

*Карманный
целитель*



Юрий Константинов

ИСЦЕЛЕНИЕ ОТ БОЛЕЗНЕЙ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

народными средствами



Юрий Константинов
Исцеление от болезней
дыхательных путей
народными средствами
Серия «Карманный целитель»

Текст книги предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=9753923

Исцеление от болезней дыхательных путей народными средствами:

Центрполиграф; Москва; 2015

ISBN 978-5-227-05559-0

Аннотация

С приходом холодов активизируются различные простудные заболевания. А некоторые мучаются ими круглый год. К сожалению, все еще часто встречается один из самых страшных недугов дыхательных путей – туберкулез... Важно знать, как не допустить заболеваний дыхательных путей, а вместе с ними и осложнений, которые часто возникают на их фоне и являются весьма опасными. Эта книга поможет вам распознать большинство заболеваний дыхательных путей и даст рекомендации по лечению, основанные на проверенных народных средствах, против которых не возражает современная медицина. Вы узнаете все о профилактике, правильном поведении и

питании при ангине, пневмонии, туберкулезе, бронхите, трахеите, фарингите и ларингите. Научитесь самостоятельно, в домашних условиях готовить безвредные природные лекарства и проводить необходимые процедуры.

Содержание

Предисловие	5
Обращение с лекарственными растениями	9
Ларингит	18
Сущность и причины заболевания	18
Симптомы	21
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Юрий Константинов

Исцеление от болезней дыхательных путей народными средствами

Предисловие

Органы дыхания – это несколько органов, объединенных в единую бронхолегочную систему. Она состоит из двух отделов:

- дыхательных путей, по которым проходит воздух;
- собственно легких.

Дыхательные пути принято делить на:

- верхние дыхательные пути – нос, придаточные пазухи носа, глотка, евстахиевы трубы и некоторые другие образования;
- нижние дыхательные пути – гортань, система бронхов от самого крупного бронха организма – трахеи до самых мелких их разветвлений, которые принято называть бронхиолами.

Дыхательные пути проводят воздух из атмосферы до легких; очищают воздушные массы от пылевых загрязнений;

защищают легкие от вредных воздействий (на слизистой оболочке бронхов оседают, а затем выводятся из организма некоторые бактерии, вирусы, инородные частицы и пр.); согревают и увлажняют вдыхаемый воздух. Все эти важнейшие функции органов дыхания могут серьезно нарушаться при заболеваниях бронхолегочной системы.

Общеизвестно, что чем раньше выявлено заболевание, тем быстрее и успешнее оно излечивается.

Поэтому очень важно вовремя заподозрить возникновение болезни, своевременно обратиться к врачу и как можно раньше начать лечение.

С приходом холодов активизируются различные простудные заболевания. Важно знать, как не допустить заболевания дыхательных путей, а вместе с ними и осложнений, которые сопутствуют некоторым простудным недугам и являются весьма опасными. Болезни опасны осложнениями, поэтому важно не допустить их. Соблюдения предписаний врачей помогут быстрее выздороветь. Ещё летом нужно заботиться о своём иммунитете. Этому помогут длительные прогулки, купание, обливание, правильное питание.

В период эпидемии надо стараться бывать как можно меньше в местах массового скопления народа. Если это неизбежно, то поможет маска, купленная в аптеке. Это раньше люди стеснялись ходить по улице в таких повязках, затем они практически вошли в моду. Данная мера предосторожности намного снижает риск заболевания. Выходя из дома,

важно не забыть смазать наружную часть ноздрей оксалиновой мазью. Она не даст микробам проникнуть внутрь организма.

При повышенной склонности к заболеваниям верхних дыхательных путей и легких нужно поставить в помещение, где вы проводите большую часть времени, комнатный лимон, бегонию бело-пятнистую, пеларгонию, олеандр белый, примулу весеннюю, фикус упругий или домашнюю герань. Воздух, насыщенный фитонцидами этих растений, очень полезен и для легочных больных, и для здоровых. Он способен повысить функциональную активность организма, стимулировать его защитные силы.

За час горения газовой плиты концентрация угарного газа и двуокиси азота на кухне становится такой, что она значительно превышает норму, допустимую, например, на химических заводах. Велико порой загрязнение воздуха и в других помещениях квартиры. В нем обнаруживаются различные растворители, содержащиеся в красках, клеях, пластиках; пластификаторы – вещества, придающие гибкость пластмассам; табачный дым; бактерии; различные аллергены, вредно воздействующие на организм. Растения не только усваивают накапливающийся в воздухе углекислый газ и выделяют кислород, но и поглощают целый ряд вредных веществ. Среди них особенно выделяется комнатное растение хлорофитум. Оно очищает воздух лучше, чем некоторые технические устройства. Это растение ученые предложили

для очистки воздуха даже в космических кораблях.

При наличии трахеитов, бронхитов, воспалений легких, туберкулеза легких полезно вдыхать ароматы эфирных масел базилика или кориандра.

Важно уметь сочетать медикаментозное лечение с применением народных средств, проверенных временем.

Обращение с лекарственными растениями

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, ощипывая их и обрывая цветоножки.

Плоды и семена. Наиболее богаты лекарственными веществами созревшие плоды и семена, поэтому их собирают по мере 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°C). При наличии в сырье гликозидов (в горицвете, ландыше) его необходимо сушить при температуре 50–60°C. Сырье, содержащее аскорбиновую кислоту (плоды шиповника, листья первоцвета), сушат при температуре 80–90°C.

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, кор-

невища – 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 процеживают 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 настой 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 настой 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 настой 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.

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 хране-

ния. Употребляют их в небольших количествах и дозируют обычно, как я уже сказал, 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.

Ларингит

Сущность и причины заболевания

Ларингитом называют острое или хроническое воспаление гортани. В патологический процесс может вовлекаться как вся слизистая оболочка гортани (разлитая форма ларингита), так и отдельные ее части – слизистая надгортанника, голосовых складок или стенок подголосовой полости.

Попадая на слизистую оболочку гортани, причинный фактор (как инфекционный, так и неинфекционный) повреждает ее, вследствие чего в месте повреждения возникает отек и боль, появляется гиперемия (покраснение) и кровоизлияния, усиленно выделяется слизь.

В большинстве случаев острый ларингит развивается не как самостоятельное заболевание, а параллельно с воспалением других отделов дыхательных путей (носа, горла, трахеи, бронхов и легких) – причиной этому являются ОРВИ (грипп, аденовирусная инфекция). Гортань вовлекается в патологический процесс также при кори, дифтерии и коклюше, может быть осложнением сифилиса и туберкулеза.

Реже острый ларингит вызывается бактериальной инфекцией, в частности, стрепто- и стафилококковой – обычно это происходит вследствие вторичного инфицирования сли-

зистой глотки при ослаблении иммунной системы организма на фоне ОРВИ или хронических инфекций.

Помимо инфекционных агентов причинами острого ларингита являются:

- частички пара, газов и пыли, содержащиеся воздухе;
- внешние аллергены (растительные, пищевые, химические);
- термическое воздействие на слизистую гортани (горячая или холодная пища и питье);
- повышенная нагрузка на голосовой аппарат;
- курение.

Реже острый ларингит может проявиться на фоне гастроэзофагеальной рефлюксной болезни (ГЭРБ), когда кислое содержимое желудка попадает на слизистые верхних дыхательных путей, в частности гортани, и оказывает на них раздражающее воздействие.

Развитию хронической формы ларингита способствуют:

- частые острые ларингиты, особенно без адекватного лечения;
- хронические воспалительные процессы в дыхательных путях;
- регулярные повышенные нагрузки на голосовой аппарат (чаще встречается у педагогов – так называемый лекторский ларингит);
- переохлаждение;
- курение активное (встречается практически у 100% ку-

рящих – «ларингит курильщика») и пассивное;

- употребление алкоголя;

- вдыхание загрязненного химическими веществами и пылью воздуха.

Симптомы

В течение 7-10 дней после начала заболевания ларингит принято считать острым, если же симптоматика сохраняется в течение более длительного периода, имеет место хронизация процесса.

Основными симптомами ларингита у взрослых и у детей являются:

- сухость, першение, щекотание, жжение, чувство инородного тела в горле;
- болезненность при глотании;
- частый поверхностный сначала сухой, позже – с мокротой кашель;

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.