

*Карманный  
целитель*



**Юрий Константинов**

# **ЛЕЧИМ ПОЧКИ**

**народными средствами**



Карманный целитель

Юрий Константинов

**Лечим почки  
народными средствами**

«Центрполиграф»

2014

## **Константинов Ю.**

Лечим почки народными средствами / Ю. Константинов —  
«Центрполиграф», 2014 — (Карманный целитель)

Почки – фильтры-труженики, не знающие отдыха на протяжении всей человеческой жизни. Они освобождают организм от продуктов обмена, чужеродных веществ, избытка воды, солей, помогают регулировать кровяное давление... Любые неполадки в работе почек отрицательно сказываются на самочувствии, поэтому при первых же симптомах нездоровья начинайте лечение. Традиционную медицину никто не отменяет, но народные методы лечения, пришедшие к нам из глубины веков, и рецепты современных фитотерапевтов и целителей обязательны в дополнение к лекарственным методам. Народная медицина играет большую роль в лечении почечных болезней. Это лечение травами, ягодами, натуральными безвредными продуктами. Автор подскажет вам, как правильно собрать и сохранить сырье, приготовить целительные отвары, настои, научит все это грамотно применять. Расскажет, как вывести песок и провести очищение почек, научит, как провести разгрузочные дни, соблюсти диету, сделать лечебный массаж и гимнастику. Читайте нашу книгу и будьте здоровы!

© Константинов Ю., 2014

© Центрполиграф, 2014

# Содержание

Предисловие	5
Лекарственные растения	6
Нефрит	10
Сущность заболевания	10
Конец ознакомительного фрагмента.	11

# Юрий Константинов

## Лечим почки народными средствами

### Предисловие

Почки – два небольших органа размером с кулак, расположенные по обеим сторонам от позвоночника сразу над талией, играют жизненно важную роль в организме человека. Они очищают кровь, выводя шлаки и излишек жидкости, поддерживают здоровый баланс различных химических элементов в организме и помогают регулировать кровяное давление.

В случае болезни или повреждения почек они могут неожиданно или постепенно утрачивать способность выполнять свои функции. Отходы жизнедеятельности и избыток жидкости начинают накапливаться в организме, вызывая различные болезненные симптомы, в частности отеки рук и ног, одышку и частые позывы к мочеиспусканию. Если не лечить их, почки могут в конце концов прекратить функционировать. Утрата функции почек – очень серьезное и потенциально смертельное заболевание.

Болезни почек многообразны, но самыми распространенными являются нефрит, мочекаменная болезнь, нефроптоз, почечная недостаточность.

Большинство почечных болезней характеризуются следующими симптомами:

- общая слабость, недомогание, быстрая утомляемость,
- головная боль,
- ухудшение аппетита,
- утренние отеки, особенно в области век,
- повышение артериального давления,
- озноб и лихорадка,
- бледный цвет кожных покровов.

Из местных симптомов следует отметить следующие:

- боль в области поясницы со стороны поражения или с обеих сторон,
- покраснение кожи над проекцией почек,
- выбухание в поясничной области,
- изменения мочи: выделение кровавой мочи (гематурия), изменение ее цвета (мутная, коричневатая, насыщенно желтая или слабо концентрированная),
- частые позывы к мочеиспусканию,
- дискомфорт боль или жжение во время мочеиспускания.

Иногда могут быть симптомы заболевания почек, характерные. Болезни почек классифицируются как острые (когда утрата функций наступает внезапно и резко) или хронические (когда почки разрушаются постепенно, возможно, в течение многих лет). Хроническая форма особенно коварна: симптомы болезни могут не проявляться до тех пор, пока не наступают значительные, зачастую непоправимые, повреждения органов.

В настоящее время в России успешно диагностируются и лечатся любые заболевания почек. Однако большую роль играют не только методы лечения почек, но и сознательность пациентов, их желание и настойчивость, необходимые для соблюдения диеты, ведения здорового образа жизни, использования народных методов лечения.

## Лекарственные растения

Большую роль в лечении почечных болезней играют методы народной медицины. Это лечение травами, лекарственными растениями, натуральными безвредными продуктами. Народные методы лечения, пришедшие к нам из глубины веков, и рецепты современных фитотерапевтов и целителей обязательны в дополнение к лекарственным или хирургическим методам, но всеми этими методами нужно уметь пользоваться.

Основным средством сохранения здоровья и борьбы с болезнями народная медицина многих стран считает лекарственные растения. Лекарства растительного происхождения лучше переносятся, побочные явления редки и более слабо выражены. Лечение травами научно обосновано.

В России лекарственные растения также применялись издавна. Лечение занимались знахари, ведуны, шаманы. После крещения Руси (988 год) Из применения лекарственных растений возникла целая система лечебных мероприятий – фитотерапия. Лечебные свойства растений обусловлены наличием в них разнообразных по своему составу химических веществ (алкалоидов, витаминов, ферментов, органических кислот, эфирных масел и др.), обладающих лечебным действием на организм человека. При неумелом и неумеренном употреблении трав можно не только не улучшить здоровье, но и нанести ему вред.) сбором лекарственных растений и лечением ими занимались церковнослужители, главным образом монахи. Ученые монахи составляли монастырские сочинения, включавшие сведения о лекарственных растениях.

Собирать лекарственные растения может только тот, кто хорошо с ними знаком. Нужно безошибочно их распознавать и уметь отличить похожих на них близких, но не лекарственных видов.

Необходимо иметь сведения о географическом распространении отдельных видов лекарственных растений и об их месте обитания.

Количество и качество действующих начал, химический состав растений зависят как от вида растения, так и от условий его места обитания, времени сбора, способов сушки и условий хранения.

Биологически активные вещества в растительном организме накапливаются в различных его частях и в определенные периоды развития растений. У одних видов растений лекарственные вещества накапливаются в почках, стеблях и листьях, у других – в цветках или плодах, у третьих – в корнях или коре. При несвоевременном сборе могут быть заготовлены растения с наименьшим содержанием активных соединений, поэтому их ценность их будет незначительной. Время и место накопления биологически активных веществ в растении фактически определяют срок его заготовки. Цветение различных видов растений происходит в различное время и отличается различной продолжительностью. Время цветения определяет, как правило, время сбора цветков, листьев и травы (стеблей вместе с листьями и цветками). У некоторых растений заготавливают верхушки стеблей с листьями и цветками (таких как чабрец, череда, зверобой, донник, шалфей).

**Почки.** Собирают их ранней весной, когда они набухают, но еще не тронулись в рост, обычно это бывает в марте-апреле. Крупные почки (сосновые) срезают ножом, мелкие (березовые) обмолачивают после сушки ветвей. Сушить почки следует очень осторожно; в прохладном проветриваемом помещении, довольно длительное время.

**Кора.** Кору деревьев следует собирать весной, в период усиленного выделения сока, в это время ее легче отделить от древесины. Позже (в конце весны и летом) она не снимается.

**Листья.** Сбор листьев ведут в период появления бутонов и цветения растений, до начала плодоношения. Делают это в сухую погоду, обрывая листья руками. Обычно собирают только

развитые прикорневые, низкие и средние стеблевые листья. Листья увядшие, поблекшие, изъеденные собирать нельзя, полноценного лекарства из них не получится.

**Травы.** Травы обычно собирают в начале цветения, у некоторых видов – при полном цветении растений. Срезают их ножами или серпами без грубых приземных частей.

**Цветки и соцветия.** Цветки и соцветия надо собирать в начале цветения. В этот период цветы содержат больше действующих веществ, меньше осыпаются при хранении, лучше выдерживают сушку. Цветы собирают вручную, ошипывая их и обрывая цветоножки.

**Плоды и семена.** Наиболее богаты лекарственными веществами созревшие плоды и семена, поэтому их собирают по мере полного созревания, обрывая вручную.

**Корни, корневища, луковицы.** Корни, корневища, луковицы собирают обычно в период отмирания надземных частей (конец лета и осень). Их можно собирать и ранней весной до начала отрастания надземных частей, но весной период заготовки очень короткий (несколько дней). Выкапывают их лопатами или вилами. Корневища и корни сначала отряхивают от земли, а затем промывают в воде. Промытые корни сразу же раскладывают на мешковине или бумаге и подсушивают. Затем корни очищают от остатков стеблей, мелких корешков, сгнивших частей и окончательно досушивают.

Все надземные части растений собирают только в сухую погоду. Если утром была роса или прошел дождь, то заготовки начинают только после того, как растения полностью обсохнут. Под вечер, когда снова появляется роса, сбор также прекращают. Лучшим периодом сбора лекарственного сырья является время с 8–9 до 16–17 часов. Подземные части, которые после сбора моют, можно заготавливать и при росе, и при дожде. Собранные растения тщательно перебирают, очищают от случайно попавших других видов растений, загнивших, завядших и потерявших окраску частей, комочков земли. Не следует собирать запыленные, загрязненные растения, вблизи дорог с движением транспорта.

**Сушка и хранение.** При несвоевременной сушке разрушаются действующие вещества, размножаются вредные микроорганизмы, что ведет к загниванию и порче сырья. Основная задача сушки – удаления из сырья влаги, в результате чего прекращаются жизненные процессы и действие ферментов. Чем быстрее производится сушка, тем выше качество сырья. Характер сушки зависит от вида сырья. Сырье, содержащее эфирные масла (тимьян, чабрец, душица), сушат медленно (при температуре не выше 30–35 °С). При наличии в сырье гликозидов (в горичеве, ландыше) его необходимо сушить при температуре 50–60 °С. Сырье, содержащее аскорбиновую кислоту (плоды шиповника, листья первоцвета), сушат при температуре 80–90 °С.

В хорошую погоду сырье сушат на открытом воздухе, на солнце, под навесами, в хорошо проветриваемых помещениях, в плохую погоду – в сушилках, печах, духовках.

Различные части растений дают различный выход готовой продукции. Из 100 г сырых листьев получается лишь 20 г сухих. Вес травы (стеблей с цветками и листьями) уменьшается на 70 %, цветков – на 75 %, корней – на 65 %, коры – на 40 %.

Основными формами, чаще всего применяемыми при лечении различных заболеваний, являются настои, отвары и настойки. Настои и отвары – водные вытяжки из лекарственных растений.

**Настои** обычно готовят их листьев, цветков, стеблей; отвары – из коры, корней, корневищ. Растительное сырье измельчают; листья, цветки – до 5 мм, стебли, кору, корни, корневища – не более 3 мм, плоды и семена – не более 0,5 мм. Чаще всего применяется горячий способ приготовления настоя. Измельченное сырье помещают в эмалированную или фарфоровую посуду, заливают крутым кипятком, плотно закрывают крышкой и ставят на 2–3 часа в теплое место (можно укутать полотенцем). Затем настой остужают при комнатной температуре, отжимают и процеживают через марлю. Осторожно с настоем чистотела, его процежи-

вают через слой ваты и марли. Настои являются более чистыми лекарственными формами, они хорошо всасываются и оказывают более быстрое и сильное действие. Водные настои можно приготовить и холодным способом. Обычно способ приготовления настоя указан в рецепте, но если этого нет, то настоем готовится обычным (горячим) способом или холодно-горячим.

При холодном способе приготовления настоя измельченные части растений заливают холодной кипяченой водой и настаивают 4–8 часов в закрытом сосуде. Затем настоем фильтруют через марлю и употребляют по рецепту. Иногда применяют и смешанный (холодно-горячий) способ приготовления настоев, при котором более полно извлекаются действующие начала растений. При этом способе измельченные части растений сначала настаивают 4–8 часов в холодной кипяченой воде в закрытом сосуде, процеживают. Остаток растений (после процеживания) заливают кипятком и на 15–20 минут ставят на горячую плиту, не доводя до кипения. После этого настоем вновь процеживают и отжимают. Затем смешивают оба настоя, приготовленных холодным и горячим способом.

**Отвары.** Мелко измельченное сырье помещают в эмалированную или стеклянную посуду, заливают кипяченой водой и настаивают 1–2 часа. Затем закрывают крышкой и нагревают 30 минут на кипящей водяной бане (другая кастрюля с водой стоит на огне, а в ней наша трава в посуде). Затем все остужают при комнатной температуре, остаток сырья отжимают и процеживают, через сложенную в несколько слоев марлю или вату (или их сочетание). Полученный отвар доводят кипяченой водой до нужного объема и принимают по рецепту.

Из большинства растений настои и отвары готовят в соотношении 1:10 и 1:20, то есть из 1 весовой части измельченного сырья готовится 10–20 частей настоя или отвара. Настои некоторых растений для внутреннего употребления готовят менее концентрированными, для них соотношение сырья и воды составляет 1:30, 1:40 и т. д. Это соотношение обычно указывается в рецепте приготовления сбора трав. Настои, предназначенные для наружного применения, готовят, напротив, более концентрированными. Они применяются для обмываний, ванн, компрессов, примочек, припарок.

**Хранение настоев и отваров.** Отвары и настои быстро портятся, особенно когда жарко. В связи с этим лучше всего их готовить ежедневно. Если это невозможно, их хранят в темном прохладном месте или в холодильнике, но не более 2 суток.

Общепринятой дозой при приготовлении настоев и отваров считают 1 ст. ложка сухого измельченного растения на стакан холодной воды или кипятка (4 ст. ложки на 1 л). При использовании сильнодействующих растений берут 1 (иногда 0,5) ч. л. измельченного сырья на стакан воды.

**Спиртовые настойки.** Они оказывают особенно сильное действие и употребляются в небольших дозах в виде капель. Доза варьирует от 1–5 до 10–25 капель.

Настойки готовят из лекарственных растений на фармацевтических заводах или в специально оборудованных лабораториях. Их делают на 70 %-ном или 40 %-ном медицинском спирте. Можно приготовить их и в домашних условиях, тщательно соблюдая технологию. Для приготовления спиртовых настоек берут 1 весовую часть сухого измельченного растения и такое количество спирта, чтобы получилось 5 объемных частей настойки, а для сильнодействующих растений – 10 объемных частей настойки. Из большинства растений настойки готовят в соотношении 1:10.

Измельченные растения помещают в сосуд, заливают 70 %-ным медицинским спиртом, плотно закупоривают и настаивают при комнатной температуре в течение 7 дней. Затем настойку сливают, хорошо отжимают остатки растений и фильтруют. Приготовленные настойки должны быть прозрачными и иметь вкус и запах настаиваемого растения.

Спиртовые настойки пригодны для длительного хранения. Употребляют их в небольших количествах и дозируют обычно каплями (10–30 капель, реже меньше или больше).

**Целебные чаи.** Широко в медицинской практике применяют сборы или чаи, смеси высушенных и измельченных лекарственных растений. Из сборов также можно приготовить настои и отвары.

Основными травами, применяемыми при желчнокаменной и мочекаменной болезнях являются: полевой хвощ, листья брусники, листья толокнянки, спорыш, плоды шиповника. Сюда же относятся цветки календулы, листья березы, трава горца птичьего, трава зверобоя, петрушка.

# Нефрит

## Сущность заболевания

Нефрит представляет собой группу воспалительных заболеваний почек, поражающих клубочковый аппарат. Нефрит может быть диффузным (поражающим клубочки полностью) и очаговым (с отдельными воспалительными очагами). Диффузный нефрит более опасен для здоровья человека. Он может протекать в острой и хронической формах.

При нефрите поражению подвержены чашечно-лоханочные системы почек, их канальцы, клубочки и сосуды. Воспаление почек может возникать как самостоятельно, так и в качестве осложнения различных заболеваний. Чаще всего воспалению почек подвержены женщины.

Нефрит разделяют на группы:

- пиелонефрит (воспаление почек бактериального происхождения);
- гломерулонефрит (воспаление гломерул);
- интерстициальный нефрит (поражение интерстициальной ткани и почечных канальцев);
- шунтовый нефрит (осложнение иммунных комплексов в почечных клубочках).

По происхождению нефрит может быть первичным и вторичным.

Первичный нефрит возникает вследствие первичных заболеваний почек, среди которых фигурирует острый или хронический гломерулонефрит. На его долю выпадает около 80 % всех случаев заболеваемости нефритом.

Вторичный нефрит развивается в качестве вторичного заболевания при разнообразных патологических процессах. Причинами нефрита могут быть:

- амилоидоз почек, сахарный диабет;
- инфекционные заболевания (туберкулез, малярия, грипп, сифилис);
- аутоиммунные заболевания (ревматоидный артрит, красная волчанка);
- аномальные аллергические реакции;
- васкулиты, миеломная болезнь, тромбозы;
- онкологические заболевания;
- отравления ядами или тяжелыми металлами (свинец, ртуть, золото);
- гинекологические заболевания у женщин;
- беременность (нефропатия беременных);
- алкоголизм.

Симптомы нефрита таковы. Клинические симптомы нефрита не зависят от его причин и всегда проявляются одинаково: общей слабостью больного, потерей аппетита, сухостью во рту и постоянной жаждой, болями в пояснице и головной болью. Количество мочи уменьшается, иногда наблюдаются тошнота и рвота, вздутие живота и понос, отечность конечностей и лица. Анализы показывают протеинурию (обнаружение белка в моче), гиперлипидемию, гипопропротеинемию.

Затянувшееся воспаление почек и прием диуретиков обычно вызывают парестезию (чувство онемения и покалывания кожи), сильную слабость, мышечные боли и судороги. Эти симптомы проявляются из-за потери организмом полезных веществ, в частности калия и хлоридов. Если вследствие нефрита возникает гидроторакс (скопление жидкости в плевральной полости) или гидроперикард (скопление жидкости внутри перикарда), у больного появляется одышка даже в спокойном состоянии.

## **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.