

В. В. Бородин

# Травы с эффектом антибиотиков



# **В. В. Бородин**

## **Травы с эффектом антибиотиков**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=6184602](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6184602)*

*В. В. Бородин. Травы с эффектом антибиотиков: Научная книга; 2013*

### **Аннотация**

В наше время об антибиотиках – органических веществах, подавляющих рост и развитие бактерий, вирусов и других микроорганизмов – знают почти все. Открытые более века тому назад антибиотики сыграли огромную роль в исцелении человечества от многих, зачастую очень серьезных заболеваний, уносивших в периоды инфекционных эпидемий миллионы жизней. Сегодня доказано, что на долю инфекционных заболеваний приходится 50–60 % всех болезненных состояний человека, а подхватить инфекцию можно где угодно. В воздухе, которым мы дышим, особенно в наших квартирах и задымленных офисах с курящими работниками, в почве и воде встречаются самые разные микроорганизмы, в том числе и болезнетворные. Так что «мини-людоеды», как еще называют вредные для жизни человека микробы, подстерегают нас повсюду. А ведь помимо них не менее серьезные заболевания вызывают грибки и вирусы. Вот почему антибиотики не зря признаны спасителями человечества.

# Содержание

Введение	5
Глава 1. Фитотерапия	10
Конец ознакомительного фрагмента.	21

# **В. В. Бородин**

## **Травы с эффектом антибиотиков**

*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

В наше время об антибиотиках – органических веществах, подавляющих рост и развитие бактерий, вирусов и других микроорганизмов – знают почти все. Открытые более века тому назад антибиотики сыграли огромную роль в исцелении человечества от многих, зачастую очень серьезных заболеваний, уносивших в периоды инфекционных эпидемий миллионы жизней. Сегодня доказано, что на долю инфекционных заболеваний приходится 50–60 % всех болезненных состояний человека, а подхватить инфекцию можно где угодно. В воздухе, которым мы дышим, особенно в наших квартирах и задымленных офисах с курящими работниками, в почве и воде встречаются самые разные микроорганизмы, в том числе и болезнетворные. Так что «мини-людоеды», как еще называют вредные для жизни человека микробы, подстерегают нас повсюду. А ведь помимо них не менее серьезные заболевания вызывают грибки и вирусы. Вот почему антибиотики не зря признаны спасителями человечества.

К числу самых распространенных вирусов относят стафилококки. В организме человека они присутствуют постоянно, вызывая всевозможные нагноения. Естественная среда обитания стафилококков – кожа и слизистые оболочки. Так что малейшее повреждение кожи и слизистых оболочек на

фоне пониженной общей сопротивляемости организма, открывают «ворота» для стафилококковой инфекции.

Не менее распространены другие микроорганизмы, которые носят название стрептококков. Хотя во внешней среде и в нашем организме они встречаются значительно реже, однако нет такого органа, который был бы застрахован от поражения ими. Особенно тяжело протекают стрептококковые инфекции в случаях ослабления иммунитета.

В нашем кишечнике обитает кишечная палочка – бактерия, считающаяся условно патогенной, так как она обычно не оказывает отрицательного воздействия на организм. Тем не менее неприятностей своему хозяину она доставляет много. Особое место среди патогенных бактерий занимают клебсиеллы, способные вызывать у человека воспаление легких, гнойные и фибринозные плевриты, перикардит, менингит, гайморит и прочие неприятные недуги. Зачастую даже больничная койка не спасает пациентов от внутрибольничной инфекции. Возбудителем ее часто является синегнойная палочка. Попадая в ослабленный организм больного, она вызывает тяжелейшие осложнения.

Особняком стоят грибковые заболевания. На сегодняшний день известно около 400 грибов, являющихся возбудителями различных заболеваний человека. Пальма первенства принадлежит дрожжеподобным грибкам из рода кандиды, вызывающим такое неприятное заболевание, как кандидоз (молочница). Несмотря на то, что кандидозы плохо под-

даются лечению, грибок весьма чувствителен к летучим фитоорганическим веществам, выделяемым лавандой, мятой, розмарином, миртом и другими, преимущественно эфирно-масличными, растениями. Именно поэтому их полезно выращивать не только на приусадебных участках, в садах, но и на подоконниках.

Врачи назначают синтетические антибиотики, как только начинается воспалительный процесс в организме, но зачастую лекарственные препараты вызывают побочные эффекты. В то же время с опасными инфекционными заболеваниями особенно на ранних стадиях развития болезни и тем более в качестве профилактического средства зачастую могут справиться травы и другие растения, обладающие свойствами антибиотиков. Они буквально окружают нас, и очень жаль, что о таких культурах многие до сих пор мало знают.

К числу лекарственных растений с эффектом антибиотиков относятся: аир обыкновенный, алоэ древовидное, береза повислая, бессмертник песчаный, василек синий, горец змеиный, горец птичий, дуб обыкновенный, зверобой продырявленный, иссоп, календула, лаванда, липа сердцевидная, мята перечная, монарда, смородина черная, сушеница топяная, тимьян обыкновенный, укроп пахучий, фенхель обыкновенный, чабрец, чистотел большой, шалфей, щавель конский, эвкалипт шариковый. Поговорим о некоторых, самых интересных. В этой книге вовсе не предлагается отказаться от химических лекарств, полностью заменив их природны-

ми. В любом случае при желании использовать лекарственные растения для лечения вам необходимо посоветоваться с врачом, особенно если болезнь тяжелая. Чем сильнее лечебное средство, тем больше оно может причинить вреда при неправильном использовании, поэтому нужно быть предельно осторожным. Кроме того, многие растения могут негативно повлиять на некоторые функции органов, вызвать отравление и пр.

Химические антибиотики, противовоспалительные средства в абсолютном большинстве своем угнетающе действуют на иммунитет, приводят к выделению токсинов, снижают кроветворную функцию организма, негативно отражаются на внутренних органах, в особенности на почках, печени, сердце, желудке. При длительном использовании таких препаратов развиваются другие заболевания: анемия, гастрит, дисбактериоз и т. д. Тем самым постоянно принимая лекарства (продукт современной химической науки), вы рискуете окончательно испортить свой организм. Лечебные травы обладают несомненными преимуществами перед синтетическими препаратами.

Без эмоционального настроя невозможно никакое лечение. Если пациент находится в подавленном состоянии, то не помогут никакие лекарства. Существует множество психологических методик, помогающих повысить эмоциональный тон, каким бы низким он не был. Стоит обратить на это внимание, поскольку, чем лучше вы будете ощущать се-

бя душевно, тем быстрее улучшится и физическое состояние. Соответственно, имея отрицательный эмоциональный заряд, нельзя надеяться на скорое выздоровление; весьма сомнительно, что оно вообще произойдет.

В книге описываются общие принципы использования лекарственных растений, придерживаясь которых, вы увереннее будете идти по пути к выздоровлению, не подвергаясь опасности повредить свой организм в результате сильных потрясений, вызванных использованием непривычных лекарственных средств.

# Глава 1. Фитотерапия

Фитотерапия – применение при лечении любого заболевания лекарственных растений. Лекарственные растения стимулируют сопротивляемость болезням и помогают их преодолеть. Известно, что за период хранения (в засушенном виде, в виде настоев, отваров и в любых других формах) растение теряет целый ряд полезных свойств, следовательно, понижаются его питательные и лечебные характеристики. За время хранения в растениях значительно снижается содержание витаминов и в особенности аскорбиновой кислоты, эфирных масел, органических кислот и других необходимых веществ.

Многие растения собирают с апреля или даже марта: листья толокнянки, кислицы, молодой крапивы, зверобоя, подорожника, одуванчика, черемши. Полезно из свежих трав и растений приготавливать настои: из гусиных лапок, первоцвета, медуницы, листьев липы, черной смородины, березы, цветков мать-и-мачехи. В марте изготавливают отвары из коры и почек шиповника, настой из коры и почек вяза, отвар из коры дуба, настой коры конечных веток черной смородины.

Зелень дикорастущих растений ранней весной особенно богата витаминами: аскорбиновой кислотой, каротином, а также микроэлементами.

В свежем виде растения обладают антибактериальными

свойствами, вследствие чего способны очищать полость рта от микробов, благоприятно влияют на кишечную микрофлору. При употреблении в пищу свежих растительных продуктов усиливается выделение желудочного сока, пищеварение и аппетит заметно улучшаются.

На Руси издавна пользовалась большой популярностью крапива. И не зря: в молодых клетках этого растения содержится столько аскорбиновой кислоты, что соревноваться с ней не смогут даже цитрусы, а по количеству каротина свежую крапиву можно сравнить с морковью. Из крапивы варили щи, нарезали ее в салаты.

В наше время многие врачи-диетологи и ученые находят возможным широкое использование дикорастущих растений в приготовлении пищи, что может в значительной мере обогатить пищевой рацион и решить проблему недостатка витаминов, ведь современный человек (особенно горожанин) недополучает большую часть суточной нормы.

Народные кулинары, ничего не зная о витаминах, тем не менее, разобравшись в целительных свойствах растений, сумели идеально сбалансировать прием жизненно необходимых веществ с помощью использования не только садово-огородных растений, но и дикорастущих. К обычной муке добавлялись высушенные и смолотые в порошок вместе с ядрами ягоды боярышника, рябины, черемухи, толокнянки, различные корни и травы: одуванчик, кипрей, репей. Для приготовления блюд шли в дело практически все части рас-

тения, и ни одно блюдо не обходилось без добавления в него какой-нибудь полезной травы, ягоды или цветка. Пироги, ватрушки пекли с начинкой из ягод рябины, боярышника, черемухи, калины, клюквы. Многие лекарственные растения добавлялись в качестве приправы или одного из ее компонентов к первым, вторым блюдам. Такие растения сушили и заваривали на них чай, из них производились и другие напитки – вино, настойки. Использовали и ароматизирующие свойства некоторых трав. К пищевым продуктам добавляли соки деревьев.

Установлено влияние на человека большинства витаминов, разработаны определенные сочетания, в которых полезное действие растений наиболее эффективно. В фитотерапии эти знания помогают объяснить порой чудодейственный результат использования того или иного природного средства. Остается только удивляться, каким образом народная лечебная практика смогла подобрать комбинации естественных лекарственных средств. Вызывает искреннее уважение наблюдательность и мудрость простых людей, стараниями которых веками накапливались и передавались знания о лечебных свойствах растений. Благодаря им мы сейчас имеем многообразные комплексы природных витаминов, обогащающих и питающих наш организм. И в наши дни врачи-травники опираются на открытия народной фитотерапии, сделанные не один век назад!

За последние два-три десятилетия значительную и заслу-

женную популярность приобрело употребление в пищу соков из свежих фруктов, овощей и ягод, и возросло их значение как профилактического и лечебного средства (немало этому послужила работа доктора Нормана У. Уокера, американского ученого, создавшего теорию «живой» пищи). Клеточный сок растений представляет собой водный раствор минеральных и органических соединений, необходимых для естественного метаболизма любого живого существа. Кроме того, соки обладают бактерицидным и антисептическим свойствами. Преимущество свежих соков перед отварами, настойками или вытяжками состоит в многократно большей концентрации полезных веществ. Например, свежееотжатые соки из винограда, яблока, клюквы, абрикоса содержат их в 7 – 12 раз больше. При воздействии высокой температуры, химических консервантов, длительного хранения молекулы активных веществ разрушаются, что и приводит к потере свойств.

В фитотерапии народа любой из стран с древности используются в качестве лекарства и в пищу не только овощные, ягодные и фруктовые соки, но также соки из лекарственных растений.

Древние лекари умели сгущать соки лекарственных растений, что приносило больше удобства при их использовании.

Соки нужно готовить из цветущих трав и использовать в течение одного-двух дней после сбора, не позже. В обыч-

ной жизни простые люди ежедневно принимали примерно по 100 мл лечебного сока, укреплявшего их иммунитет, причем для общего укрепления организма и стойкости к болезням рекомендовалось пить соки именно лекарственных растений, они оказывают более значительное воздействие, чем соки пищевых растений. В настоящее время Фармакологическим комитетом Российской Федерации признано положительное терапевтическое действие подорожника и капусты, и их соки допустили к производству.

Именно в русской традиционной народной фитотерапии принято сочетать и разносторонне использовать лекарственные и пищевые природные средства.

Лук, чеснок, тыква, морковь, капуста – широко известные пищевые растения, исцеляющие и предупреждающие внедрение инфекции в период эпидемий. Применяются в пищу также пряные растения: шафран, гвоздика, айрный корень, мускатный орех, кардамон и т. д.

На территории бывшего Советского Союза произрастает более 150 видов пряных растений. Аромат их создают сложные (до 200 компонентов) смеси пахучих веществ, часть которых обладает бактерицидными свойствами. Гвоздика использовалась при слабости зрения и мужских половых заболеваниях, при заболеваниях желудка (особенно при поносах), а также печени и сердца. Имбирь с давних времен остается одним из весьма популярных лекарств в народной медицине. Его применяли при сильной лихорадке, а также как

средство, возбуждающее аппетит, от метеоризма. Весьма дорогой на Руси мускатный орех назначался врачевателями в качестве мочегонного средства, также считалось, что мускатный орех помогает при душевных расстройствах, улучшает эмоциональное состояние. Ирный (или айрный) корень до сих пор применяется главным образом как средство, повышающее аппетит, а также и при расстройствах кишечника, против малокровия, желтухи, болезней почек.

В древней Руси использовали полынь как приправу: ее добавляли в блюда из жирной птицы. Полынь повышает слюноотделение и увеличивает аппетит, ускоряет метаболизм и улучшает усвояемость пищи.

Как уже говорилось, народная фитотерапия широко использует, кроме садовых и огородных, дикорастущие растения. Селекция, безусловно, не стоит на месте, и выращиваемые культуры все более насыщаются витаминами и необходимыми для организма микроэлементами, поэтому окультуренные растения все больше используются в современной фармакологии. Такие растения насыщаются каким-либо одним элементом или какой-либо группой элементов, но создать такую же идеальную пропорцию взаимодополняющих друг друга веществ практически невозможно. Целесообразно выращивать растения со значительным содержанием одного из веществ для химико-фармакологии, но применять их для лечения бесполезно. Дикие растения в этом случае имеют неоспоримые преимущества: мало того, что

они имеют лучшие лечебные характеристики, они обыкновенно сами более устойчивы к заболеваниям, паразитам и вредителям, более выносливы и невосприимчивы к климату. Вследствие всего перечисленного дикие растения имеют более устойчивые урожаи и не требуют особо тщательного ухода. Дикие растения меньше подвергаются обработке ядохимикатами, всегда оказывающими отрицательное воздействие на лечебные характеристики.

Что касается способов лечения, в частности, способа введения лекарственного агента в организм, народная медицина почти не уступает медицине научной, и там, и здесь способов – разнообразное множество. Подчас находятся и экзотические способы исцеления, удивляющие своей оригинальностью. Например, в Древнем Риме аристократы часто носили мятные венки на голове: считалось, что аромат мяты возбуждает мозговую активность и лечит мигрень; а также на богатых застольных пиршествах натирали мятой мебель. Столы, за которыми ели, стулья, на которых сидели, обрабатывали молодыми ростками той же мяты для улучшения аппетита и повышения жизненного тонуса. Уже сегодня доказано, что римляне не ошибались – ментол, содержащийся в мяте в большом количестве, производит местное обезболивание при его нанесении на кожу в области болезненного участка. Деревенские жители провинции Жиронда во Франции делают глубокие чаши из больших ветвей плюща, в которые наливают вино. По их убеждению, через некоторое вре-

мя вино становится лечебным, помогающим при коклюше. Русская народная медицина по количеству способов применения лекарственных средств не отстает от других. Например, шишки хмеля – целые или измельченные – засыпали в подушки, утверждая, что это укрепляет сон и помогает от бессонницы. Для этого же в постель или под подушки клали цветки различных трав.

Для лечения зубной боли русские доктора рекомендовали класть в рот на больной зуб цветок гвоздики (кстати говоря, сейчас врачи прописывают для этой же цели гвоздичное масло). Пух камышей использовали в качестве кровоостанавливающего средства, для этого же прикладывали к ране белый мох, который заставлял рану скорее затянуться. Находилась замена и йоду – применяли сок медуницы, а пеплом от ее сожжения присыпали рану для остановки кровотечений, пластырем служила береста, разделенная на тонкие слои. Для вытяжки гноя на рану наносили сосновую или еловую смолу. Молодой крапивой избавлялись от паралича – секли ею парализованные части тела. Уголь мололи в порошок и принимали при несварении и болях в желудке. В качестве горчичников пользовались корнями хрена.

Не применяемый сегодня метод воздействия лекарственными растениями – курение – часто использовался русскими врачевателями. Высушенную траву одуванчика курили от кашля, при астме и туберкулезе – траву эфедры или семена дурнишника обыкновенного. Детей при заболевании ко-

клюшем заставляли дышать дымом от горения мокрого багульника. При других инфекционных заболеваниях окуривали все помещение, где содержался больной.

Некоторые растительные лекарства смешивали с сахаром, что упрощало применение их ребенком.

Рассмотрим, как древние целители применяли те или иные растения для избавления сородичей от недугов.

**Апельсин** в средние века широко применялся для лечения самых различных заболеваний. Спиртовая настойка корки апельсина считалась хорошим противохородачным средством, а водный отвар корок, особенно отвар незрелых апельсинов, служил кровоостанавливающим средством при чрезмерно обильных менструациях и других маточных кровотечениях.

Задолго до того, как апельсин стал применяться в современной научной медицине, практикой народной медицины были установлены витаминизирующие и антисептические свойства этого растения.

С глубокой древности известно растение **алтей**, которое использовали для исцеления в Древней Греции и Древнем Риме.

Разные народы используют различные свойства одних и тех же растений. К примеру, **багульник болотный** на Западной Украине применяли как профилактическое средство при эпидемиях, в то же время в Германии настой багульника использовали при мышечном и суставном ревматизме, болях

в ногах, люмбаго, коклюше, астме и как кровоочистительное средство при кожных сыпях.

**Бессмертник** в народной медицине Карачаево-Черкесской автономной области применяли при болезнях сердца, нервных болезнях, пониженной кислотности желудка и холецистите.

**Бузина черная** как лекарственное растение была известна еще в средние века, были открыты ее потогонные, жаропонижающие, противовоспалительные свойства.

Издавна применялась как лекарственное растение и была широко известна в России **валериана**. Промышленный сбор растения для госпиталей начался при Петре I. В XVIII веке валериану уже считали одним из важнейших лекарственных средств.

**Горечавка желтая** была издавна известна еще 2000 лет назад в древнегреческой народной медицине.

Все перечисленные выше растения употребляются и в современной научной медицине. Диапазон их полезных свойств расширен учеными химиками и биологами. Далее в книге вам представится возможность сравнить, насколько едины фитотерапевты XXI века со своими древними коллегами.

Как видно, народное врачевание стремилось использовать все части лекарственного растения, ничего не пропадало – ни уголь, ни дым, ни пепел после их сжигания. При этом они различным образом действовали на организм – через разные

органы и разными способами.

В давние времена не знали о свойствах антибиотиков, однако интуитивно открывали в растениях лекарства «от семи болезней».

Наука современного мира признает оздоровительные свойства большинства лекарственных растений, издавна применяемые деревенской медициной, иногда даже расширяя привычную область их употребления. Общеизвестный пример: ученые из Швейцарии показали, что морские свинки намного лучше переносят облучение рентгеном, если их кормить белокочанной капустой. Это подтвердилось учеными и из других стран. Некоторые российские ученые полагают, соком капусты можно лечить большинство язв, не прибегая к хирургическому вмешательству. Многочисленными исследованиями было установлено, что свежая белокочанная капуста – растение, в высшей мере насыщенное комплексом макроэлементов. Молодая капуста не уступает цитрусовым по количеству содержащейся в ней аскорбиновой кислоты, богата витаминами группы В, необходимыми для жизнедеятельности человеческого организма металлами, солями кальция, калия, в ней содержится большое количество фосфора, а также 16 аминокислот, витамин, В играющий большую роль при заживлении язв желудка.

# 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.