



**Здоровый Образ Жизни**

*и долголетие*

# Лечение **ХРЕНОМ**



рипол классик



**Ю. Н. Венина**  
**Лечение хреном**  
**Серия «Здоровый образ**  
**жизни и долголетие»**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=300262](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=300262)*

*Лечение хреном / Сост. Ю. А. Венина.: РИПОЛ классик; Москва; 2007*

*ISBN 978-5-7905-5194-9*

### **Аннотация**

Удивительные целебные свойства хрена издавна известны народной медицине. Хрен издавна признан эффективным лекарственным средством, способным помочь в лечении и профилактике огромного числа болезней. В этой книге собраны проверенные временем рецепты лечебных настоек, отваров, растворов, компрессов на основе хрена, и эти рецепты помогут вам излечиться от простудных заболеваний, болезней пищеварительной и сердечно-сосудистой системы избавиться от головной и зубной боли, окажут неоценимую помощь при радикулите, астме и многих других недугах. Обратитесь к испытанным многими поколениями натуральным и безопасным природным средствам, и вы позабудете о болезнях!

# Содержание

Введение	4
Немного о хрене	8
Выращивание хрена	9
Конец ознакомительного фрагмента.	11

# **Ю. А. Бенина**

## **Лечение хреном**

### **Введение**

Медицина зародилась еще в глубокой древности. Первые медицинские трактаты были созданы одновременно с возникновением письменности. До нашего времени дошли сочинения, написанные врачами древнего Египта, Греции, Рима и других стран.

В те времена лечение основывалось на травах, корнях, ягодах и других лекарствах, предложенных нам природой. Сейчас лечение с помощью приемов и методов, не требующих применения промышленно изготовленных лекарств, обозначается термином «народная медицина». И о ней нельзя забывать, особенно в наше время стрессов, страстей и всякого рода нарушений экологии. Ведь ничто так не поможет человеку, как методы, разработанные нашими предками: закаливание, аутотренинг, очищение организма, правильное питание, лечение лекарственными растениями и т. п. Только надо пользоваться этим мощным оружием не от случая к случаю или когда болезнь подступит вплотную, а постоянно, регулярно, привычно. Тогда радость и счастье от ощущения здоровья никогда не покинут вас.

В народной медицине хрен издавна признан эффективным лечебным средством, которое используется при лечении широкого спектра заболеваний. Хрен улучшает пищеварение, помогает при затрудненном мочеиспускании и камнях в почках, при сердечно-сосудистых заболеваниях, анемии, при водянке, малярии, цинге, простудах, ревматизме, пояснично-крестцовом радикулите.

Хрен деревенский – многолетнее травянистое растение, относящееся к семейству крестоцветных. Его родственниками являются редиска, горчица, кресс-салат. О происхождении хрена существуют различные утверждения. Он был известен древним римлянам и грекам, египтянам. Растение легко распространяющееся и сейчас встречается во многих странах в диком виде. Хрен считается исконно русским пряно-ароматическим растением.

На первенство в открытии этого уникального растения претендуют славяне. Именно они раньше других заметили, что нет лучшего снадобья от простуды, чем хрен, а постоянное его применение омолаживает тело. Лысеющие мужчины в надежде вернуть пышную шевелюру использовали кашицу из хрена, которую втирали в намечавшиеся проплешины.

На самом же деле лавры первооткрывателей принадлежат древним грекам, которые начали использовать хрен еще за 1500 лет до нашей эры как пикантную добавку к пище, усиливающую любовное влечение. К этому же времени относятся первые упоминания о хрене как косметологическом сред-

стве.

Хрен у славянских народов был самой распространенной приправой. Им приправляли студень, мясные блюда, использовали для засолки капусты, огурцов. Начиная с IX века славяне выращивали его как культурное растение. Письменные источники XVI столетия сообщают нам, что в русской кухне его подавали как незаменимую приправу к праздничному студню; хрен, натертый крупной стружкой, – к жареному поросенку.

Постепенно хрен перебрался в Западную Европу, где прежде всего к нему пристрастились немцы. С XVI века в Германии стали возделывать эту культуру, употребляя не только как пищевую приправу, но и добавляя в пиво, шнапс, а позднее начали и экспортировать. Спустя два столетия за немцами последовали французы.

Народы Северной Европы также познали эту пряность и использовали в пищу корень и листья растения. Позднее других познали хрен англичане, которые использовали его вначале как лекарственное средство против лихорадки, для выведения камней из желчных протоков печени, как средство, улучшающее рост волос. Спустя столетия хрен утвердился в английской кухне.

В пищу его употребляли в основном люди, занимающиеся тяжелым трудом (крестьяне, рабочие), а затем он стал неотъемлемой частью изысканных блюд (подавали к устрицам, мясу). Хрен использовали в изготовлении крепких на-

питков, соединяя с горькой полынью и пижмой лекарственной. Напитком отпаивали уставших путешественников. Выращивали хрен возле постоянных дворов и гостиниц.

Во все времена хрен использовался в качестве лекарственного средства, постепенно он стал входить в состав многих препаратов.

В настоящее время хрен культивируется во многие странах, более всего в Восточной и Северной Европе, США.

## Немного о хрене

Хрен обыкновенный (деревенский или огородный) – это многолетнее морозоустойчивое растение, которое хорошо зимует в открытом грунте и переносит даже суровые малоснежные зимы. У хрена мощное мясистое корневище, боковые корни которого сильно ветвятся и прорастают на глубину до 2 метров и более. Центральный корень – толстый, покрытый наростами наподобие бородавок, из которых, как правило, отрастают корешки и побеги. Стебель прямостоячий, ветвистый. Прикорневые листья очень крупные, продолговато-овальной формы.

Цветки белые, собраны в длинное кистевидное соцветие. Цветет хрен в мае – июне. Плод – стручок продолговато-овальной формы. Семена обычно не дозревают и для размножения непригодны. Поэтому хрен семенами не размножается. Для этой цели используют черенки из боковых корней.



# Выращивание хрена

**Подготовка грядки и сроки посадки.** Выращивают хрен на плодородных участках, так как на тяжелых глинистых почвах корнеплоды образуются деревянистые, очень горькие. Растение не любит затенения.

На 1 м<sup>2</sup> грядки, выбранной под хрен, вносят 1 ведро перегноя, 2–3 ст. ложки древесной золы, 1–2 ст. ложки нитрофоски. Затем грядку поглубже перекапывают, разравнивают, поливают и приступают к посадке.

**Посадка черенков.** Хотя хрен и многолетнее растение, но огородники должны возделывать его не более двух лет, так как с возрастом корнеплод становится деревянистым и слишком рогатым. Семян хрен не дает, размножают его однолетними черенками корней, заготовленными осенью при уборке урожая.

Для посадки наиболее пригодны черенки толщиной в палец (1–1,5 см) и длиной 12–15 см. Для посадки можно брать и обрезки корней по 5–8 см.

Черенки сажают наклонно, под углом 45°, так, чтобы нижний конец черенка был прикрыт слоем земли 12–15 см, а верхний находился в 3–5 см от поверхности грядки. Расстояние между черенками делают 35–40 см, а между рядами – 60–70 см.

Для получения ровных, гладких корней хрена перед по-

садкой удаляют почки в средней части черенка, протирая его мешковиной. Оставляют почки только на верхнем (1–1,5 см) и нижнем (2–3 см) концах черенка. Из верхней части вырастут листья, из нижней – корни.

**Уход за растениями.** Мнение о том, что культура хрена не требует никакого ухода, ошибочно. Посадки нуждаются в рыхлении, прополке и поливе.

Из вредителей, повреждающих листья хрена, опасны широкополосная блоха и бабануха. Иногда они сплошь выгрызают мякоть, оставляя одни жилки, а листья превращаются в труху.

**Меры борьбы.**

# 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.