уход заключается в поливке, рыхлении приствольных кругов, удалении сорняков и борьбе с вредителями и болезнями. Органические удобрения вносят ежегодно осенью.

Когда начинает таять снег, весной под кустами рассыпают азотные удобрения (например, аммиачная селитра) по 1 столовой ложке на каждое растение или поливают раствором мочевины (25–30 г на ведро воды). После сбора урожая проводят вторую подкормку нитроаммофоской (25 г на 10 литров воды) или настоем коровяка (1:10). В конце лета вносят по 100 г древесной золы и 30–40 г двойного суперфосфата на 1 м².

Поливают жимолость с учетом климатических условий. Если лето нежаркое, то количество поливов за сезон составляет 3–4 раза. На каждый куст потребуется 10 литров воды за один раз. При недостатке влаги качество ягод снизится – они приобретут горечь. После полива или дождей почву под жимолостью рыхлят. Для сохранения влаги лучше ее замульчировать.

Укрывать жимолость съедобную на зиму нет необходимости. Это кустарник хорошо переносит низкие температуры.

Ягоды жимолости нравятся не только людям, но и пернатым «помощникам». Позаботьтесь о защите созревающих ягод от дроздов защитной сеткой и другими отпугивающими средствами.

Заготовка жимолости. Цветки и листья растения заготавливают в период цветения жимолости.

Молодые веточки также заготавливают весной в период цветения. Веточки нарезают небольшими кусочками и сушат в проветриваемом помещении.

Можно заготовить веники для бани. Для этого срезанные веточки связывают в пучки и подвешивают на чердаке.

Кору заготавливают ранней весной. Сушить ее лучше в электросушилке или плите при температуре не выше 45 °С.

Ягоды заготавливают по мере созревания. Их можно сушить или заморозить. В замороженном виде они полностью сохраняют свои лечебные свойства.

Состав и действие на организм

Изучением жимолости занимаются в России, Польше, Чехии, Японии, Канаде, Китае. Согласно проведенным многочисленным исследованиям в жимолости было найдено огромное количество полезных для жизнедеятельности человека веществ. Это витамины, микроэлементы, органические кислоты (яблочная, янтарная, щавелевая, лимонная, аскорбиновая), антиоксиданты, пектины, дубильные вещества и многое другое.

Глюкоза:

– является основным и наиболее универсальным источником энергии для обеспечения метаболических процессов.

Фруктоза:

– при сахарном диабете разрешается употреблять фруктозу вместо сахара,

– во время физических нагрузок фруктоза сгорает постепенно, не вызывая быстрого подъема уровня сахара в крови, что способствует накоплению гликогена в мышечных тканях, тем самым организм равномерно обеспечивается энергией,

– применяется как лекарственный препарат в случаях поражения печени, дефиците глюкозы, глаукоме, остром отравлении алкоголем,

– отличный природный консервант, она хорошо растворяется, имеет свойство сохранять влагу, и с её помощью прекрасно сохраняется цвет блюда.

Галактоза:

- предотвращает болезни нервной системы,
- регулирует работу пищеварительных органов,
- важна для создания клеточных мембран,
- участвует в производстве гемицеллюлозы (для поддержания структуры клеток),
- положительно сказывается на работе центральной нервной системы,
- предотвращает возникновение болезни Альцгеймера,
- является компонентом липидов, содержащихся в соединительной ткани, мозге, крови.

Сахароза:

- обеспечивает организм человека необходимой для его полноценного функционирования энергией,
- улучшает мозговую деятельность человека,
- стимулирует защитные функции его печени от воздействия токсических веществ.

Щавелевая кислота:

- увеличивает секрецию желудка и поджелудочной железы;
- участвует в кроветворении, снабжая организм железом, калием и магнием;
- улучшает работу ЖКТ, стимулируя вялый кишечник.

Яблочная кислота:

- помогает справиться с запорами;
- способствует нормализации пищеварения;
- улучшает состояние кровеносных сосудов;
- укрепляет зрение;
- стимулирует образование эритроцитов;
- улучшает обмен веществ;
- стимулирует расщепление жиров и углеводов, эффективно борясь с лишними килограммами.

Янтарная кислота:

- стимулирует выработку энергии;
- снижает уровень холестерина;
- обезвреживает свободные радикалы;
- уменьшает негативное влияние длительного приема лекарственных препаратов;
- улучшает коронарное кровообращение;
- снижает уровень мочевой кислоты, благодаря чему в короткие сроки восстанавливается подвижность суставов;
- повышает работоспособность;
- оказывает расслабляющий эффект на нервную систему;
- стимулирует естественную выработку инсулина, снижая тем самым содержание сахара в крови;
- нормализует кишечную флору;
- улучшает репродуктивные функции.

Лимонная кислота:

- повышает аппетит;

- ускоряет обменные процессы;
- расщепляет жиры;
- выводит токсины;
- стимулирует обновление клеток;
- повышает эластичность кожи;
- укрепляет иммунитет.

Аскорбиновая кислота:

- принимает участие более чем в 300 биологических процессах в организме,
- особенно можно выделить синтез коллагена – белка, образующего соединительную ткань, которая «цементирует» межклеточное пространство.

Фолиевая кислота:

- водорастворимый витамин В₉, необходимый для роста и развития кровеносной и иммунной систем,
- положительно влияет на кровеносную и иммунную системы,
- необходима для процессов обновления всех типов клеток, какие только входят в состав организма.

Катехины:

- органические флавоноиды уникальны своим антиоксидантным действием,
- антибактериальные свойства.

Лейкоантоцианы:

- выполняют противоопухолевую функцию.

Гликозиды:

– оказывают благотворное воздействие на сердечно-сосудистую систему, поскольку обладают и кумулятивным, и кардиотоническим свойствами;

– оказывают диуретическое и успокаивающее действие.

Дубильные вещества:

– изменяют строение белка, вследствие чего образуется защитная альбуминатная пленка, которая оказывает на микроорганизмы бактерицидное либо бактериостатическое действие;

– обладают вяжущими свойствами, а потому применяются наружно при лечении заболеваний ротовой полости, ран и ожогов. – при расстройствах ЖКТ.

Бетаин:

– благодаря желчегонным свойствам улучшает процесс пищеварения в организме человека.

Пектин (пищевая добавка E440):

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.