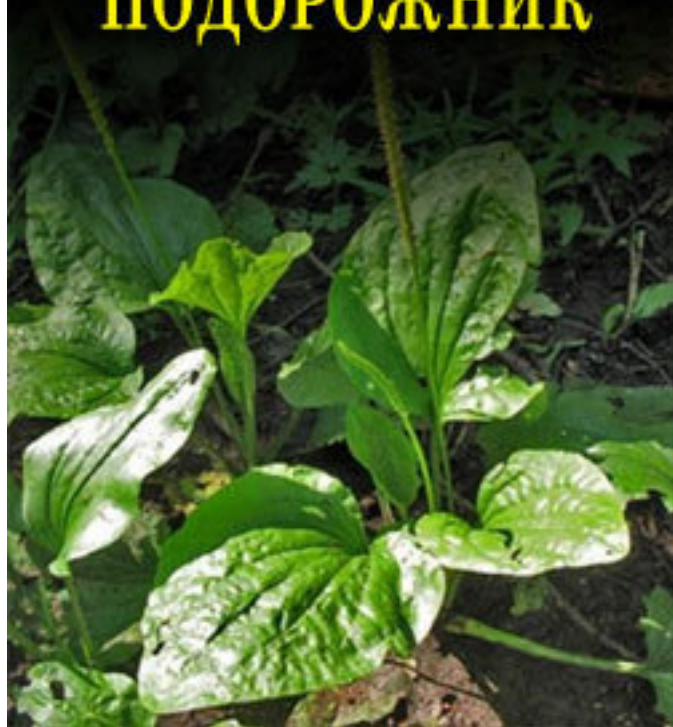


ЦЕЛИТЕЛЬНЫЙ ПОДОРОЖНИК



Иван Ильич Дубровин

Целительный подорожник

Серия «Целительные растения»

предоставлено правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=176286

Иван Дубровин «Целительный столетник»: © «Научная Книга»;

Аннотация

Помните, как в детстве, поранив коленку, Вы тут же прикладывали к ней подорожник? О том, что эта трава целебная, знают, пожалуй, все, но мало кому известно, что кроме останавливания крови и «вытягивания» нарывов, подорожник способен творить еще немало чудес, помогая людям вновь обрести утраченное здоровье. Если Вы хотите поближе познакомиться с этим нашим «знакомым незнакомцем», то эта книга – как раз то, что Вам нужно.

Содержание

Введение	4
Глава I	6
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Иван Ильич Дубровин

Целительный подорожник

Введение

Интересно, сколько раз вы проходили мимо этого скромного растения, не замечая его? Наверняка не раз и не два. А между тем, помнить о таких полезных дарах природы надо всегда. Находятся они совсем рядом с вами – стоит только руку протянуть, но не замечаете вы их!

А зря. Как часто в этих растениях заключена такая целительная сила и столько полезных свойств, сколько вы не найдете даже в самом дорогом импортном лекарстве. И вовсе мы не хотим критиковать зарубежную фармакологию: просто дело в том, что в живых растениях заключено очень много природной силы, какую порой не найдешь ни в одном лекарственном средстве, которых так много имеется в продаже.

Не случайно же испокон веков развивалась и продолжает развиваться народная медицина, которая основывается на целебных свойствах растений.

Вот и в этой книге мы расскажем вам о том, что же за «сила великая» заключена в обыкновенном подорожнике.

О том, как были открыты целительные свойства этого рас-

тения и в чем они заключаются, вы узнаете из нашей книги.

И это еще не все: одна из глав книги предназначена специально для наших очаровательных дам, которые никогда не забывают о том, что некрасивых женщин не бывает, и, действуя по этому принципу, постоянно ухаживают за своей кожей, чтобы эта красота не увяла, не состарилась.

Наконец, содержание одной из глав может быть интересно тем, кто любит экспериментировать, ведь из подорожника готовят оригинальные и, что самое главное, вкусные и витаминные блюда.

Если все, о чем мы рассказали, заинтересовало вас, то хотим пожелать вам приятного чтения.

Глава I

Подорожник – кто он и откуда

А теперь пришло время поговорить о том, что же это за растение – подорожник? Поскольку подорожник для большинства из вас – это «знакомый незнакомец», то есть нечто, находящееся всегда рядом, на самом виду, но так и не раскрытое и не рассмотренное, нам надо начать, вероятно, с того, почему подорожник получил такое название?

А говорит название этого скромного растения само за себя. Вслушайтесь в это слово: подорожник, то есть «растущий по дорогам». И действительно, подорожник растет в основном у дорог, а также возле домов, на пустырях – так близко к нам. А еще подорожник любит расти... на мусорных местах! Так что найти подорожник вам никогда не составит труда, только внимательно оглянитесь вокруг, и вы увидите его круглые листья со стрелочками, полными семян. Вот так близко растет подорожник к человеку!

А если уж говорить о том, где любит расти подорожник, так сказать, в природе, не с человеком, а в более естественном для него мире, то заметим, что очень любит это скромное неприхотливое растение селиться под кустарниками, на сухих склонах, на лесной опушке, на полянах. Как видите, и здесь найти его не составит ни малейшего труда. Возможно,

сейчас лучше всего и искать его в лесах, ведь экологическая ситуация сегодня находится далеко не на высоте, и использовать в лечебных (а тем более в кулинарных) целях подорожник, собранный вами, скажем, по краю шоссе, будет далеко не безопасно.

А если уж говорить о месте распространения этого растения, то просто удивительно, где только он не растет! В самом деле, это очень неприхотливое растение, ведь если рассматривать всю территорию России и даже бывшего Советского Союза, то окажется, что растение это невозможно найти, пожалуй, только в Арктике и пустыне. Ну скажите, какое еще растение может сравниться по степени распространенности с подорожником? Пожалуй, ни одно.

Мы говорим: подорожник. А знаете ли вы, что существует несколько разновидностей этого растения? И вообще: целое семейство растений носит название «подорожниковые».

Вот и давайте разберемся в том, какие же представители этого уважаемого семейства распространены у нас, на территории нашей страны.

Оказывается, на территории России распространены, по крайней мере, четыре разновидности подорожника: подорожник большой, подорожник средний, подорожник блошный и подорожник ланцетолистный. Расскажем вкратце о каждом из них.

Пожалуй, самым «солидным» представителем этого семейства является подорожник большой. Что это за растение?

Начать характеристику любого растения из семейства подорожниковых следовало бы словами: «Многолетнее, травянистое». Это, действительно, так, поэтому, собирая подорожник, будьте осторожнее: не вырывайте растение с корнем, и на будущий год оно вырастет на том же самом месте.

Описывая подорожник большой, обязательно упомянем, что листья этого растения крупные и, как это называется в ботанике, крупночерешковые. Они овальной формы, с двумя-тремя длинными жилками (в форме дуги).

Подорожник большой, как и любое другое растение этого же семейства, цветет, причем соцветие это имеет форму большого, даже будто бы пушистого колоса, в котором все цветки (а потом и семена) плотно прижаты друг к другу.

Есть у подорожника, конечно, и плоды, но только вот разглядеть их бывает довольно сложно. Однако если вы возьмете в руки «стрелку» подорожника, то увидите, что в пору цветения колос покрывается мелкими цветками, с венчиком, четырьмя тычинками и пестиком.

А вот в период созревания цветки превращаются в плоды, каждый из которых, при ближайшем рассмотрении, напоминает коробочку с «крышечкой», в которой «спрятано» одно семя.

Распространен у нас и подорожник средний. Отличается он тем, что, в отличие от подорожника большого, у этого растения листья слегка опушенные и как бы зубчатые, хотя зубчики эти почти незаметны. Листья, как и у подорожника

большого, прижаты к земле. Соцветие – это густой колос, а семена – плоские с одной стороны.

Подорожник блошный отличается от других разновидностей этого семейства тем, что это растение однолетнее. Листья у него выглядят не так, какими мы привыкли их видеть у любого представителя подорожниковых. Они длинные (до 6 см) и очень узкие (всего лишь 2–4 мм).

Колос у подорожника блошного короткий и густой, а плоды – это коробочки, в каждой из которых находится по два семени.

Следует знать, что подорожник блошный почти не распространен на территории нашей страны, видимо, потому, что он предпочитает расти на галечниках и засоленных участках в предгорьях, что не совсем характерно для наших мест.

Однако эта разновидность подорожника в настоящий момент выращивается в специализированных хозяйствах для применения в медицинских целях.

И, наконец, подорожник ланцетолистный. Листья у этого представителя семейства подорожниковых имеют форму ланцета. Они удлинённые и острые, в отличие от подорожника большого и среднего. На каждом листе вы можете насчитать от трех до пяти жилок.

Но несмотря на то, какая из трех разновидностей этого растения вам встретится, не сомневайтесь в том, что любая из них является очень полезной для нас всех.

После того как мы с вами познакомились с представителями этого замечательного семейства, давайте скажем несколько слов и о том, как же все-таки были открыты полезные свойства этого растения.

О первом случае, когда человек понял, насколько полезен для него подорожник, история, конечно, умалчивает. Возможно, человек просто поранился и, желая остановить кровь, случайно приложил к ране именно эти большие прохладные листья с прожилками. Рана затянулась быстрее, чем он думал, и с тех пор опыт этого человека стал передаваться из поколения в поколение.

Конечно, это было только ничем не подкрепленное предположение, но факт остается фактом: полезные свойства подорожника были открыты, причем сделано это было уже очень давно.

Так, например, не подлежит сомнению тот факт, что целительные свойства подорожника были известны еще в Древней Греции и Древнем Риме (это уже совершенно точно установлено), и в медицинских трактатах того времени название этой травы упоминалось очень часто.

Само собой, что название этого растения звучало по-разному на разных языках. Например, на латинском языке название «подорожник» звучит так: *Plantago*. Кстати говоря, именно это название и утвердилось в научной медицине, ведь латинский язык, как вы знаете, стал официальным языком этой обширной и интересной сферы знаний.

А еще вполне достоверным является сведение о том, что к X веку целительные свойства этого необыкновенного растения использовались и в Персии: арабские и персидские врачи часто применяли это растение как лекарственное средство.

А на Руси? Конечно, и здесь полезные свойства подорожника стали уже давно известны. Не случайно у этого растения, помимо основного названия, есть и другие, народные: такие, например, как ранник (это название указывает на одно из свойств подорожника – заживлять раны). На Украине это растение называют поризник (от слова «пориз» – порез, то есть вновь в названии дается указание на основное свойство подорожника – ранозаживляющее), а также бабка узколиста и чирьевая (последнее название очень широко распространено в Карелии).

Как видите, растение это очень распространено, и не только на территории нашей страны, так что полезные свойства этого растения знакомы, наверно, многим из вас.

Если позволить себе небольшое лирическое отступление, то можно было бы сказать, что подорожник могли бы сделать своим гербом путешественники, странники, путники, ведь куда бы они ни пошли, это растение, растущее у дорог, встретится им везде.

Однако мы несколько отвлеклись от нашей основной темы и поэтому вернемся к разговору о том, что же это за растение – подорожник.

Конечно, подорожник чаще всего, пожалуй, используется как лекарственное средство, хотя и других свойств этого уникального растения можно назвать очень много, о чем мы в свое время еще поговорим.

А теперь, поскольку вы, наверно, уже решили для себя, что обязательно узнаете все о свойствах подорожника, давайте скажем несколько слов о том, как правильно собирать и хранить подорожник, ведь именно от этого зависит, окажется ли в ваших руках ценное лекарственное средство или нет.

Прежде всего скажем, что у подорожника (независимо от того, к какой разновидности он относится), применяемой частью являются не только листья (это вы, конечно, знаете), но и соцветия, и семена, и сок, получаемый из свежих листьев (об этом мы вам еще расскажем в главе о целительных свойствах подорожника).

Далеко не о каждом растении можно сказать, что оно применяется в медицине практически полностью! Вы ведь знаете, что у одних растений все их полезные свойства заключаются в листьях, у других – в цветках, у третьих – в корнях. А вот подорожник в этом плане просто на редкость универсален, как, пожалуй, никакое другое растение.

Собирая подорожник, помните, что соцветия и листья этого растения собирают во время его цветения. Справедливо считается, что именно в это время растение «входит в полную силу».

В этом смысле подорожник очень интересен тем, что цветет он с июня по сентябрь, что вовсе не свойственно каждому растению. Так что собирать это растение можно все лето, не беспокоясь о том, что лекарственные свойства растения в зависимости от времени его сбора будут выражены меньше, чем вам хотелось бы.

А так как у подорожника применяемой частью являются и семена, то их, естественно, надо собирать в момент полной спелости. Спелость у подорожника определить очень просто, внимательно рассмотрев его «стрелочки»: если семена, из которых такая стрелочка состоит, уже слегка побурели, то смело срывайте этот «колос»: вы успели как раз вовремя.

Несколько правил по сбору и хранению этого растения. Собирайте подорожник только в сухую погоду. Лучше всего делать это утром – в то время, когда на листьях уже высохла роса. Соблюдать время сбора надо потому, что влажные листья сушатся гораздо дольше по сравнению с сухими.

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.