

Алевтина Корзунова

Полевые цветы и ваше здоровье



Алевтина Корзунова

Полевые цветы и ваше здоровье

«Научная книга»

2013

Корзунова А.

Полевые цветы и ваше здоровье / А. Корзунова — «Научная книга», 2013

<p id=" __GoBack">В последние годы значительно возрос интерес к растительным препаратам, которые практически лишены недостатков, присущих антибиотикам и другим синтетическим лекарствам. В ходе длительной эволюции человек пользуется лекарственными растениями, которые не оказывают вреда, обладают более мягким действием, менее токсичны, не вызывают привыкания и аллергии. В моей новой книге вы узнаете о том, как использовали полевые цветы в древности, какими целебными свойствами они обладают, как применять эти растения для лечения тех или иных заболеваний, правильно использовать в косметологии.

Содержание

Введение	6
Глава 1. Наши лекари – полевые цветы	7
Конец ознакомительного фрагмента.	13

Алевтина Корзунова

Полевые цветы и ваше здоровье

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

Здравствуйтесь, уважаемые читатели. Я, Алевтина Корзунова, очень рада нашей новой встрече. На этот раз я хочу вам рассказать об удивительных целебных свойствах полевых цветов. Мы все прекрасно знаем, как они выглядят, и, наверное, не раз собирали красивые букеты из полевых цветов. Но догадывались ли вы, что они также способны лечить многие болезни? Оказывается, способны, и очень успешно.

В последние годы значительно возрос интерес к растительным препаратам, которые практически лишены недостатков, присущих антибиотикам и другим синтетическим лекарствам. В ходе длительной эволюции человек пользуется лекарственными растениями, которые не оказывают вреда, обладают более мягким действием, менее токсичны, не вызывают привыкания и аллергии. Растения не только не угнетают защитные силы организма, а наоборот, активны в отношении штаммов микроорганизмов, которые приобрели устойчивость к антибиотикам и способны усиливать иммунитет человека, помогая ему тем самым справиться с любой болезнью.

В моей новой книге вы узнаете о том, как использовали полевые цветы в древности, какими целебными свойствами они обладают, как применять эти растения для лечения тех или иных заболеваний, правильно использовать в косметологии.

Глава 1. Наши лекари – полевые цветы

Науке известно почти 500 тыс. видов растений, из них лишь около 290 растений описаны в атласе лекарственных растений, что вовсе не означает, что остальные растения лишены целебных свойств. Старинное предание рассказывает о том, как древнеиндийского врача Чараки учитель послал в лес принести несколько совершенно бесполезных растений, но Чараки не смог выполнить задания учителя, не нашел ни одного бесполезного растения. Как писал американский философ Р. Эмерсон: «даже любой сорняк – это растение, достоинства которого еще не раскрыты». Любое растение подарено нам природой во благо, а задача человека – правильно понять его предназначение. Исследователи установили, что народами древнего мира использовалось до 21 тыс. видов растений. Уже на самых ранних стадиях развития человечества растения были не только источником питания людей, они помогали человеку избавиться от болезней. Самый древний из дошедших до нас медицинских трактатов – это табличка, найденная при раскопках шумерского города (III тысячелетие до н. э.). В 145 строках на шумерском языке даны прописи 15 рецептов. Из них следует, что врачи древнего Шумера использовали в основном такие растения, как горчица, пихта, сосна, чабрец, сливы, груша, фига, ива и др. Кроме растений, в состав лекарств входили минеральные вещества: нефть, поваренная соль, части животных (панцирь черепахи, органы водяных змей и др.). Почти у всех народов целебные свойства трав считались сверхъестественными и открывались только посвященным. Поэтому врачевание было привилегией избранных (жрецов, колдунов и т. д.).

Культуру и знания древних шумеров унаследовали вавилоняне, которые применяли в лечебных целях корень солодки, дурман, белену, льняное семя и др. Вавилоняне заметили, что солнечный свет отрицательно воздействует на целебные свойства некоторых растений, поэтому сушили их в тени, а некоторые травы даже собирали ночью. Широко применялись растения в Китае, Индии, Тибете. Китайская медицина использовала более 1500 растений. Еще в 3216 г. до н. э. китайский император Шэн-нун написал работу по медицине «Беньцао» («Травник»), где в основном описывались растительные средства. Наиболее часто применяли солодку, примулу, женьшень, лимонник китайский, шлемник, лук, чеснок, спаржу, астрагал, корицу, имбирь, кожуру мандарина, кизил.

С III в. н. э. в Индии началось возделывание лекарственных растений. Древнеиндийская медицина, изложенная в «Аюрведе» (I в. до н. э.), использовала около 810 растений, которые применяют и в настоящее время.

Тибетская медицина возникла на базе индийской, и в трактате по тибетской медицине «Жуд-Ши» есть большой раздел, посвященный использованию лекарственных растений. Тибетская медицина была долгое время окружена мистикой, но Петр Бадмаев перевел «Жуд-Ши» на русский язык в 1898 г., создал кабинет тибетской медицины в Петербурге и очень успешно лечил жителей Петербурга восточными травами, которые ему привозили из Монголии.

В книге Авиценны «Канон врачебной науки» описаны около 900 растений и способы их применения.

Научная медицина начала свое развитие в Древней Греции. Родоначальником научной медицины был Гиппократ (460–370 гг. до н. э.). В своей лечебной практике он использовал около 200 лекарственных растений и применял их без переработки. Гиппократ считал, что лекарственные вещества содержатся в природе в оптимальном виде и лекарственные растения в необработанном виде и в виде соков оказывают лучшее действие на организм человека. Древнегреческий врач писал, что «медицина есть искусство подражать целебному воздействию природы». Он применял такие растения, как белена, бузина, горчица, ирис, золототысячник, миндаль, мята, чилибуха и т. д.

В Древнем Риме медицина развивалась под сильным влиянием греческой медицины. Труды выдающегося врача и фармацевта Клавдия Галена имели большое значение не только для древнеримской медицины, но и для последующего развития медицины и фармации. Наибольшее значение имеют два его травника, в которых описано более 300 лекарственных средств из растений.

Гален в противоположность Гиппократу считал, что у растений есть два начала: одно из них оказывает на больной организм лечебное действие, другое бесполезно или даже вредно. Действующее начало предпочитает высушенному растению жидкость, поэтому его легко отделить от бесполезного. Для этого лекарственное растение следует настоять или прокипятить с водой, вином, уксусом. Гален ввел технологию получения таких лекарственных форм, как настойки и экстракты. Извлечения из лекарственных растений быстро завоевали популярность во всех странах Европы. Гален имел свою аптеку в Риме, где сам готовил лекарства для больных. Им описано изготовление порошков, пилюль, мазей, пластырей, горчичников, сборов. Его труды легли в основу гомеопатии.

На Руси, как и у других народов, целебные свойства растений были известны с глубокой древности.

Лечение велось знахарями, ведунами, волхвами и сопровождалось рядом магических процедур.

Обычными лекарствами были полынь, крапива, хрен, ясень, можжевельник, подорожник, береза, особо почитался чабрец. Древнейшим памятником русской медицинской литературы является «Изборник Святослава», в котором содержатся медико-гигиенические сведения. «Изборник» был переведен в X в. с греческого языка для черниговского князя Святослава Ярославича.

В 1130 г. внучкой Владимира Мономаха Евпраксией был написан трактат «Мази» (название «мази» использовано в значении «лекарственные средства»). В этом оригинальном произведении систематизированы разрозненные медицинские сведения того времени.

Для лечения внутренних и наружных болезней на Руси применяли в основном свежие растения, например капусту, горчицу, подорожник или их соки. Широко использовали мед в сочетании с растениями и их соками.

На развитие фитотерапии в России большое влияние оказало открытие при Иване Грозном Аптекарской избы, в задачу которой входила организация сбора лекарственных растений на территории всей Руси.

Наряду с отечественной лечебной флорой в Руси применяли растения, завозимые из Греции, Индии, Персии. Лекарственные травы продавали в зеленых лавках, которые были живым источником медицинских знаний для народа, так как здесь можно было получить совет по лечению любого заболевания.

Большое значение для развития фитотерапии в России имел аптекарский приказ Петра I, который обязывал воевод вызывать «знатцев» трав и содержать их на службе. Аптекарский приказ осуществлял контроль за ягодной повинностью, за невыполнение которой полагались денежный оброк или даже тюремное заключение. Большое количество сырья получали с аптекарских огородов. На базе Петербургского «аптекарского огорода» в настоящее время существует Ботанический сад Российской Академии наук.

В XIX в. заготовка лекарственного сырья переходит в частные руки к владельцам крупных аптекарских фирм Деля и Феррейна. Отечественная фармацевтическая промышленность была неразвита, поэтому основная масса сырья вывозилась за границу.

В период Первой мировой войны, когда население и армия оказались перед угрозой «лекарственного голода», были активизированы работы по выявлению ресурсов отечественных заменителей импортного сырья, широко развернулись фитохимические исследования.

В годы Великой Отечественной войны сбор лекарственных растений был делом оборонного значения. К 1945 г. собиралось свыше 100 видов сырья (в 1941 – лишь 25). В качестве активных антисептиков использовались фитонциды лука и чеснока, препараты из календулы, зверобойное масло, бальзам из пихты. Недосток перевязочных материалов помогал решить торфяной мох – сфагнум, который обладает гигроскопичностью и бактерицидными свойствами, что способствует быстрому заживлению ран. Использовался также обезжиренный тополиный пух, заготовка которого проводилась населением.

В 1941 г. в госпиталях впервые стали применять настойку из лимонника китайского, которая не только помогала быстро восстановить силы раненых, но и способствовала повышению остроты зрения у летчиков, вылетающих в ночные полеты. Для лечения желудочных заболеваний были предложены соплодия ольхи, корни кровохлебки, бадана, трава льнянки. Впервые было организовано производство синтетической камфоры, витаминных препаратов из хвои сосны, околоплодников незрелых грецких орехов.

Успехи фармакологии в последние годы привели к забвению народной фитотерапии, которая явилась родоначальницей фармакологии. С точки зрения фармакологии преобладает мнение Галена о том, что лечебный эффект от растений связан с содержащимися в них биологически активными веществами. Между тем есть основания предполагать, что фитотерапия основана на ином принципе лечебного эффекта, состоящего в гармонизирующем воздействии на весь организм. Растение – это цельный, биогенетически сложившийся комплекс, а такой комплекс, сформировавшийся в живой клетке, имеет большее сходство с человеческим организмом, чем отдельные химические вещества, а потому легче ассимилируется и дает меньше побочных эффектов.

Фитотерапия не дает мгновенных результатов, ее применение требует терпения и аккуратности. Но правильное и регулярное ее применение помогает организму справиться с болезнью, не снижая его иммунитет. Еще в 1909 г. дальновидный ученый, основатель «фармацевтической биологии» Александр Чирх писал: «Когда медицина основательно испортит себе желудок, применяя лекарства химического синтеза, она возвратится к древнейшим лечебным средствам человечества – лекарственным растениям и снадобьям». Так что фитотерапия – это не только древняя медицина, но и один из важнейших разделов медицины будущего.

Полевые цветы появились на земле 1,5–2 млрд лет назад. Они аккумулируют солнечную энергию, извлекают углекислоту из атмосферы, выделяют кислород и служат решающим условием существования человека и животных. С древнейших времен человек употребляет многие из них в пищу и в качестве напитков (чая, кофе и т. д.). На протяжении тысячелетий многие полевые цветы используются как лекарственные средства.

Полевые цветы оказывают на организм более мягкое действие и, как правило, не вызывают отрицательных побочных явлений и осложнений, хотя и среди них встречаются сильнодействующие и токсичные (поэтому они должны назначаться только опытным врачом, в достаточной степени знакомым с фитотерапией).

Полевые цветы – это природные комплексы различно действующих химических веществ (алкалоидов, гликозидов, эфирных масел и др.), оказывающих на организм сложное многогранное действие. Благодаря этому многогранному действию на функциональные системы организма каждое растение, как правило, обладает несколькими (соответственно количеству действующих веществ) фармакотерапевтическими свойствами, что позволяет оказывать оздоровительное действие на больных, страдающих одновременно двумя-тремя заболеваниями. Это еще одно преимущество полевых цветов при лечении.

В этой главе я посчитала нужным привести описание наиболее часто употребляемых в народной и научной медицине полевых цветов. В следующих главах вы узнаете о веществах, содержащихся в этих травах, от каких болезней они помогают и способы их применения.

Адонис весенний – многолетнее травянистое растение с коротким корневищем и шну- ровидными буровато-черными корнями. Стебли располагаются по несколько, прямостоячие, густо облиственные, почти голые после ответвления, высотой 30–40 см. Листья в очертании широкояйцевидные, мелкозубчатые. Плод – многоорешек, орешки обратнойцевидные, мелкозубчатые с завернутым книзу носиком. Цветет в апреле-мае, плодоносит в июне-июле.

Используемые части: трава.

Адонис применяют при сравнительно легких формах хронической сердечной недоста- точности, а также при неврозе сердца, повышенной нервной возбудимости, бессоннице и эпи- лепсии, инфекционных заболеваниях, когда ослабляется сердечная деятельность, при отеках различного происхождения.

Алтей лекарственный – многолетнее серо-зеленое травянистое растение высотой 60 – 150 см, с толстым, коротким, многоглавым корневищем. Стебли одиночные или их несколько, прямостоячие, ветвистые. Листья очередные, длинночерешковые, мягковолочные, опушен- ные. Цветки крупные, венчик розовый, пятилепестный. Плод – плоская дисковидная много- семянка. Семена почковидные, гладкие, коричневого цвета. Цветет с июня до сентября, пло- доносит с июля.

Используемые части: корни с корневищами, цветки и листья.

Корень алтея назначают внутрь в качестве отхаркивающего, обволакивающего, мягчи- тельного и противовоспалительного средства.

Анис обыкновенный – однолетнее травянистое растение с тонким веретенообразным корнем. Стебель прямой, округлый, бороздчатый, наверху ветвистый, коротко опушенный, высотой 30–60 см. Листья при основании влагалищные; прикорневые – длинночерешчатые, цельные; стеблевые – тройчатые, верхушечные – почти сидячие, трех- и пятираздельные линейными или ланцетными дольками. Листовые влагалища узкие. Цветки мелкие, распо- ложенные в многолучевых зонтиках без оберток и оберточек. Венчик правильный, пятилепест- ковый, лепестки белые. Тычинок 5, пестик с нижней двухгнездной завязью. Плод – яйцевид- ная, слегка сжатая, зеленовато-серая двусемянка. Цветет в июле-августе. Плоды созревают в сентябре.

Используемые части: плоды.

Препараты аниса и анисовое масло используются главным образом в качестве отхаркива- ющего средства при бронхитах. Растение оказывает также стимулирующее действие на мотор- ную и секреторную функции пищеварительного аппарата, обладает слабым дезинфицирую- щим свойством.

В народной медицине, кроме того, он применяется для повышения отделения молока у кормящей женщины, а также как мочегонное, желчегонное и общевозбуждающее средство. Его рекомендуют употреблять для усиления аппетита, уменьшения одышки, утоления жажды, при болезненных менструациях, поносах, кишечных кровотечениях, а в смеси с яичным белком – для лечения ожогов.

Валериана лекарственная – многолетнее травянистое растение высотой 180–200 см. Кор- невище короткое, вертикальное, с многочисленными тонкими, шнуровидными, беловатыми или буроватыми сочными корнями, обладающими специфическим запахом. Стебли прямо- стоячие, простые, вверху ветвистые, полые бороздчатые. Листья супротивные, непарнорассе- ченные, вверху – сидячие, внизу – длинночерешковые. Цветки мелкие, душистые, бледно- розового цвета, собраны на верхушке в щитовидное или метельчатое соцветие. Венчик ворон-

кообразный с пятилопастным отгибом. Плод – мелкая, продолговато-яйцевидная семянка с опадающим хохолком. Цветет с конца мая до августа, плоды созревают в июне – сентябре.

Используемые части: корневище с корнями.

Препараты валерианы используют при нервном возбуждении, бессоннице, неврозах сердечно-сосудистой системы, спазмах в желудочно-кишечном тракте. Также корень валерианы применяют при неврозах, мигрени, бессоннице, приливах крови к голове, особенно у женщин в климактерическом периоде.

Василек синий – однолетнее, слегка паутинисто-пушистое растение с небольшим тонким корнем и прямым, ветвистым стеблем высотой 30–60 см. Листья кожистые, с белыми поперечными волнистыми, прерванными полосами, нижние на черешках, средние и верхние сидячие, стеблеобъемлющие; пластинка листа продолговатая, волнистая, с зубчатыми колючими лопастями по краю, колючки длинные, крепкие, желтые. Цветки собраны в крупные шаровидные корзинки; венчики только трубчатые, лилово-пурпуровые, из нитевидных лепестков. Плод – более или менее опушенная, блестящая, желтовато-серая семянка около 5 мм длиной, с хохолком. Цветет в июне-июле, плодоносит в августе.

Используемые части: краевые цветки корзинок, собираемые в период полного цветения.

Василек синий используют в качестве желчегонного и мочегонного средства. Также считают, что они показаны при болезнях почек и мочевого пузыря, при задержке мочи вследствие воспалительных процессов в мочеполовых органах.

В народной медицине это растение, кроме того, используют в виде примочек при воспалении слизистой глаз и внутрь как жаропонижающее средство.

Вахта трехлистная – многолетнее травянистое растение. Корневище длинное, ползучее, членистое, толстое, узловатое, внутри губчатое. Цветочные стрелки голые, 15–35 см высотой. Стебли в числе 3–5 выходят из приподнимающейся верхушки корневищ. Листья очередные, прикорневые длинночерешковые, тройчатые, листочки на коротких черешочках. Цветки белые, 4 – 5-членные, собраны в кисть, выходящую из корневища. Плод – одногнездная коробочка. Цветет в мае-июне, плодоносит в июле-августе.

Используемые части: листья (без черешков).

Препараты из листьев вахты трехлистной назначают при истощении после перенесенных тяжелых заболеваний, как горечь для возбуждения аппетита и усиления секреторных функций желудочно-кишечного тракта, а также при метеоризме, заболеваниях печени и желчного пузыря.

В народной медицине вахту используют также при лихорадящих и простудных заболеваниях, туберкулезе легких и как противоглистное средство, отвар листьев ее – как антисептическое средство наружно для лечения язв и ран.

Гвоздика разноцветная – многолетнее травянистое растение до 60 см высотой с толстым корневищем, с придаточными корнями. Стебли прямостоячие, цилиндрические, узловатые. Листья простые, супротивные, сидячие, линейные, шероховато-опушенные. Цветки крупные, одиночные, правильные, розово-пурпуровые, пятичленные. Плод – коробочка. Цветет в июне-июле.

Используемые части: стебли, листья, цветки.

Установлено, что этот вид гвоздики является средством, не имеющим побочного действия. Настой ее травы усиливает сокращения маточной мускулатуры и оказывает кровоостанавливающее действие. Его назначают в послеродовом периоде для остановки кровотечения и инволюции матки. Гвоздика разноцветная употребляется как вяжущее, кровоостанавлива-

ющее, маточное, противовоспалительное, болеутоляющее, потогонное и противотоксическое средство.

Горец птичий – однолетнее растение с распростертыми или лежачими стеблями длиной 40 см, с более или менее ветвящимися от основания; ветви прижатые к земле или приподнимающиеся; раструбы в узлах мелкие, пленчатые, беловатые, рассеченные; листья овально продолговатые, мелкие. Цветки мелкие, невзрачные, пазушные, собраны по 2–5, бледно-зеленые или розоватые; плоды – орешки, длиннее заключающего их околоцветника, черные, тусклые, длиной 2–3 мм. Цветет с июня до сентября.

Используемые части: все растение.

Благодаря биологической активности содержащихся в траве горца птичьего флавоноловых гликозидов растение оказывает противовоспалительное действие, употребляется при маточных кровотечениях, повышенном артериальном давлении гастрите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, геморрое, бронхите, коклюше, туберкулезе легких, заболеваниях печени, почек и мочевого пузыря, подагре, полиартрите.

В китайской медицине спорыш используют как жаропонижающее и антисептическое средство. Мазью из этого растения лечат также различные кожные заболевания.

Горечавка перекрестнолистная – многолетнее голое травянистое растение высотой 20–70 см, с толстым, укороченным, буроватым корневищем. Стебли в числе нескольких не ветвистые, прямые или слегка приподнимающиеся, густооблиственные, с прикорневой розеткой листьев. На стебле листья расположены попарно, в их пазухах находятся скученные пучками цветки, сидящие на очень коротких цветоножках. Венчик цветка синий, с 4 яйцевидными отогнутыми долями. Плод – продолговатая двухстворчатая коробочка. Цветет в июне – августе; семена созревают в сентябре-октябре.

Используемые части: корневища с корнями.

Горечавку назначают для улучшения аппетита при нарушениях пищеварения, особенно сопровождающихся ахилией и диспепсическими явлениями, и как желчегонное средство. Настой и отвар корневищ горечавки применяются внутрь при катаре желудка, подагре, изжоге, запорах, ревматическом артрите (полиартритах), хроническом отсутствии аппетита, для лечения и профилактики гноящихся и плохо заживающих ран и при зловонной потливости ног.

Душица обыкновенная – многолетнее травянистое растение высотой 30–60 см, стебель разветвленный, листья черешковые, продолговато-яйцевидные, заостренные, цельнокрайные или слабовзбучатые.

Цветки собраны небольшими щитками, образующими на верхушке стебля щитковидную метелку.

Чашечка имеет 5 равных зубцов, внутри с кольцом волосков; венчик двугубый, пурпуровый, реже беловатый. Плод состоит из 4 орешков, заключенных в чашечку. Цветет с июля по сентябрь, плоды созревают с августа.

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.