

ТАТЬЯНА ИЛЬИНА

АПТЕЧКА В ОГОРОДЕ

ВЫРАЩИВАНИЕ, СБОР И ПРИМЕНЕНИЕ ЦЕЛЕБНЫХ РАСТЕНИЙ



ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ 126 РАСТЕНИЙ

●
СЕКРЕТЫ ЗАГОТОВКИ И ХРАНЕНИЯ

●
РЕЦЕПТЫ ОТВАРОВ И НАСТОЕВ

Подарочные издания. Красота и здоровье (Эксмо)

Татьяна Ильина

**Аптечка в огороде.
Выращивание, сбор и
применение целебных растений**

«ЭКСМО»

2021

УДК 633.8(035)
ББК 42.143я2

Ильина Т. А.

Аптечка в огороде. Выращивание, сбор и применение целебных растений / Т. А. Ильина — «Эксмо», 2021 — (Подарочные издания. Красота и здоровье (Эксмо))

ISBN 978-5-04-196125-1

Еще с давних времен травы использовали в качестве лечебных средств. Например, арнику применяли для врачевания ран и переломов у воинов, а бурачник — для подкрепления их силы перед битвой. У каждого растения есть свои целебные свойства, главное — знать, как его правильно использовать, именно для этого и был составлен данный справочник. Его автор, Татьяна Ильина, — биолог и автор многочисленных бестселлеров о лесных и садовых травах. В книге вы найдете подробное описание растений, советы, как их выращивать, собирать, хранить и делать полезные заготовки от множества недугов. Помимо этого, есть рекомендации по их применению в медицине и ветеринарии. Создайте свой собственный целебный огород, который укрепит здоровье вашей семьи! Внимание! Информация, содержащаяся в книге, не может служить заменой консультации врача. Перед совершением любых рекомендуемых действий необходимо проконсультироваться со специалистом. В формате PDF A4 сохранен издательский макет.

УДК 633.8(035)
ББК 42.143я2

ISBN 978-5-04-196125-1

© Ильина Т. А., 2021

© Эксмо, 2021

Содержание

Предисловие	7
Часть 1	13
Аконит, или борец волчий	13
Алтей лекарственный	16
Анис обыкновенный	19
Арника	22
Артишок	25
Бадан толстолистный	28
Базилик	30
Бархатцы	33
Безвременники	35
Конец ознакомительного фрагмента.	37

Татьяна Александровна Ильина

Аптечка в огороде

Выращивание, сбор и применение целебных растений

* * *

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

© Ашкинази А. Р., текст, 2021

© Гусарев К. С., художественное оформление, 2023

© Оформление. ООО «Издательство „Эксмо“», 2024

Предисловие

*Травы, колеблемы ветром,
свои стебельки наклоняют,
Травам, склоняясь, поклонись,
эти срывая ростки.
Дивный подарок тебе животворная
дарит природа;
В нем исцеленье твое:
травам, склоняясь, поклонись.*

Ю. Шульц



Целебные свойства растений на протяжении всей истории человечества служили предметом изучения и практического применения. Целебные растения собирали в дикой природе и с незапамятных времен, как свидетельствуют археологические открытия, возделывали в садах при храмах и около жилищ.

Известны сады трав в Древнем Египте, странах Междуречья, Китае, о которых сохранились сведения с 5-тысячелетней историей. Дошла до нашего времени книга китайского императора Шень-нун «Бень-цао», в которой были описаны свойства многих трав и принципы их применения при различных болезнях.

До сего дня можно видеть остатки древних центров медицины в Луксоре в Египте, которые создавались с целью обеспечения сырьем для бальзамирования тел и лечения всех страждущих. В папирусе, найденном в XIX веке и датированном XVI веком до н. э., приведено 800 рецептов различных снадобий, и называется этот выдающийся лечебник «Книга приготовления лекарств для всех частей тела». От египтян пошло и древнее название искусства приготовления лекарств – «фармации», т. е. «защитник» – так называли бога Тота, который был покровителем всех лечебных дел.

Легендарный китайский врач Пян Чиао, живший в V веке до н. э., которому поставлен памятник в провинции Хубэй, лечил в основном травами. Он оперировал больных с применением обезболивающих отваров из растений и ввел в практику акупунктуру.

Древние греки почитали за бога врачевания Асклепия, воздвигали ему храмы и алтари, а лечебницы называли «асклепийонами». Обычно в местах выхода минеральных вод создавались древние медицинские центры, при которых имелись сады нужных трав для приготовления лекарственных средств. На полуострове Пелопоннес в Эпидавре и на острове Кос можно и в настоящее время видеть остатки больших храмов и построек наподобие палат для больных. Гиппократ, клятву которого дают и современные медики, родился и практиковал в крупнейшем для своего времени центре Средиземноморья на острове Кос. Им было описано множе-

ство растений, применяемых веками для врачевания самых разнообразных недугов. Гиппократ писал: «Медицина есть искусство подражать целебному воздействию природы». Непередаваемое ощущение оставляет в душе знакомство с археологическими раскопками, свидетельствующими о путях развития человеческой мысли.

Известный армянский врач Товма Арцруни писал, что в I веке до н. э. царь Армении Арташес II «посадил сад из различных цветистых и благовонных растений, не только ради приятных удовольствий... а и для приготовления из них лекарств, изобретенных любознательными врачами согласно учению Асклепиада». В Помпеях, законсервированных пеплом, найдены сотни баночек с лекарствами и бальзамами, необходимыми в быту и для залечивания ран гладиаторов.

В римский период оставил свой заметный след Гален – врач, именем которого до сих пор называются водные вытяжки из растений – так называемые «галеновые» препараты – настои, отвары, микстуры и пр. Он оставил множество практических пособий по приготовлению и использованию растений и минеральных веществ.

Особое место занимают в истории медицины труды арабских врачей, послужившие платформой для создания врачебного дела в Европе. Выдающийся Абу Али ибн Сина, родившийся в X веке и оставивший более 40 трудов по медицине, был разносторонним ученым и известен более под именем Авиценна. Его «Канон медицины», состоящий из пяти томов, на несколько веков определил принципы лечения больных и способы применения лекарственных растений и минеральных веществ. В XI–XII веках сложились средневековые школы медицины в Италии, Франции, Англии. Все они базировались на принципах медицины древних и использовали труды Diosкорида, Плиния, Авиценны, описывающие лекарственные растения и способы их применения. Постепенно развиваются национальные школы и закладываются знания по ботанике и систематике растений, пригодных для выращивания в аптечных садах. Многие растения ввозились в Европу из южных стран и стоили дорого, а интродукция культур в местные условия позволила обеспечить доступным сырьем нужды армии и гражданского населения. Знаменитый Парацельс пропагандировал поиск лекарственных средств «под ногами» и писал, что если есть болезнь, то есть и средство против нее – в том числе извлекаемое из произрастающих в данной местности растений. Его принцип подобия вида, цвета и запаха растения какому-либо органу существует до сего времени и поразительно работает в некоторых случаях. Парацельс определял болезнь как недостаток химических веществ, ведущих к развитию патологии в организме. Мы до настоящего времени не научились определять и распознавать роль микроэлементов в развитии тех или иных заболеваний, имея лишь неполные сведения о роли йода, железа и 2–3 других минеральных веществ. А ведь многие растения избирательно накапливают тот или иной химический элемент и готовы поделиться с нами своими сокровищами.

Сведения о лечебниках Древней Руси крайне скудны, и только к концу XVI века появилось множество сочинений и переводов о лекарственных травах и их использовании, называемых травниками, зелейниками, вертоградными. Вертоград означает «сад» – так стали называть сады с целебными травами, появившиеся на рубеже XVI и XVII веков. Указ от 1600 года Бориса Годунова о создании Аптекарского приказа с должностью «аптечного боярина, главного начальника медиков и аптекарей» положил начало основанию государственных огородов целебных трав и созданию их запасов. До этого аптек не было, корни и травы, микстуры и мази продавались в лавках или изготавливались знахарями. Много сырья ввозилось из-за рубежа, что ощутимо опустошало казну. Приказ Петра I о создании аптекарского огорода на Аптекарском острове в Петербурге привел в результате к выращиванию многих потребных для медицины растений на своей земле. В ботанических садах в Москве, Петербурге, Крыму, а также филиалах Академии наук во всех регионах страны освоили выращивание и изучили множество полезных растений, применяемых в научной медицине нашего времени. Были заложены огромные плантации лекарственных растений, обеспечивающие нужды фармации. До

сего дня множество препаратов вырабатывается из специально выращиваемого лекарственного сырья.

Опираясь на опыт ученых, работающих в этой области, можно вырастить на своем участке настоящий аптечный огород, который выручит в трудную минуту и существенно снизит расходы на лекарства. Хочется привести цитату ученого-агронома И. М. Комова, который в своем труде «О земледелии» писал: «Мы почти все европейские климаты имеем, и нет ни одного овоща, травы или дерева в Европе, кое бы у нас в южных или северных провинциях расти не могло».

Выращивание полезных трав – увлекательное занятие для многих садово-огородников, так как запасы некоторого сырья в природе или истощены, или оно недоступно современному горожанину. Это интересно и тем, кто оформляет свой участок представителями ярко цветущих культур. Многие декоративные растения могут служить источником лекарственного сырья, а казалось бы бесполезные сорняки – мощными целителями многих болезней человека и животных.

Любознательный читатель всегда найдет в литературе сведения о способах выращивания, заготовки и применения многих целебных трав, в чем, я надеюсь, поможет и предлагаемая книга. Процесс познания всегда долог, и начать путь домашнего целителя следует уже в молодом возрасте. Ибо, как сказал немецкий ученый Михаил Платен, «Обыкновенно заботы о здоровье начинаются лишь тогда, когда мы его уже потеряли и когда подчас вернуть его уже невозможно». Желаю вам, дорогой читатель, не терять здоровье и поддерживать себя и своих родных доступными домашними средствами. В добрый путь!

Сбор, заготовка и применение растительного сырья

Пантелей-целитель
Пантелей-государь ходит по полю,
И цветов и травы ему по пояс,
И все травы пред ним расступаются,
И цветы все ему поклоняются.
И он знает их силы сокрытые,
Все благие и все ядовитые,
И всем добрым он травам, невредным,
Отвечает поклоном приветным,
А которые растут виноватые,
Тем он палкою грозит суковатую.

По листочку с благих собирает он,
И мешок ими свой наполняет он,
И на хворую братию бедную
Из них зелие варит целебное.
Государь Пантелей!
Ты и нас пожалей,
Свой чудесный елей
В наши раны излей,

В наши многие раны сердечные:
Есть меж нами душою увечные,
Есть и разумом тяжко болящие,

Есть глухие, немые, незрячие,
Опоенные злыми отравами, —
Помоги им своими ты травами!

А. К. Толстой

Заготовке подлежат все части растений, только нужно знать, что и когда собирать у каждого конкретного вида. Определенные принципы сбора трав во время цветения и корней осенью или ранней весной обусловлены максимальным накоплением активных веществ в этих органах, ради чего и производится их заготовка. Существуют исключения из этих правил, и они обычно рассматриваются при описании целебного растения.

Срезанные травы, собранные цветки, листья, семена могут сразу использоваться в траволечении или заготавливаться впрок методом сушки, настаиваться на спирту, вине, масле, заготавливаться в виде сиропа или уксуса. Часто растения измельчают и отжимают сок, который и применяют весь летний сезон. Гомеопатические препараты из растений подразумевают тысячные и миллионные разведения изначальной густой вытяжки из соответствующего органа растения.

Способ извлечения полезных веществ из растительного сырья водой называют «галеновыми препаратами». Заготовленное сырье заливают холодной водой, обычно в соотношении 1:10–30, настаивают без тепловой обработки, а затем применяют – это настой. Когда же сырье заливают кипятком и настаивают более или менее продолжительное время – это напар. Напар может употребляться как чай, то есть спустя 3–5 минут после настаивания под крышкой; в других случаях его оставляют в термосе (в печи) на более длительное время, стараясь максимально извлечь полезные вещества из растения.

Такой же целью задаются те, кто готовит отвар – то есть попросту кипятят на очень медленном огне или водяной бане под закрытой крышкой залитое кипятком сырье. Длительной обработке, как правило, подвергают корни и кору – до 20 минут, траву и семена выдерживают 5–7 минут, затем оставляют настаиваться до полного остывания.

Способ обработки имеет очень большое значение при приготовлении целебного питья, так как в зависимости от веществ, содержащихся в растении, длительная тепловая обработка может или извлечь, или разрушить необходимые для лечения компоненты. Иногда более эффективны спиртовые вытяжки из растений: берут свежее или сухое сырье и заливают его спиртом крепостью от 40 до 70°, настаивая 2–3 недели в темноте. Такие препараты называются настойки, и срок их выдержки обычно составляет 2 недели – 1 месяц, а дозируются они в каплях. Настои на вине и сыворотке менее употребляемы, но в некоторых рецептах они присутствуют.

Готовят также настои на масле, обычно оливковом или подсолнечном (любом косточковом) – заливают сырье прокипяченной горячей субстанцией. Такие масла, приготовленные в домашних условиях, содержат низкую концентрацию компонентов, необходимых для достижения лечебного эффекта, зато дешевы. Лечебные масла принимают внутрь и используют наружно.

Часто для длительного воздействия на кожу и раны применяют домашние мази: обычно смешивают мелкий порошок лечебной травы или спиртовую (эфирную) вытяжку с жировой основой. Обычно мази готовят в концентрации 5–10 % лечебного вещества от массы основы, в качестве которой используют нутряное сало, вазелин, ланолин, косточковые масла. Необходимо знать, что вазелин и сало практически не всасываются с поверхности и обеспечивают лишь длительный контакт лечебной компоненты с кожей. Продающиеся в аптеках мази, линименты, гели, свечи и пр. обычно имеют сложную многокомпонентную основу.

Из отвара или настоя плодов и трав можно приготовить сироп. Смешав в равной пропорции густой настой или отвар растительного сырья с сахаром, вы зафиксируете лекарство на

длительное время. Иногда готовят сиропы с содержанием сахара до 60–70 %. Сиропы принимают малыми дозами – по 3–10 мл на прием.

Одним из способов заготовки плодов и соцветий является метод приготовления из них уксуса. Плоды, листья, соцветия укладывают в банку и заливают холодной водой, на 1 л которой добавляют 150 г меда или сахара. Растительные компоненты сбрасывают в темноте в течение 2 месяцев при свободном доступе воздуха, затем процеживают, разводят 1:5–10 и принимают внутрь или используют наружно для примочек и промываний.

Дозировка водных лекарственных вытяжек обычно такова: 1 ст. ложка измельченной травы на 1 стакан воды. Эта пропорция может быть уменьшена (в случае активных растений) или увеличена для приготовления средств для наружного применения. Прием отвара или настоя для взрослого человека составит примерно 2–4 стакана в день, для подростка – 1–2 стакана в день, для ребенка до 7 лет – 0,5 стакана в день и для грудных детей – по 1 ст. ложке на год жизни. Если не оговаривается особо, следует придерживаться таких рекомендаций. Для животных дозы соответствующих трав указаны в разделе «Применение в ветеринарии».

В книге описаны растения, которые можно отнести к сильнодействующим и даже ядовитым. Врач Средневековья Парацельс писал: «А знаете ли вы, что есть яд? Все есть яд, ничто не лишено ядовитости, и все есть лекарство. Одна только доза делает вещество ядом или лекарством». Народная медицина всегда применяла ядовитые растения для лечения людей и животных, поскольку именно их активные компоненты оказывают наиболее выраженный терапевтический эффект. Обычная их дозировка – 1 ст. ложка сырья к 20–50 частям воды, если особо не оговорено иное. Обоснованность приема того или иного препарата из лекарственного растения определяется состоянием больного, его возрастом, полом и степенью тяжести болезней, его одолевающих. Следует придерживаться прописей, выработанных веками народной практики, но не принимать их как догму, что в равной степени относится к любым лекарственным препаратам и процедурам.

Для наружного применения существует несколько способов воздействия на кожу и слизистые. Водной вытяжкой, разведенной настойкой или уксусом промывают раны, глаза, ротовую полость, матку, прямую кишку с помощью спринцеваний или пропитанных лекарственным средством ватно-марлевых тампонов. Отвары трав незаменимы для лечения прямой кишки и матки – их вводят из резиновых груш, кружек Эсмарха, шприцов с насаженной резиновой трубкой. **Очищающие клизмы** делают с большим объемом жидкости; для лечебных **микрореклизм** достаточно объема 10–50 мл, что обеспечивает более длительный контакт лекарства со слизистой органа. Важна и температура – холодные отвары раздражают и очищают, теплые – смягчают воспаление и боль.

Горячей примочкой, или периодически меняемым ватно-марлевым тампоном, пропитанным лекарственным горячим напаром из травы или кашицей из растения, приложенной к больному месту, можно добиться разрешения абсцессов, очистить рану или язву, убить кожных паразитов или грибок. **Холодные примочки** помогут в случае травм и укуса насекомыми – они облегчают боль, снимают отек и чувство жжения. Примочки держат на очаге патологии длительно, периодически меняя их на свежие.

С помощью **компресса** – трехслойного «пирога» из ткани, пропитанной вытяжкой из травы, вощеной бумаги и шерстяного слоя сверху – лечат глубокие воспаления мягких тканей, артриты, парезы и т. д. Компресс подразумевает разогрев больного места за счет повышенной температуры в очаге воспаления и должен надежно прилегать к обслуживаемому участку; время его постановки – не менее 2–4 часов, а в случае маститов – сутки.

С целью разогрева тканей в очаге боли и воспаления применяют **растирания** – обычно спиртовыми или масляными настойками, раздражающими мазями или линиментами.

Для очищения носовых ходов используют раздражающие порошки из трав или **закапывание** отвара, масляного настоя в носовые ходы. Закапывание в глаза и уши, а также введение мазей и растворов на свернутом марлевом жгуте (турунде) в наружный слуховой проход применяют при лечении болезней ушей.

Ингаляции и полоскания с отваром лекарственных трав – весьма распространенная процедура в период расцвета респираторных инфекций. Вдыхание горячих паров целебных отваров или мелкодисперсионного пара, испускаемого бытовым небулайзером, – весьма действенная процедура. Также эффективно распыление водных вытяжек и экстрактов из эфирных растений в хорошо натопленной бане.

Для лечения воспалений на конечностях, геморроя делают **местные ванночки**, для чего конечность помещают в емкость с лечебным отваром на 15–20 минут. Общие **ванны** применяют в случае диффузных дерматитов, болезней опорно-двигательной системы, как успокоительную и расслабляющую процедуру. Для животных, кроме того, готовят ванны с инсектицидными отварами для полной обработки шерстного покрова от внешних паразитов.

Простым и эффективным, а главное – безболезненным способом введения лекарственных средств в домашних условиях является лекарственный **электрофорез**. Прибор для домашнего использования можно приобрести в магазинах медтехники и пользоваться им для врачевания и людей, и животных. Вытяжки из трав, а также многие другие препараты можно вводить с помощью прямого тока малой интенсивности прямо в очаг воспаления. Это особенно удобно для лечения хронических процессов и последствий травм.

Необходимо помнить, что существует индивидуальная чувствительность к тем или иным лекарственным растениям. Всегда следует сделать предварительную **пробу** и выяснить, не будет ли негативной реакции организма на прием отвара внутрь или даже после применения его наружно. Это в полной мере относится ко всем лекарственным формам и процедурам, проводимым с вытяжками из растений.

Я не степью хожу – я хожу по аптеке,
Разбираясь в ее травяной картотеке.
Беспредельная степь, бесконечная степь,
Ты – природой написанный странный рецепт.
И мне видится: тонкие корешки
В аккуратные сыплются порошки
И качаются склянки с ромашкой на пробке
И пилюли слагаются с веток в коробки.
Вы горячкой больны – вам накапают степь,
Вы в жару – нате степь на горчичном листе.

Семен Кирсанов

Часть 1

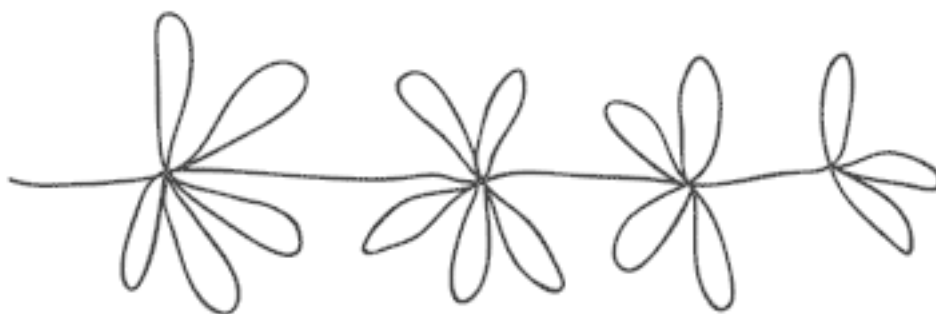
Описание лекарственных растений

Аконит, или борец волчий

Род *Aconitum*

Семейство Лютиковые

«И что же это была за таблетка?» – «Аконит. Такие обычно держат во флаконе для ядов и растворяют в пропорции один к ста для наружного применения». – «А Гарольд, значит, принял их внутрь и умер», – сказала задумчиво мисс Марпл.
Агата Кристи. В 4.50 с вокзала Паддингтон



«По велению царя Микен должен был совершить Геракл свой одиннадцатый подвиг – привести из подземного царства Аида пса Цербера. Голыми руками справился герой с ужасным чудовищем о трех головах и с хвостом дракона. Падали с чудовища капли пота и превращались в ядовитую траву, которую называли аконитом».

Так говорится в древнегреческой легенде о происхождении одного из самых ядовитых растений, известных человечеству. Исстари воины смачивали соком аконита стрелы и копья – проникающие ранения таким оружием вызвали незамедлительное удушье. Человеку достаточно 3–4 мг яда аконитина, чтобы наступила смерть. В «Каноне врачебной науки» арабского ученого Авиценны аконит описан как наиболее ядовитое растение, способное отравить любое живое существо, и назван «барсодушитель», «волкодушитель».

В Средние века был принят способ уничтожения диких хищников с помощью приманок из мяса, пропитанного соком растения. Такая приманка, проглоченная зверем, через несколько часов приводила его к гибели из-за постепенно нарастающего паралича и смерти от удушья. Домашние животные погибают от аконита, однако у некоторых видов диких травоядных (косули, олени) отравления не наблюдаются. При высушивании травы происходит разрушение токсических курареподобных веществ, главное из которых – аконитин – было выделено в 1838 году немецкими токсикологами Гейгером и Гессом.

Попытки применить аконит в лекарственных целях в Европе описаны с XVIII века, тогда как в китайской и тибетской медицине издавна его клубеньки умели обрабатывать и извлекать яд, который применяли как болеутоляющее и противопростудное средство. Врачи, специализирующиеся в области гомеопатии, с середины XIX века провели исследования больших разведений яда аконита (1:1 000 000 и выше) и установили нетоксичные для организма человека и

животных дозы, оказывающие целебный эффект при многих неврологических заболеваниях, лихорадке, воспалениях и болях.

Всего на земном шаре насчитывается около 300 видов аконита, имеющих ту или иную степень ядовитости. В средней полосе России чаще встречается аконит высокий (*A. excelsum Reichenb.*) с фиолетовыми цветками, собранными в длинную кисть на верхушке высокого (до 1,5 м) стебля. Аконит шерстистоусый (*A. lasiostomum Rchb.*), или борец волчий, несет желтые колпачки с отогнутыми шпорами. В садах можно встретить аконит клобучковый (*A. napellus L.*) с различной окраской венчиков (темно-синей, белой окраски), похожих на пришитые к стеблю крохотные туфельки – растение очень декоративно и благодаря своей неприхотливости выращивается в самых разнообразных условиях; аконит каммара (*A. cammarum*). Все акониты – высокие растения 60 см – 1,2 м высотой с прямостоячими неразветвляющимися стеблями и пальчатораздельными крупными листьями. Цветки собраны в густую, отцветающую постепенно кисть на верхушке стеблей. Акониты цветут долго, с июня до середины августа, привлекают множество шмелей. Все части растения горькие на вкус и ядовиты, но особенно подземные остроконечные клубни (которых у некоторых видов этого рода нет). Но самые сильные яды всегда и самые действенные лекарства при разумном применении, отчего акониты с самых давних времен выращивали как целебную траву.

Агротехника

Проще всего рассадить 5–6-летний куст аконита осенью или в апреле, разделив его на несколько делянок по 1–2 клубенька. Крупные кусты можно разрезать лопатой по корням и выбрать для посадки делянки из 1–2 клубеньков. Сажают сразу на нужное место и выращивают 3–4 года, не трогая. Пока растение приживается, необходим повседневный полив. Любят различные виды расти в полутени или на солнце с обязательным поливом. Мои акониты прекрасно растут рядом с водостоками, где всегда сырая почва. Размножение семенами возможно, но для получения хорошего куста понадобится 3–4 года.

Сбор и заготовка

Листья летом и корневые клубеньки осенью или ранней весной. Сбор и все манипуляции с приготовлением ведут в резиновых перчатках, так как возможно не только раздражение кожи, но и появление неприятных симптомов, связанных с проникновением сока растения через кожу. Сушат быстро листья в темноте на бумаге, клубеньки в бумажных или полотняных мешочках, закрыв сырье от света. При сушке токсичность материала значительно снижается. У садовых форм она может быть изначально довольно низкой, но дозы превышать не следует. Настойку из **сухой травы** готовят из 1 ст. ложки на 100 мл 70 %-ного спирта, выдерживают 7–8 дней в темноте и тщательно фильтруют. Настойку из свежих корней для приема **внутри** готовят из 10 г измельченных корней на 1 литр водки и настаивают 3 дня. Дважды фильтруют и хранят в темноте 2 года. Для **наружного** применения берут 2 ст. ложки высушенных и измельченных корней на 500 мл 40–60 %-ного спирта, настаивают 3–5 дней. Сливают и процеживают. Мазь готовят из 1 мл этой настойки и 100 г основы.

Применение в медицине

Очень осторожно и вдумчиво в качестве противовоспалительного и болеутоляющего средства при любых инфекционных болезнях с лихорадкой, сильной простуде, болях в животе, приступах подагры и невралгиях, судорогах, ревматических болях и прочее. Обычно прини-

мают настойку сухой травы по 5–15 капель в небольшом количестве воды 2–4 раза в день. При онкологии, туберкулезе, бронхиальной астме, потере зрения и слуха и других хронических болезнях используют метод Тищенко: начиная с 1 капли каждый день принимают настойку травы, увеличивая по капле в день и доводя до 40 капель, затем идут обратно на уменьшение до 1 капли в день. Настойку корней для **внутреннего** применения используют по 1–3 капли в 100 мл воды за 30 минут до еды 2–3 раза в день (Н. И. Мазнев). Настойку для **наружного** применения втирают в кожу в области больных суставов, местах боли при невралгиях и радикулите, головных изматывающих болях, наружных опухолях. На одно втирание берут **1–2 ч. ложки** настойки для наружного применения или используют мазь. Все приемы и втирания должны проходить под контролем самоощущения. Для безопасности приема внутрь можно пользоваться миллионными разведениями маточной настойки, аналогичной гомеопатическому препарату аконитум 6–12.

Применение в ветеринарии

Давно и широко применялись акониты скотоводами для снятия болей и самых различных воспалений у домашних животных. В Китае корни аконита определенным образом вымачивали и вываривали, но фермеру проще пользоваться настойками. Для приема внутрь травоядным животным приемлемы дозы не выше 0,01 мг алкалоида аконитина на кг веса животного. Исходя из того, что в траве и корнях алкалоиды достигают 1–5 % концентрации, действующими дозами для крупных животных будут 2–10 капель настойки для внутреннего применения на 100 кг веса. Настойку назначают в разведенном виде при воспалительных и инфекционных болезнях, сильном переохлаждении и лихорадке, остром воспалении копыт, мастите, упадке сил после нагрузок и болезней, сильном половом возбуждении, судорогах. Начинать давать следует с самых малых доз и не чаще 2–3 раз в день. Плотоядным следует применять **тысячные** разведения настойки – т. е. берут одну каплю настойки корней и разводят в 50 мл воды. Дают кошкам по 2–3 капли, собакам по 10–30 капель этого разведения три раза в день при состояниях боли и воспаления. Наружно разведенной в 50 раз настойкой промывают раны, нагноения и сыпи на коже, делают примочки на больные места, открывшиеся раковые опухоли, разлизанные и зудящие участки кожи. Грызунов можно травить зерном (фасолью, горохом), вымоченным в отваре клубеньков аконита.

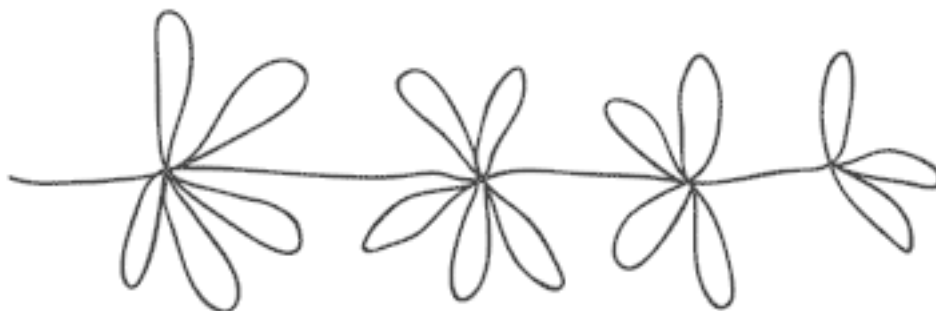
Излишне говорить, что домашняя птица погибнет при поедании такого «корма» – приманки следует раскладывать в пластиковой трубе или под перевернутыми ящиками.

Внимание! Все работы со сбором сырья следует производить в резиновых перчатках! Все настойки и само сырье должны быть подписаны и обозначены словом «Яд!». Нельзя превышать указанные дозы и следует следить за ощущениями подопечного при даче высокоэффективных препаратов.

Алтей лекарственный ***Althaea officinalis* L.** **Семейство Мальвовые**

*Проскурник, дикий мак,
дикая роза,
Гюльхетма – так народ его зовет,
Алтей лекарственный с цветами
бледно-розовыми
Среди кустарников
и в пойме рек растет.
Большое многолетнее растение,
Со стеблем больше
метра высотой,
Нужны алтея корни
для лечения,
Их собирают раннюю весной.*

3. Трубицына



В диком виде алтей произрастает на юге европейской части России и Западной Сибири, в Средней Азии, странах Средиземноморья. Этот вид, а также несколько других давно применяют в медицине, культивируют на обширных плантациях и высаживают около домов. Многолетнее растение за 1–2 года наращивает значительную массу корней с мощным корневищем, которые являются весьма ценным целебным сырьем. От многоглавого короткого корневища отходит много боковых корней и несколько прямостоячих, мало разветвленных в верхней части плотных стеблей. Высота растения на хорошей почве может достигать 2 м, но обычно до 1 м. Листья очередные, на коротких черешках, верхние округлые, трехлопастные, нижние пальчато-лопастные, с зубчатым краем. Все растение покрыто короткими мягкими волосками, бархатистое на ощупь. Цветки белые или розовые, крупные, собраны по несколько штук в пазухах верхних и средних листьев. Чашечка образована 5 сросшимися на одну треть чашелистиками, имеется подчашие из 8–12 линейных листочков. Цветет алтей продолжительно с июля по сентябрь и активно посещается пчелами. Высокое растение можно посадить как кулису к южной стенке сарая, где оно будет смотреться как декоративный многолетник. Плоды по мере отцветания вызревают постепенно, это плоская дисковидная многосемянка, которую собирают при побурении. Алтей легко развести на своем огороде и использовать все части растения на благо чад и домочадцев.

Агротехника

Алтей размножают семенами от растений 2–3-го года жизни. У пролежавших 1–2 года в доме семян всхожесть выше. Для повышения всхожести семена предварительно замачивают на 3–5 дней, затем высевают в бороздки на глубину 2 см в рыхлую, хорошо прогретую почву и периодически поливают. В условиях средней полосы лучше выращивать алтей через рассаду, тогда посев семян производят в ящички в марте или в теплицы в апреле. Высаживают подрощенную рассаду в грунт в мае – июне. Растение требует хорошо заправленной с осени органикой почвы, полного солнца и полива.

Сбор и заготовка

В летний период частично обрывают листья и цветы, когда они только распустились. Нежное сырье сушат в один слой на бумаге в тени и затем хранят 1 год в хорошо закрытых банках, так как сырье гигроскопично. Стебли срезают после распускания половины цветов. Корни от 2–3-летних растений выкапывают осенью, отмывают от земли и режут вдоль, если они толще 1 см. Сушат при температуре не выше 50–60 градусов, затем убирают в плотно закрывающуюся тару и хранят в сухом месте – сырье портится во влажной среде. Далее сырье перед употреблением измельчают или на горячем отваре (кипятить 10 минут на самом малом огне) 1:1 готовят сироп – после процеживания растворяют в нем сахар 50–60 г на 100 мл отцеженного отвара. Хранят листья и цветы 1 год, корни 3 года, сироп 2 года.

Применение в медицине

Очень широкое, во всех случаях, когда нужно смягчительное и обволакивающее действие. Слизь, крахмал, пектины, сапонины, в больших количествах присутствующие в корнях и в меньших – в зеленых частях растения, оказывают выраженное противовоспалительное, отхаркивающее и вяжущее действие. Препараты алтея широко применяются в детской практике из-за их абсолютной нетоксичности и эффективности. Алтей заваривают в качестве отхаркивающего и разжижающего вязкую мокроту средства при кашле, бронхитах, туберкулезе и т. п. Настои корня и листьев с цветами пьют при болях в желудке при гастритах, язве и энтероколитах, дают грудным младенцам при поносах и кислом стуле. Настои полезно пить длительно при хронических циститах и воспалительных процессах в почках. Местно применяют настои корней и листьев с цветами в виде примочек и для промывания воспаленных глаз и слизистых, полоскания горла и рта при ангины, стоматитах и воспалениях подчелюстных лимфоузлов. Хорошо смягчают кожу, заживают эрозии и трещины теплые ванночки и компрессы с отварами алтея. Различные поражения кожи с зудящими проявлениями хорошо купируются примочками и ванночками из листьев алтея и багульника болотного. При острых болезненных невритах лицевого нерва и межреберной невралгии применяют компрессы с отваром корня алтея. Для лечения болезненных трещин на пятках и пальцах применяют огуречный рассол (или из-под квашеной капусты) в виде ванночки 3–5 минут, а затем аппликацию или ванночку на 20 минут отвара корня алтея. Масло облепихи или шиповника довершает процедуру и способствует полному закрытию дефектов кожи.

Настой готовят из 1 ст. ложки измельченного корня или 2 ст. ложек листьев на 1 стакан кипятка, настаивают 1 час под укрытием или в термосе и процеживают. Также практикуют получение холодного настоя – 1 ст. ложку порошка из корня заливают 1 стаканом холодной воды или молока, настаивают час, процеживают и принимают по 2 ст. ложки каждые два

часа при болях в животе, обострении гастрита, отравлении и туберкулезе. Холодный настой и сироп употребляют как хорошее отхаркивающее и муколитическое (разжижающее мокроту) средство по 1–2 ст. ложки (детям дают половину – 1 ч. ложку) 3–4 раз в день с водой. Удобно использовать порошок корня: смешивают треть чайной ложки порошка с теплой водой и выпивают вместо настоя 3–4 раза в день. Готовые аптечные препараты – таблетки *мукалтин*, *сироп корня алтея*, микстуры сложного состава с порошком *корня алтея*, гомеопатический препарат *Алтеа*.

Применение в ветеринарии

Алтей содержит много слизей (до 35 %), которые защищают желудок при воспалении и раздражении токсическими продуктами. В качестве растительного антидота и как отхаркивающий препарат можно использовать корни алтея и все растение целиком, а также близкие виды мальв (штокроза и др.). При отравлении скотины ядовитой травой или протравленным зерном, корнеплодами с повышенным содержанием нитратов нужно выпаивать отвар или давать водную (молочную, на сыворотке) болтушку из порошка корня. Слизистые вещества алтея обладают обволакивающим и защищающим действием при воздействии токсинов на эпителий желудка и бронхов, уменьшают раздражение и отек, способствуют более быстрой эвакуации их из организма. Назначают отвар корня или его порошок, дают в виде отвара или каши, болюса 3–4 раза в день крупным животным 50–200 г, свиньям – 10–25 г, собакам – 5, кошкам, курам – 1–2 г два-три раза в день. Мелким животным и молочникам удобно давать сироп корня при кашле: телятам – 2 ст. ложки, собакам – 1 ч. – 1 ст. ложка трижды в день. Листья и цветы готовят в виде холодного настоя 1:10 в течение 8 часов и выпаивают телятам по 1 ст. и поросятам по полстакана 3–4 раза в день при диарее, бронхите и пневмонии. Целиком все измельченное растение заваривают 1:10 и выпаивают животным по несколько литров в день при вялых и упорных поносах и низких привесах, плохой поедаемости корма, особенно после дачи антибиотиков и антигельминтиков. Обычно хватает 10-дневного курса.

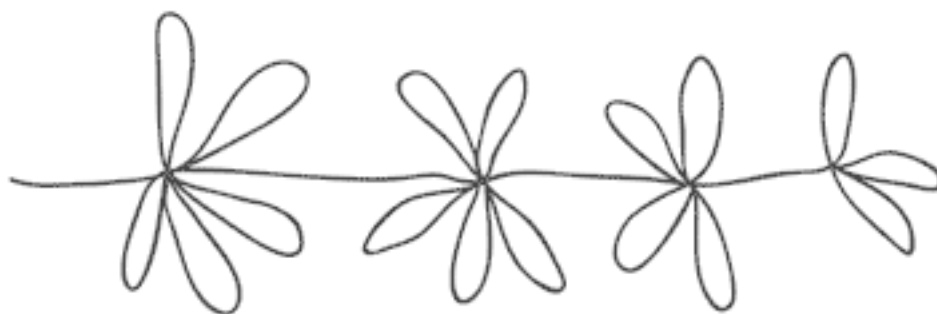
Анис обыкновенный

Pimpinella anisum

Семейство Зонтичные

Во Франции, в частности в Средиземноморье вообще, исключительно популярны анисеты – напитки, приготовленные на базе аниса: арак, изо, ракия, самбукка, пастис... Древние египтяне, римляне и греки высоко ценили анис, в частности, за его целебные свойства.

А. Окунь, И. Губерман. Книга о вкусной и здоровой жизни



Повсеместно возделываемое в странах с теплым климатом растение встречается в диком виде только в Восточном Средиземноморье. Эфирным маслом, которых в сухих семенах может быть до 6 %, и обязан анис своей популярностью со времен Древнего Египта. Как лекарственное сырье анис выращивали в странах, входящих в Римскую империю, и только в Средние века его стали применять как отдушку в кондитерском, винном производстве и в сыроварении. В настоящее время в Европе зелень и плоды аниса широко используются в кулинарии, его выращивают на плантациях тоннами. В Россию семена аниса завезли в середине XIX века и стали использовать для выращивания аптечного сырья в южных регионах страны, в Крыму и на Кавказе. Отжатое из семян анисовое масло (содержание 18–28 %) – это при комнатной температуре прозрачная жидкость, кристаллизующаяся на холоде. В ней до 80–90 % анетол – ароматического вещества, придающего столь резкий запах и вкус вытяжкам из семян. Это основное вещество, из которого синтезируют обепин для нужд парфюмерной промышленности. Анисовое масло идет для приготовления нашатырно-анисовых капель, микстур от кашля, таблеток и пастилок для рассасывания, ароматизации напитков и кушаний. Жирное масло из семян аниса идет на технические цели.

Анис – однолетнее растение высотой до 70 см с бороздчатым стеблем и белым стержневым корнем. Разветвляясь в верхней части, стебель несет соцветия-зонтики, состоящие из мелких белых цветков. Перистые прикорневые листья собраны из округлых почковидных листочков и образуют прикорневую розетку. Средние листья на стебле тройчатые, с пальчатонадрезанными листочками; самые верхние – трех-пятираздельные на узкие доли. При растирании в руках все части растения пахнут анисом. Плоды двусемянки округлые, довольно крупные – до 4 мм, буроватые, слегка опушенные, с сильным сладковатым запахом «микстуры от кашля» – той, что поили вас в детстве. Анис легко вырастить на участке за одно лето и употреблять свежую зелень, но семена вызревают только в жаркую погоду или на плантациях в южных областях страны.

Агротехника

Сеют семена в слегка прогретую рыхлую почву на гряды или в парники на глубину 2–3 см и слегка прикатывают. Прорастание семян начинается при 4–5 градусах, заморозки не страшны. Поливают до появления всходов, по мере роста рассады ее прореживают, употребляя зелень в салаты. Поливают по мере необходимости до цветения растения, потом полив резко сокращают.

Сбор и заготовка

Сразу после зацветания срезают растение и сушат в пучках. Когда семена приобретут сероватую окраску, срезают зонтики и отдельно выдергивают стебель с корнем. Корни обрезают, моют и сушат. Зонтики высушивают в пучках или на бумаге «вниз головой», затем обмолачивают руками. Хранят семена 3 года в плотно закупоренных коробках, иначе его назойливый запах перебьет запах всех хранящихся у вас трав. Водка анисовая для улучшения аппетита и пищеварения: 1 ч. ложка семян аниса, 1 ст. ложка меда в 0,5 л водки настаивают 1 неделю. Настойка анисовая 1:100 на 96 %-ном спирте; капли нашатырно-анисовые: 1 ст. ложка семян настоять в 2 ст. ложках масла две недели, периодически взбалтывая. Не процеживая, добавить 100 мл водки и настоять еще 3 дня, затем процедить и к полученной смеси добавить 15 мл 10 %-ного нашатыря. Взболтать и хорошо укупорить. Настой для наружного применения: 1 ч. ложка семян в 100 мл растительного масла, настаивать 2 недели.

Применение в медицине

Эфирные масла семян летучи, это нужно учитывать при заваривании семян кипятком: 1 ст. ложка семян на 1 л кипятка, закрывают наглухо в термосе и пьют по 50 мл каждые 2–3 часа при бронхитах, вязкой мокроте, кашле, пневмонии. Напар семян из 1 ч. ложки на 1 стакан кипятка, применяемый перед едой по 1/3 стакана, улучшает работу желудка и кишечника, действует ветрогонно, усиливает перистальтику, диурез, способствует отделению пота и снижает температуру у лихорадящих больных, понижает давление при кризах и вызывает урежение сердечного ритма. Крепкие напитки с анисом действуют как горечь и возбуждают аппетит, способствуют оттоку желчи – по 30–50 г перед едой за 20 минут. Настойка 1:20 принимается в каплях или по 1 ч. ложке в небольшом количестве воды при вздутиях живота, резах, урчании, спазме и чувстве «эдакой перекиси», по словам А. П. Чехова, во рту. Порошок из семян можно принимать с водой – на кончике ножа три раза в день или по 1 ст. ложке масляного настоя при спазмах кишечника и нарушениях оттока желчи. Семена, запаренные в горячем молоке, усиливают лактацию. От прогрессирующей глухоты Рэм Ахметов приводит рецепт: треть стакана истолченных в порошок семян аниса залить доверху маслом шиповника и настаивать 3 недели, периодически взбалтывая. Пускать перед сном в ухо по 2–3 капли в течение 3–6 месяцев. Анисовое масло или настойка в разведении 1:100 70 %-ным спиртом поможет избавиться от вшей – голову смачивают обильно спиртовым или масляным раствором, надевают пакет на волосы на 10–15 минут и затем смывают с шампунем. Повторяют через 3 дня при необходимости.

Применение в ветеринарии

Запаренная кипятком 1:10 трава аниса помогает при запорах, вздутиях живота и плохом аппетите, если ее выпаивать за 30 минут до кормления корове 2–3 л, свинье – 0,5 л, телятам по

1 ст. трижды в день. Семена также успокаивают спазмы и бродильные процессы в кишечнике, их дают в растертом виде в кашках и болюсах или настаивают в кипятке. Как отхаркивающее средство, капли нашатырно-анисовые или растертые семена дают животным с кашлем и простудами. Заваривают обычно 1 ст. ложку семян в 0,5 литра кипятка и настаивают 30 минут под теплым укрытием, выпаивают скотине трижды в день. Капли дают плотоядным и молодняку в дозе примерно 1 капля на 10 кг веса. Масляный настой для наружного применения (можно смешать пополам со спиртом) применяют для уничтожения эктопаразитов на коже. Дозы семян внутрь: лошадям – 10–25 г, корове – 25–50 г, мелким копытным и свиньям – 5–10 г, собакам и кошкам – 0,2–2 г, курам – 0,5 г два-три раза в день.

Внимание! Масло аниса аптечное обладает выраженным успокаивающим действием, замедляет сердечный ритм и снижает давление, но в больших дозах масло может вызвать головокружение, нарушение сердечной деятельности и спутанность сознания.

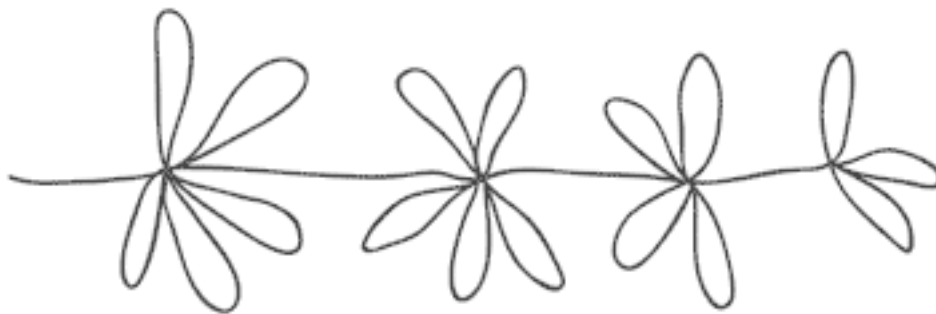
Арника

Род *Arnica L.*

Семейство Сложноцветные

Госпожа дез Обель дала свой платок, чтобы унять кровь и посоветовала сделать примочку из арники.

Анатолий Франс. Восстание ангелов



Арника в диком виде растет только в горах южных районов Европы, но ее разновидности успешно культивируют на аптечных огородах уже два столетия, так как трава считается первостатейным средством для врачевания ран и переломов у воинов. В основном культивируют три вида арники: арнику горную (*A. montana L.*), густооблиственную (*A. foliosa Nutt.*) и Шамиссо (*A. Chamissaris Lees.*). Арника цветет желтыми ромашками в мае – июле. У арники горной цветочные корзинки оранжево-желтые, 5–7 см в диаметре и очень похожи на цветки всем известных ноготков. Дно корзиночки выпуклое, волосистое, чашечка образована двумя рядами чашелистиков. Цветки сидят поодиночке на слабо разветвленном прямом стебле высотой 20–60 см, покрытом красноватыми точками – особыми железками. У основания стебля листья собраны в розетку, они крупные, овальные, с ровными краями. По стеблю листья сидячие, более мелкие, супротивно расположенные и густо покрыты седыми волосками. Вызревающие к осени семянки имеют хохолок из тонких волосков. Цветы арники приятно пахнут.

Арника внесена в фармакопеи многих стран. Гомеопатия весьма активно использует препараты арники во всех случаях травм, при ушибах тканей, нарушениях венозного оттока. Выпускают *настойку, свечи, опodelьдок и мазь, крупинки для приема внутрь, комприматы* с арникой. Арника входит в состав популярных гомеопатических мазей *траумель, ревмагель* и др.

Агротехника

Арнику легко размножить, посадив кусочек корня в рыхлую почву на солнечном месте. Семенами растение также размножается, но для получения цветения нужно 2 года. После весеннего посева семян в первый год появляется розетка листьев, цветение на следующее лето. Арнику нужно хорошо поливать, тогда она образует множество отростков. Без укрытия растение может вымерзнуть в бесснежные зимы.

Сбор и заготовка

Используемое сырье – цветочные корзинки без зеленого цветоложа. Сухие цветки держат в пакетах 2 года. Настойку готовят из подвяленного сырья: им наполовину заполняют емкость, которую затем до горлышка заливают 70 %-ным спиртом. Настаивают 2 недели и фильтруют.

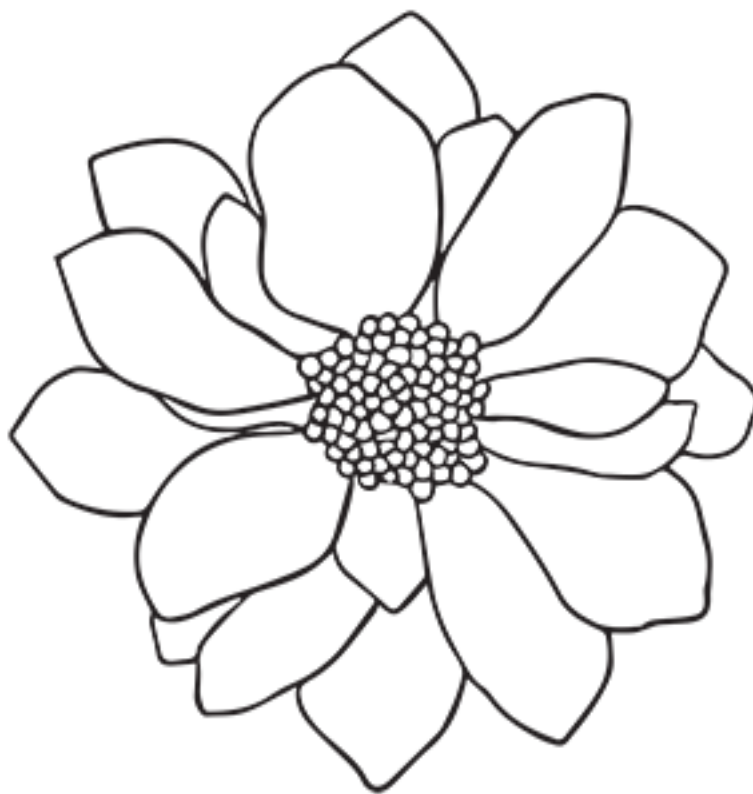
Применение в медицине

Вытяжки из цветков арники – наиболее эффективное средство при травмах, гнойных и трофических поражениях кожи, костей, связок и слизистых. Наружно применяют отвар из 2 ст. ложки цветков на стакан кипятка, проваривают 2–3 минуты или выдерживают в термосе 30 минут. Применяют на места ушибов, гематом, переломов, вывихов и растяжений, при тромбозах, язвах и гнойных сыпях в виде примочек, ванночек, компрессов, спринцеваний матки при кровотечениях. Местно в этих же целях используют настойку, разведя 1 ч. ложку в 100 мл воды. Гомеопатический оподельдок арники втирают в кожу. Отвар и настойку солнечного цветка применяют в гинекологии для усиления сократимости матки и как кровеостанавливающее средство после родов и при гормональных дисфункциях; заваривают цветки при миокардитах, стенокардии в качестве средства, усиливающего сердечный кровоток; при болезнях печени пьют как желчегонное и очищающее средство. Как улучшающее мозговое кровообращение средство арнику назначают после травм головы, при изматывающих мигренях, в восстановительный период после инсульта.

Заваривают 1 ст. ложку на стакан кипятка и выпивают его в три приема в течение дня за 30 минут до еды. Настойку принимают по 30–35 капель в ложке воды три раза в день до еды. Препараты арники могут вызывать чувство жжения на коже.

Применение в ветеринарии

Настой корзинок 1:10 или разведенная в 10 раз водой настойка – первое средство при ушибах и растяжениях связок у животных. Незаменимое средство в практике конного спорта. Наружно в виде примочек и компрессов используют арнику при травмах, маститах, отеках ног и ламинитах, укусах насекомых и различных ссадинах и ранах. Внутрь назначают плотоядным настойку в каплях в качестве желчегонного средства и уменьшающего явления цистита в комплексной терапии. Дают гомеопатическую арнику или настойку кошкам и собакам, перенесшим инсульт или травму головы. Капли назначают из расчета 1 капля на 1 кг веса два-три раза в день длительно.



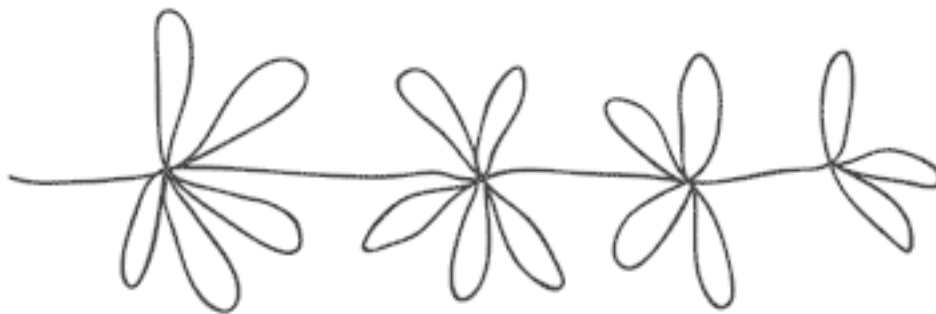
Артишок

Synara scolymus L.

Семейство Сложноцветные

Меж боковых дорожек была разбита прямоугольная куртина с артишоками, обсаженная по краям щавелем, петрушкой и латуком.

О. Бальзак. Отец Горио



Хорошо известное пищевое растение – в теплых странах Средиземноморья по пустырям и огородам можно встретить 10–11 видов этого рода, в том числе испанский артишок (*S. cardunculus*), очень похожий на культурный артишок посевной. Высокое (80–150 см) растение несет на толстом сочном стебле стеблеобъемлющие перисто-разрезанные, зеленовато-серые, иногда с сизым налетом колючие листья. Мощный колючий стебель на втором году жизни увенчан соцветиями-корзинками с лиловыми или фиолетовыми лепестками венчика, напоминающими цветки нашего обычного чертополоха или бодяка.

В пищу обычно идут цветочные корзинки с мясистым цветоложем, покрытые множеством черепитчатых листочков с острыми кончиками. Их срезают до распускания лиловых или фиолетовых язычковых цветков, пока они не загубели, и употребляют для диетического питания больных диабетом и атеросклерозом. В тканях артишока много белка, витаминов и белок инулин, что делает его незаменимой природной сахаро- и холестеринснижающей пилюлей.

На юге артишок выращивается как многолетнее растение, в средней зоне оно может перезимовать и на следующий год дать новые побеги и зацвести. Получить целебные корни можно за один сезон, если выращивать растение через рассаду.

Препараты – *настойка артишока, хофитол*, гомеопатический *кардус композитум* и др.

Агротехника

Растение свето- и теплолюбиво. Высевают семена в рассадные ящички в феврале и пикируют рассаду в фазе 2–3 настоящих листьев в горшочки. Посев и доращивание ведут при температуре 22–25 градусов. Необходима досветка до 15 часов в сутки или размещение на самом ярком солнце.

На юге семена сеют в прогретую почву в апреле, прикрывают акрилом на первое время, обильно поливают. Рассаду артишока высаживают на солнечном месте и обеспечивают обильный полив. Для получения большой биомассы корней вовремя срезают сформировавшиеся цветочные корзинки, не давая распускаться цветкам. При хорошем укрытии на зиму корни могут сохраниться в земле и в условиях средней полосы России. На второй год они набе-

рут хорошую массу. Несколько растений на грядках могут вполне обеспечить пожилых людей лекарством на целый год.

Сбор и заготовка

Выкапывают корни в конце сентября и в октябре. Отряхивают от земли, сушат в тени в сухом месте и отмывают от грязи. Режут поперек на кусочки шириной 1 см и сушат на батарее или при несильном жаре (менее 50 градусов) в печи или электросушилке. Готовое сырье должно шуршать и разламываться в руках.

Хранят в бумажных пакетах в сухом месте. Корзинки и листья употребляют в свежем виде, их заготавливают ближе к концу лета. Сочное сырье сушат в сухом, хорошо проветриваемом помещении, затем измельчают в порошок и хранят в банках. Готовят настойку 1:1 из измельченных свежих листьев и корзинок на 70 %-ном спирте, выстаивают месяц, сливают.

Применение в медицине

Растение обладает выраженной мочегонной и желчегонной активностью, снижает уровень сахара и холестерина в крови. Из порошка соцветий и листьев готовят настой из 2–3 ст. ложек на 3 стакана кипятка. Заливают в термосе или держат под теплым укрытием 3 часа и выпивают в три приема (суточная доза). Отвары корней из 1 ст. ложки сухого измельченного сырья на 1 стакан воды кипятят 15 минут, остужают и принимают по 1 стакану 3 раза в день. Можно принимать по трети чайной ложки порошка измельченных корней три раза в день, запивая водой. Курс лечения 2–3 месяца. Настойку употребляют по 35–40 капель в 100 мл воды три раза в день. Все препараты принимаются за 30 минут до еды.

Назначают вытяжки из артишока при отеках самого различного генеза, почечной недостаточности, атеросклерозе, диабете, ревматизме и заболеваниях печени.

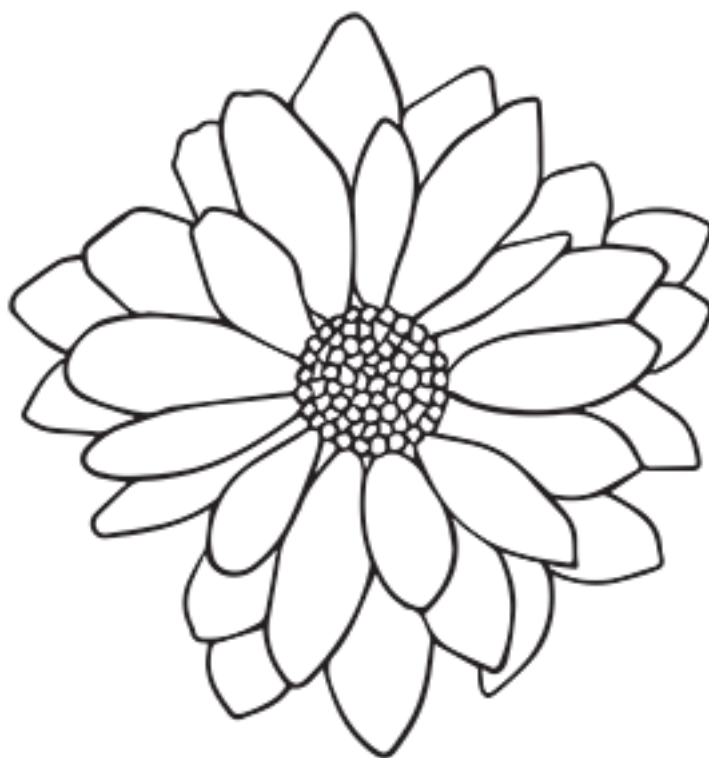
При нарушении обмена веществ и излишнем весе прием артишока, как и цикория, «очищает» организм и ведет к снятию отеков, устранению запоров и улучшению состояния кожи и общего самочувствия.

Очень полезно курсами принимать вытяжки из артишока при угрях и упорных гнойничковых сыпях на лице у подростков, при гипофункции щитовидной железы, ожирении, плохой работе кишечника.

Применение в ветеринарии

Отвар листьев полезно давать молодняку при отставании в росте, плохом аппетите, глистных инвазиях и в период выздоровления после инфекционных болезней. Телятам выпаивают 1–2 стакана теплого настоя 2–3 раза в день, поросятам – 100 мл дважды в день. Курс 2–3 недели.

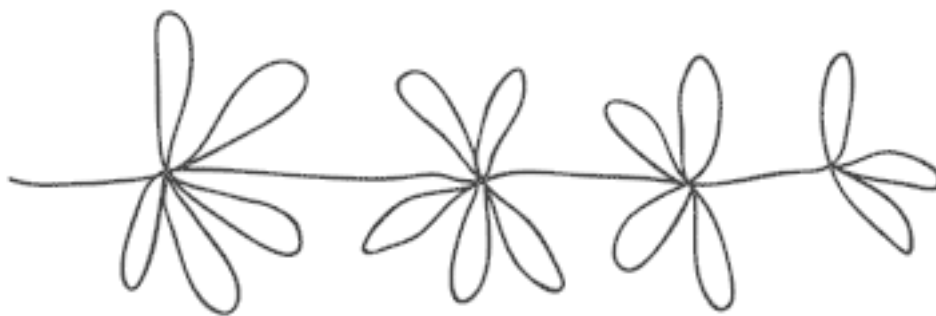
Настойку дают плотоядным при гепатитах, нефритах и циститах, диабете как средство, улучшающее работу печени и почек. Дозируют в каплях – 1 капля на 1 кг веса животного два-три раза в день. Курс приема от 1 до 3 месяцев, при хронических процессах дважды в год.



Бадан толстолистный Bergenia crassifolia Fritsch Семейство Камнеломковые

*В Сибири, в Приморье, Хабаровском крае,
В Корее, Монголии и в Гималаях,
На скалах и осыпях каменистых
Встречается часто бадан толстолистный.
Его, как лекарство, в Тибете, Китае,
Целители с давних времен применяют.
Российские лекари тоже доньше
В народной используют медицине.
И листья, и корни бадана извечно
Болезни успешно целители лечат...*

Анна Мария Доброва. Бадан



Агротехника

Растение теневыносливо, но может расти на открытом солнце. Размножают кусочком корневища с почкой в конце августа или весной, отрывая его от материнского растения и прикапывая неглубоко в почву, лучше под камушек, где дольше сохраняется влага. Обильно и часто поливают в засушливое лето. Корневище заготавливают от 3–5-летних растений.

Сбор и заготовка

Весной, после схода снега, собирают темные сухие прошлогодние листья и слегка их подсушивают в один слой на бумаге. Хранят в картонных коробках год. Корневище заготавливают в конце лета. Основную часть 3–4-летнего корневища бадана моют, режут на куски поперек и сушат при несильном жаре в печке или в сушилках (температура менее 50 градусов). Хранят 5 лет в сухом месте. Готовят настойку бадана из расчета 1 часть подсушенного измельченного корневища на 4 части 70 %-ного спирта. Настаивают 3 недели, периодически встряхивая, сливают и хранят в темноте 2–3 года.

Применение в медицине

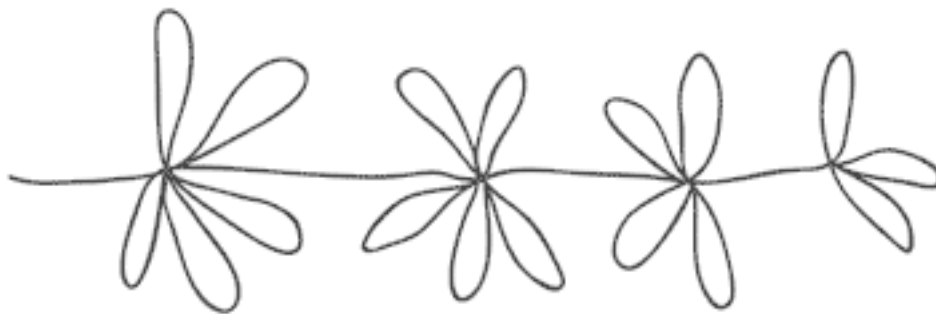
Бадан – чемпион среди растений по наличию танина (до 27 % от сухой массы) – вяжущего средства, которое вырабатывается промышленным способом, применяется внутрь и наружно. Благодаря танину заготовки из бадана обладают кровеостанавливающим и вяжущим действием, а противовоспалительный и противомикробный эффект (за счет галловых кислот) делает их незаменимыми при кровавых поносах, дизентерии, колитах, маточных кровотечениях и т. д. Наружно вытяжки из корневища используют для лечения воспалений полости рта, женской половой сферы и геморроя, ими промывают гноящиеся раны и язвы, купают детей с инфицированной экземой. Применяют измельченное корневище в виде отвара 1:30, кипятят 20 минут, остужают и пьют 1 ст. ложку 4–5 раз в день или по 15 капель настойки 3–4 раза в день. Наружно: 1 ст. ложку настойки разводят в 0,5 л воды или используют отвар сухого корневища. Обычно применяют в виде аппликаций, ванночек, спринцеваний, пропитывают им рыхлые тампоны для введения во влагалище. Перезимовавшие листья заваривают как тонизирующий и вяжущий напиток, хорошо очищающий почки, который так и называется в Сибири и на Алтае – «чагирский чай».

Применение в ветеринарии

Незаменимое средство для лечения кровавых поносов и бактериальной диареи у всех видов животных. Бадан действует вяжуще, противовоспалительно, суживает мелкие сосуды и уменьшает проницаемость сосудистой стенки. Он рефлекторно ослабляет деятельность желез пищеварительного тракта и создает защитную пленку на поверхности слизистых. Бадан является весьма активным защитным средством при различных кормовых отравлениях скота и может применяться для скорейшего восстановления деятельности желудочно-кишечного тракта после выведения токсических продуктов с помощью промываний желудка и клизм. Готовят отвар корневищ 1 ст. ложку на 0,5 л воды и выпаивают крупным животным с поносами по 1–2 литра 2–3 раза за 30 минут до кормления или разводят в воде и выпаивают вместо кормления. Разовые дозы сухого порошка: крупным животным – 20–50 г, овцам и свиньям – 5–15 г, телятам – 10 г, поросятам – 2 г, собакам – 2–10 г.

Базилик *Ocimum basilicum* L. Семейство Губоцветные

*Он бросил мне на колени что-то упругое и прекрасно пахнущее. —
«Что это?» — «Базилик, король трав».*
Мэри Стюарт. Мой брат Михаэльс



Базилик принято выращивать как пряное и ароматическое растение, но изначально его культивированием занимались в аптечных садах при монастырях в странах Средиземноморья. В захоронениях Древнего Египта найдены сохранившиеся веточки базилика, пролежавшие тысячи лет в темноте и сухом воздухе. Если проявить внимание, то можно заметить, что базилик неизменно присутствует в посадках вокруг отелей на курортах Египта, наполняя воздух непередаваемым ароматом в самые жаркие часы. Благодаря эфирным маслам, в изобилии содержащимся в листьях и цветах растения, трава обладает весьма выраженной спазмолитической и желчегонной активностью — недаром ей сдабривают многие жирные и тяжелые для переваривания кушанья в странах теплого климата, где растение называют «реган», «райхон», «озен» и считают королем пряных трав. Само видовое название дано от греческого *basilicum* — базилевс, или царь. Родовое также отражает главную особенность растения и происходит от греческого слова *ozeine* — запах. Базилик при сушке сохраняет свои выраженные качества и может выращиваться даже в условиях короткого лета как пряное и лекарственное растение. Цветет базилик мелкими двугубыми розоватыми цветками, собранными в кисти на верхушках побегов, — но только в условиях теплого лета. Стоит попробовать посадить различные сорта базилика, список которых займет целый лист. Базилики отличаются формой и цветом листьев — от темно-фиолетового до нежно-зеленого, размером — от 10-сантиметровых карликов до кустиков ростом свыше полуметра и, конечно, самыми разнообразными ароматами. Классический запах фиолетового базилика не спутаешь ни с чем, но можно найти и посеять растения с ароматом лимона, тонким привкусом ментола и так далее. Выращивание пряных трав на приусадебном участке — особая тема, растения всегда отблагодарят садовода и за столом, и в период неполадок со здоровьем. В нашем климате содержание летучих ароматических соединений в травах значительно ниже, чем у их южных родичей, но достаточное для использования с лечебной целью.

Агротехника

В условиях среднерусского климата лучше выращивать траву через рассаду — у базилика достаточно длинный период вегетации и требовательность к температуре. Семена базилика

стоит посеять в начале марта в рыхлую землю и держать до прорастания под полиэтиленовым проветриваемым укрытием при температуре 23–25 градусов. Всходы появляются на 7–10-й день. Их нужно выращивать на теплом и хорошо освещенном окне, при необходимости досвечивать. Растения пикируют в фазе 3–4 листьев в горшочки объемом 200 мл и помещают в теплицу только при установлении положительных ночных температур. Высаживают в грунт на полном солнце, первое время прикрывая материалом. В теплицах в южном фасаде перед высокорослыми растениями базилик дает большую биомассу. Траву поливают и иногда подкармливают разведенным органическим и минеральным удобрением. Посеянный прямо в грунт семенами, базилик в южных районах даст обильную зелень и зацветет.

Сбор и заготовка

Выдергивают загущенные всходы с июля несколько раз за сезон. Общипывают макушки, чтобы стимулировать рост боковых побегов. Осенью подросшие растения выдергивают целиком – базилик не зимует в наших условиях. Сушат веточки в пучках «вниз головой» в хорошо вентилируемом и сухом помещении и сразу же убирают в плотную картонную тару. Иногда сухую траву перемалывают, досушивают и хранят в банках. В качестве приправы в блюда используют мелко нарезанную замороженную или засоленную зелень базилика, часто в смеси с другими пряностями. Настой базилика 1:5 по объему на любом растительном масле.

Применение в медицине

Цельные свежие или высушенные листья заваривают как чай (1:20) в плотно закрытом фарфоровом чайнике и пьют глотками несколько раз в день при несварении желудка, печеночной недостаточности, вздутии кишечника и болях в животе, менструальных болях. При запоре и спастическом колите принимают столовую ложку масла, настоянного на базилике. Природный спазмолитик способствует отхождению желчи и газов, лучшему перевариванию пищи, устраняет спастические запоры. При хронических проблемах с пищеварением нужно научиться добавлять соответствующие приправы из трав прямо в пищу и не мучиться после каждого обеда. Отвар также обладает отхаркивающим действием, а масло растения входит в популярную болгарскую микстуру от кашля *Бронхолитин* и в некоторые мази. Вдыхание эфирного масла базилика через ингаляторы успокаивает нервную систему, кашель и «прочищает» дыхательные пути. Напар из 1 ч. ложки измельченной травы на 100 мл кипятка держат под плотной крышкой 15 минут, сливают и сразу же полощут им горло при воспалении, заливают в ингалятор или ирригатор для очистки воспаленных болезненных «карманов» в деснах.

Эфирные масла базилика – хорошие природные асептики, настоями листьев можно промывать голову при жирной себорее, кожу для очищения от угрей и фурункулов, глаза при гнойных воспалениях век и пр. Настоянным на листьях базилика маслом врачуют застарелые язвы и ссадины, применяют для смягчения кожи при трещинках на пальцах рук и пятках. Это же масло можно добавлять в салаты для ароматизации блюда и пользы для желудка.

Применение в ветеринарии

Дают как хорошее отхаркивающее средство в виде настоя или вводят в легочные сборы. Сироп, приготовленный из базилика и подорожника (или корня алтея), хорошо помогает старым собакам с бронхитами и застойными явлениями в легких при сердечной недостаточности. Дают по 1 ч. ложке сиропа или 2 ст. ложки настоя на 10 кг веса два раза в день длительно. Птицам в клетках и цыплятам при дорастивании наливают в поилки настой базилика

при расстройстве пищеварения, можно в сочетании с вяжущими травами. Местно настоями промывают слизистые и кожу при различных язвах и трещинках, глаза и рот при воспалениях. Масло, настоянное на листьях базилика, хорошо помогает заживать трещины сосков, его можно использовать каждый раз при дойке.

Бархатцы

Род *Tagetes* L.

Семейство Астровые

Бархатцы выделяют особые вещества, которые препятствуют появлению нематоды в посадках, поэтому их часто располагают возле роз.

Ханнеке Ван Дейк. Клумбы и бордюры



Представители дикой флоры Южной Америки, бархатцы получили широкое распространение по всему миру как красиво цветущие однолетники. Карл Линней включил яркие однолетники в свою классификацию, образовав их научное название от имени бога земледелия этрусков Тагеса. Разнообразие сортов и форм бархатцев удивляет и восхищает, их можно встретить на клумбах, в цветочных ящиках и кашпо, по огородам с целью отпугивания вредителей. На плантациях бархатцы культивируют для получения эфирного масла, которое выделяется при перегонке с паром зеленой массы растений с цветами. Масло оранжево-желтого цвета добавляют в парфюмерные и кондитерские изделия, косметические средства. Но и в домашних условиях легко заготовить пахучее сырье, обладающее довольно выраженным целебным действием. Имея бордюр из ярких кустиков в цветнике, можно за лето засушить достаточно травы и цветков бархатцев, которые пригодятся для врачевания людей и домашней скотины. Однако следует помнить, что летучие вещества растений могут вызвать аллергические реакции.

Бархатцы отклоненные (*T. patula*) имеют рост от 20 до 60 см, сильно разветвленный прямостоячий стебель с перисто-рассеченными темно-зелеными листьями. У бархатцев тонколистных (*T. tenuifolia*) листочки, соответственно, более узкие, ажурные. Бархатцы прямостоячие (*T. erecta*) – высокие растения до метра высотой с шаровидными крупными соцветиями. Цветочные корзинки сидят поодиночке на концах стеблей, и на их месте постепенно образуются плотные упаковки шиловидных семян. В зависимости от сорта корзинки окрашены в самые разнообразные оттенки желтого, оранжевого и бордового цветов.

Всего известно более 30 видов бархатцев с различным запахом листьев и формой куста. В сентябре вызревают тонкие длинные семена, похожие и формой, и размером на иглы дикобраза. Они легко собираются и прекрасно всходят на следующий год.

Агротехника

Тонкие игольчатые семена бархатцев высевают в конце марта в коробочки и ставят на теплый подоконник, хорошо увлажнив. Прорастание заметно на 5–7-й день, сильно загущенные всходы надо как можно раньше рассадить в отдельные горшочки или кассеты. Доращивают

рассаду на южном окне или под лампами при температуре около 20 градусов. В мае рассаду можно держать в парнике – но только при условии положительных температур ночью. Высаживают растения на огороде на открытых солнцу местах, в ящики и на горки.

Бархатцы тонколистные хорошо удаются в одиночных горшечных посадках и при своевременном прищипывании верхушки формируют шарик из мелких цветков, радующий глаз до конца сезона.

Сбор и заготовка

Собирают цветки летом, или выдергивают растения целиком с корнем в конце сезона, или обрывают только листья и сушат в сухом месте при хорошей вентиляции. Насушенное сырье сильно пахнет, и его следует хранить в плотно закрывающейся таре. Готовят настой из измельченных листьев и цельных цветочных корзинок 1:5, настаивают 2 недели, сливают.

Применение в медицине

Наружно настой цветков или листьев используют в разведенном виде для приготовления ванн с седативным эффектом, концентрацию сильно пахнущего настоя подбирают индивидуально. Отвар цветков 1:10 помогает при перхоти, выпадении волос и окрашивает светлые волосы в золотистый цвет.

Полоскания и ингаляции при воспалении слизистой проводят горячими парами листьев и цветков в соотношении 1 ч. ложка сухого сырья без верха на стакан кипятка, настаивать 15 минут под теплым плотным укрытием. Этим же настоем протирают жирную кожу для ее очистки и избавления от мелкой сыпи.

Ингаляцию и полоскания паром цветков следует проводить, убедившись в отсутствии аллергии на их запах!

Применение в ветеринарии

Сухое сырье в нативном виде – природный инсектицид, и его с пользой можно применять для отпугивания насекомых в доме. Добавленная в подстилки и клетки трава поможет бороться с блохами, пухо-пероедами и клещами, досаждающими домашним животным и птице.

Горячий настой из 2–3 корзинок на 1 стакан кипятка – хороший спазмолитик и ветрогонное средство. Крупным животным можно выпаивать пар травы с цветками из расчета 1:30 в количестве 1–2 л.

Настои листьев и соцветий также применяют для изгнания мелких круглых глистов – дают настой 1:10 3–4 дня подряд, птице наливают в поилки при обнаружении в помете нематод.

Наружно настои листьев и цветков применяют для мытья шерстистых питомцев при обнаружении блох. Масляный настой применяют для втирания в очаги кожи, пораженной демодекозом и отодекозом у плотоядных и кроликов и нательными клещами у кур, цесарок и прочей живности.

Внимание! Люди и животные могут быть чувствительны к сильному запаху растений! Перед применением убедитесь в отсутствии аллергических реакций, проявляющихся зудом, слезотечением, чиханием и пр.!

Безвременники Род *Colchicum* L. Семейство Лилейные

В Средние века в Европе настой семян и клубней безвременника применяли в качестве лекарственного средства от подагры, ревматизма, невралгий и как мочегонное средство. В 1618 году безвременник входит в первую Британскую фармакопею.

Н. И. Мазнев. Большая энциклопедия высокоэффективных лекарственных растений



Появляется этот цветок «без времени» – осенью, в сентябре – октябре, когда и можно полюбоваться розовыми нежными колокольчиками на бледно-желтых трубочках цветоноса, внезапно пробивающихся из-под земли среди всеобщего увядания природы. После оплодотворения цветок отмирает, а луковицы растения зимуют под землей. Ранней весной появляются скрученные трубочки, раскрывающиеся в продолговатые глянцевые темно-зеленые листья, отмирающие к середине лета. Впервые это растение упоминается у врача и ученого Диоскорида, жившего в I веке н. э. Название *colchicum* Линней дал цветку, привезенному из легендарной Колхиды – древней страны на Кавказе, в которую Одиссей совершал путешествие в поисках золотого руна. Заросли дикого безвременника до сего времени встречаются в Кавказском биосферном заповеднике, где его не трогают и он возобновляется семенами. На плантациях для получения лекарственного сырья разводят безвременник осенний (*C. autumnale* L.), безвременник великолепный (*C. speciosum* Stev.) и безвременник блестящий (*C. liparochiads* Woron.). Все они цветут осенью, выбрасывая великолепные «тюльпанчики» сиреневых или белых цветков; выведены для садоводов и махровые формы. Если осенью цветок опылился, то весной среди листьев появляется плод, который созревает к середине лета. Безвременник содержит в своих семенах и луковицах очень активные яды колхицин и колхамин, имеющие свойства подавлять деление и рост клеток. В настоящее время в онкологических клиниках используют препараты из безвременника великолепного «Колхицин» в виде 0,1 % водного раствора и мази для лечения рака кожи. Выпускают настойку безвременника и мазь *оммановую* 0,5 %, препарат из семян колхамин для приема внутрь, *колхикум-дисперт* для лечения подагры и ревматизма.

Агротехника

Размножают молодыми луковицами или посевом семян под осень. Всходы рассаживают по грядкам с тем расчетом, чтобы формировалось гнездо луковиц следующие 5–6 лет. Посаженные в огородную почву луковички на солнечном месте быстро дают деток, гнездо увеличи-

вается в размерах, его можно делить каждые 3–4 года. Лучше делить маточник осенью, после отцветания растения, или рано весной при появлении трубочек листьев.

Сбор и заготовка

Выкапывают луковицы осенью или ранней весной до отрастания листьев. Семена более активны и ядовиты. Все работы следует производить в перчатках. Настойка на водке внутрь из семян 1:1 000 000. Настойка на уксусе для растираний: 1 часть измельченных сухих клубней на 12 частей по весу уксуса, настаивать 2 недели, процедить. Мазь готовят из свежей луковицы – ее моют, измельчают в кашу и смешивают с жировой основой в соотношении 1:50. Срок хранения мази 3 месяца.

Применение в медицине

Мазь наносят на новообразования и бородавки на коже, захватывая прилегающие участки вокруг, иногда под повязку. Настойки луковиц и семян очень ядовиты и могут применяться внутрь для лечения подагры и болезней суставов только в гомеопатических разведениях: по 10–15 капель на прием или препарат *колхикум Д12*. Наружно для сведения бородавок и новообразований используют кашу из свежей луковицы или мазь. Мазь и тем более каша из луковиц не должна попадать на слизистые оболочки и в глаз, так как возможно их раздражение. Настойку на уксусе применяют для растираний поясницы при радикулитах и мышц вдоль иррадиации болей. Все процедуры проводят в резиновых перчатках, чтобы препарат не всасывался с поверхности кожи врачующего.

Применение в ветеринарии

Настойку дают животным после операций по удалению опухоли и с неоперабельными опухолями в дозах 1 капля на 1 кг веса дважды в день, но не более 30 капель на прием в течение 2 месяцев с перерывом в месяц пожизненно. Такая терапия также улучшает подвижность животных с больными суставами. Местное удаление бородавок и папиллом на коже должно производиться с осторожностью кашей из луковицы или мазью.

Внимание! Луковицы и семена смертельно ядовиты для людей и животных! Все препараты с безвременником должны быть подписаны и маркированы словом «Яд»!

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.