

*Карманный
целитель*



Юрий Константинов

РАСТОРОПША

УНИКАЛЬНОЕ СРЕДСТВО

**от алкоголизма, астмы, гастрита,
диабета, ожирения,
онкологии...**



Юрий Константинов
Расторопша. Уникальное
средство от алкоголизма,
астмы, гастрита, диабета,
ожирения, онкологии
Серия «Карманный целитель»

Издательский текст

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=23886549

*Расторопша. Уникальное средство от алкоголизма, астмы, гастрита, диабета, ожирения, онкологии: Центрполиграф; М.; 2017
ISBN 978-5-227-07191-0*

Аннотация

Переоценить пользу расторопши невозможно, поскольку это растение нашло применение практически во всех областях медицины. Используется для лечения многих болезней печени, среди которых дистрофия, гепатит С, цирроз. Применяется при хронических отравлениях, сопровождающихся интоксикацией. Показана беременным при токсикозах и людям, проживающим в экологически неблагоприятных районах. Расторопша – это уникальное средство, обеспечивающее выживание в случае отравления бледной поганкой! В кардиологии применяется

в качестве профилактического средства, укрепляющего сердечно-сосудистую систему. Способствует потере лишних килограммов, снижает уровень сахара в крови... В косметологии масло расторопши используется как один из основных ингредиентов омолаживающих, очищающих, ранозаживляющих и тонизирующих кремов, бальзамов и мазей. Масло расторопши – очень вкусное и ароматное, его можно использовать для заправки каши, салата, винегрета, соуса, маринада и приготовления выпечки.

Содержание

Предисловие	6
О растении расторопша	8
Состав расторопши	12
Формы использования растения	19
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Юрий Константинов
Расторопша. Уникальное
средство от алкоголизма,
астмы, гастрита, диабета,
ожирения, онкологии

© Константинов Ю., 2017

© Художественное оформление, «Центрполиграф», 2017

© «Центрполиграф», 2017

Предисловие

Переоценить пользу расторопши просто невозможно, поскольку это растение нашло применение практически во всех областях медицины.

Расторопша используется для лечения многих болезней печени, среди которых: дистрофия; гепатит С; цирроз печени, спровоцированный алкоголем, токсинами или радиацией.

Применяется при хронических отравлениях алкоголем, наркотиками, лекарственными препаратами, продуктами питания, сопровождающихся интоксикацией. Кроме того, расторопша показана беременным при токсикозах и людям, проживающим в экологически неблагоприятных районах.

Расторопша – это уникальное средство, обеспечивающее выживание в случае отравления бледной поганкой.

В кардиологии растение применяется в качестве профилактического средства, укрепляющего сердечно-сосудистую систему в целом, и капилляры в частности.

Расторопша путем нормализации липидного обмена, выведения шлаков и токсинов способствует потере лишних килограмм, поэтому применяется при ожирении. Это растение снижает уровень сахара в крови, поэтому используется при лечении сахарного диабета.

В косметологии преимущественно используется масло

расторопши, как один из основных ингредиентов омолаживающих, очищающих, ранозаживляющих и тонизирующих кремов, бальзамов и мазей.

Если говорить о вреде растения, то при правильном соблюдении дозировки и следовании рекомендациям врача препараты расторопши абсолютно безвредными. Мало того, они эффективнее и безопаснее лекарственных препаратов, признанных официальной медициной.

Принимается расторопша в виде отвара, настоя, порошка, чая, настойки, сиропа, таблеток. Также расторопша может входить в состав других лекарственных препаратов.

Длительность курса лечения при помощи расторопши составляет от одного до полутора месяцев (все зависит от вида заболевания, степени его тяжести и самочувствия больного). При необходимости можно повторить курс лечения.

В профилактических целях рекомендуется принимать препараты расторопши не меньше двух раз в год – весной и осенью, когда организм нуждается в дополнительной защите.

О растении расторопша

Расторопша пятнистая – травянистое растение. В высоту это одно, либо двулетнее растение достигает 60–150 см (при грамотном культивировании высота расторопши может превышать и два метра).

Прямостоячий ветвистый стебель растения облачен в темно-зеленые или же салатовые листья, испещренные серебристо-перламутровыми пятнами. Кроме того, листья расторопши имеют длинные желтые колючки по краям.

Соцветия растения собраны в сиреневые корзинки, диаметр которых составляет 5–6 см. Плод расторопши представляет собой семянку серого, светло-коричневого либо черного цвета. Листья, которые окружают корзинку, также оснащены острой колючкой. Каждая семянка имеет хохолок из волосков, которые в два – три раза превышают длину самой семянки. Семена не имеют запаха, но при этом отличаются горьковатым вкусом.

Расторопша широко распространена по миру, она произрастает в средиземноморских странах, в Великобритании, Африке, на американском континенте, в Азии. В России встречается как в европейских регионах, так и в горах Кавказа, а также в Сибири. Расторопша предпочитает плодородные почвы, хорошо освещенные, солнечные места. Быстро заполняет собой пустыри, поля, дорожные обочины. В

некоторых странах расторопша высаживается целыми плантациями с целью получения лекарственного сырья.

Легенды называют расторопшу подарком Девы Марии, этим объясняются и некоторые народные названия растения – Марьин чертополох, Марьины колючки. Именно Богоматерь сообщила людям о лечебной силе расторопши. Белые пятна на пестрой листве расторопши являются символом молока Девы Марии.

В Древней Греции и Древнем Риме для лечения использовался отвар расторопши. В книгах известного врача и ботаника Диоскорида расторопша описывается как эффективное средство при самых разных заболеваниях, в том числе нарушениях в работе печени.

С давних пор используется расторопша и в восточной медицине, ее целебные свойства описываются индийскими врачами и гомеопатами. В русских травниках и справочниках также неоднократно упоминаются разнообразные лекарственные эффекты расторопши. Пчеловодами замечено, что мед, который пчелы собирают с цветов расторопши, также обладает лечебными свойствами и благоприятно воздействует на печень, почки, все органы пищеварения, способствует оттоку желчи.

Семена (плоды). Препараты из плодов расторопши применяются при болезнях печени, почек, щитовидки и селезенки, при алкогольных и пищевых отравлениях. Кроме того, семена растения являются отличным профилактическим

средством, показанным к употреблению жителями экологически неблагоприятных регионов. Рекомендуется употреблять семена людям, задействованным на вредных производствах, и спортсменам при высоких физических нагрузках.

Листья. Листья растения применяются в качестве легкого слабительного, мочегонного, желчегонного и потогонного средства.

Корень. Препараты из корней расторопши преимущественно применяются при лечении следующих заболеваний: катар желудка; понос; радикулит; судороги; зубная боль; задержка мочи.

Помимо лечебных свойств, расторопша ценилась в народе как съедобное растение. Семена расторопши служили приправой к пище, корни употреблялись как свежими, так и после тепловой обработки, а свежие побеги и листья расторопши служили компонентом салатов и гарниров. Высушенные цветы расторопши могут использоваться как приправа.

В диетическом питании расторопша применяется и по сей день, особенно популярна паста из семян расторопши – урбеч – у сторонников вегетарианской диеты.

Сбор и хранение. Лечебные свойства имеют как подземная, так и надземная части растения, но все же основную ценность расторопши представляют, прежде всего, семена.

Сбор *семян* расторопши осуществляется с августа по октябрь (семена растения созревают неравномерно), а именно в период, когда начинают лететь «парашюты» с семенами и

желтеют корзинки. Главный сигнал созревания семян – это образование белого пушка в самих корзинках. Корзинки с семенами срезаются при помощи секатора.

Корни растения выкапываются осенью (после созревания семян) и промываются под проточной водой, подготавливаясь к сушке.

Листья расторопши заготавливаются в это же время.

Срезанные корзинки укладываются тонким слоем на решето, под которым предварительно расстилается бумага или ткань. Важно, чтобы помещение, в котором будут сушиться корзинки, проветривалось, но при этом следует избегать сильных сквозняков (в противном случае «парашюты» с семенами разлетятся).

После просушки посредством ножниц необходимо срезать колючки с корзинок, после чего разломать их и вытряхнуть семена. Для просушки семена раскладываются тонким слоем на бумаге. Кроме того, можно собрать корзинки расторопши в мешочек и хорошо обмолотить его палкой. Хранятся семена в тщательно проветриваемом помещении в тканевых мешочках.

Корни, как и листья, измельчаются и высушиваются либо в помещении, либо в сушильном шкафу, температура в котором должна быть порядка 40–50 °С. Корни и листья расторопши хранятся в закрытых стеклянных емкостях. Срок хранения семян – три года, корней и листьев – год.

Состав расторопши

В состав расторопши входит огромное количество биологически активных веществ.

Силимарин. Данное вещество, редко встречающееся в природе, осуществляет защиту и лечение мембраны, представляющей собой оболочку клеток нашего организма:

- укрепление клеточных мембран;
- способствование образованию новых клеток;
- стимулирование синтеза белка;
- увеличение выработки желчи;
- нейтрализация действия ядовитых веществ.

Таким образом, силимарин является отличным профилактическим и лечебным средством, помогающим предупредить либо излечить заболевания печени, а также желчного пузыря.

Жирные масла:

- способствование регенерации тканей, а также клеток организма;
- снятие воспаления;
- нормализация обменных процессов;
- способствование процессу заживления ран;
- защита от неблагоприятного действия канцерогенных веществ.

Эфирное масло:

- нормализует функционирование ЦНС;
- в несколько раз усиливает секрецию желез;
- регулирует (а именно усиливает) моторику ЖКТ.

Смолы:

- дезинфицируют раны;
- нейтрализуют болезнетворные микробы и бактерии;
- повышают защитные силы организма.

Слизи:

- устраняют очаги воспаления;
- ускоряют заживление ран;
- способствуют выведению мокроты.

Лигнаны:

- выводят токсины, тем самым препятствуя развитию онкозаболеваний;
- снижают концентрацию холестерина, что предупреждает образование склеротических бляшек;
- нормализуют гормональный баланс;
- ускоряют обменные процессы;
- улучшают кислородный обмен;
- регулируют работу нервной системы.

Флавоноиды:

- укрепляют капилляры;
- нейтрализуют свободные радикалы;
- нормализуют кровяное давление;
- регулируют функционирование ЦНС;
- стимулируют работу коры надпочечников;

- снимают воспаление;
- нормализуют сердечный ритм.

Сапонины:

- усиление секреции бронхиальных желез;
- способствование процессу синтеза кортикостероидов;
- регулирование водного и солевого обменов;
- активизирование функций гормонов;
- снятие воспаления.

Органические кислоты:

- повышение аппетита;
- активизирование всех обменных процессов, что приводит к нормализации расщепления жиров;
- укрепление иммунитета;
- выведение токсинов;
- регулирование процесса пищеварения.

Белок:

- обеспечение организма гормонами, антителами и другими жизненно необходимыми ферментами;
- нормализация гормонального баланса;
- транспортировка гемоглобина;
- укрепление иммунитета.

Алкалоиды:

- нормализуют кровообращение;
- нейтрализуют болевой синдром;
- возбуждают ЦНС при употреблении небольших доз и угнетают при приеме увеличенной дозы.

Витамины группы В:

- обеспечивают энергией мышцы, нервную систему, головной мозг;
- снимают умственное и физическое утомление;
- укрепляют иммунитет;
- синтезируют гемоглобин;
- способствуют выработке половых гормонов;
- улучшают состояние кожного покрова, волос, ногтей.

Витамин С:

- нейтрализует разрушительное воздействие свободных радикалов, которые ломают ферментативные реакции, что наносит серьезный вред организму;
- снижает содержание мочевой кислоты непосредственно в крови;
- регулирует окислительно-восстановительные процессы клеточного дыхания;
- усиливают рост и развитие костной ткани;
- увеличивают проницаемость капилляров;
- укрепляют иммунитет.

Витамин К:

- обеспечивает полноценный обмен веществ как в костной, так и в соединительной тканях;
- способствует усваиванию кальция и его нормальному взаимодействию с витамином D;
- предупреждает развитие возрастных воспалений, поскольку снижает в организме содержание особых веществ,

которые иммунитетом воспринимаются как сигнал к старению;

- предотвращает возможное кровотечение в процессе родов;

- нейтрализует токсины, губительно действующие на печень и провоцирующие развитие серьезных заболеваний, одним из которых является рак.

Расторопша содержит множество полезнейших микро- и макроэлементов, среди которых калий, бор, йод, кальций, магний, хром, марганец, цинк, железо и медь, витамины А, D и F. Всего лишь один грамм расторопши содержит:

- кальция 17 мг;
- калия 9 мг;
- магния 4 мг;
- селена 23 мг;
- бора 22 мг;
- йод, цинк, марганец и другие микроэлементы. Отдельного внимания при рассмотрении состава расторопши заслуживают витамин Е и селен.

Витамин Е. Витамин Е по праву считается главным антиоксидантом среди всех витаминов. Именно витамин Е принимает активное участие в процессе нейтрализации свободных радикалов, нарушающих многие ферментативные реакции. Витамин Е показан мужчинам и женщинам с нарушением функции половых желез, поскольку нормализует функ-

ционирование репродуктивной системы в целом:

- укрепление капилляров;
- предупреждение образования тромбов;
- уменьшение проявлений климакса;
- ускорение заживления ран;
- регулирование биосинтеза РНК, а также белков.

Селен является незаменимым для организма микроэлементом, обладающим выраженными защитными свойствами. Он важен для полноценного функционирования сердечно-сосудистой системы, укрепления иммунитета, а также предупреждения и лечения онкологических заболеваний:

- повышение восприятия света сетчаткой глаз;
- предупреждение развития заболеваний печени;
- нейтрализация (или паралич) афлатоксинов, что предохраняет клетки от негативного канцерогенного воздействия этих ядов;
- устранение приливов во время климакса, а также поддержание сохранности спермы, так как установлена связь селена с половыми гормонами;
- нормализация работы щитовидной железы;
- выведение радионуклидов, а также ртути из организма;
- оказание прямого токсического действия на опухолевые клетки;
- ускорение заживления ран.

Селен и витамин Е взаимодействуют исключительно совместно, причем при необходимости дополнительного прие-

ма одного из них следует дополнительно ввести пропорциональное употребление другого. Дефицит витамина Е может ограничить использование организмом селена.

Небольшие количества селена оказывают антидистрофическое и противоаллергическое действие путем подавления гистамина.

Противопоказания. Хотя она практически безвредна, ее употребление требует разумности. Из-за большого количества фосфора и кальция может быть нарушена функция сердечного клапана, что опасно при сердечно-сосудистых болезнях.

Противопоказаниями растения являются: панкреатит, одышка (может возникнуть приступ кашля), печеночные колики, нарушения психики, в том числе эпилепсия и депрессия, индивидуальная реакция (в редких случаях). В состоянии кормления и беременности лучше предварительно посоветоваться с врачом. Исключительно редкие побочные эффекты от расторопши выражаются: диареей, дискомфортом в зоне печени.

Формы использования растения

В народной медицине используются практически все части растения (цветы, плоды, листья, корни), а также продукты их переработки (порошок и жмых плодов, масло плодов и сок листьев). Поистине уникальным диетическим продуктом является мед, собранный с плантаций расторопши. Из этого целебного растения приготавливают: отвар, порошок, настой, чай, сироп, настойку, шрот, таблетки.

Настой 1

Порошок семян расторопши (2 ст. ложки). Влить в него кипятком (0,5 л). Настаивать 12 часов. После процеживания и отжатия принимать по 130 мл за день 4 раза.

Настой 2

Две столовые ложки порошка из семян помещают в термос и заливают кипятком – 500 мл. Настаивают в течение ночи. Утром процеживают.

Масло из семян 1

Измельченные семена (5 ч. ложек) заливают оливковым маслом (0,5 л). Состав выдерживают 15 минут в условиях водяной бани. Далее 30 минут настаивают. После процеживания доза трехкратного приема в день – по 1 ч. ложке.

Масло из семян 2

Можно приготовить в домашних условиях путем настаивания с использованием инертных растительных масел, лучше оливкового. Рекомендуемое соотношение семян расторопши к оливковому маслу – 1:2 (по весу). Измельчить в кофемолке семена (200 г), засыпать в стеклянную емкость и залить маслом, предварительно подогретым до 60 °С. Емкость с составом необходимо тщательно укутать, для более длительного сохранения тепловой энергии. Через сутки, в принципе, препарат готов, останется лишь профильтровать масло и отжать сырье. Принимать 3 раза в день по 1 ч. ложке.

Настойка

Семена (50 г) заливают водкой (0,5 л). После двухнедельного выдерживания в темноте и последующего процеживания настойку принимают за сутки по 20 капель. Кожные заболевания.

Отвар

– Семена растения (30 г) варить в 0,5 л воды на малом огне, чтобы половина воды выкипела. Отвар принимать в каждом часу по 1 ст. ложке за 12 часов. Лечение продолжается до трех недель при болезнях почек, поджелудочной железы, печени, его также рекомендуют при онкологии.

– Залить стаканом воды смесь, полученную путем смешивания

вания листьев и корней растения – 1 ст. ложка. Варить полчаса, после остывания профильтровать и довести объем жидкости до первоначального, добавляя кипяченую воду. Принимать перед едой по 1 ст. ложке. Во время прохождения курса (30 дней) соблюдать диету, исключив из рациона жиры животного происхождения и алкоголь. При необходимости курс повторяют, сделав перерыв в 14 дней.

Мёд, собранный с плантаций расторопши. Это мёд можно принимать, как без ничего, или добавляя в чай вместо сахара.

Чай из расторопши

15 г сухих листьев заваривают кипятком, настаивают 10 минут. Это поднимает силы, увеличивает энергию, улучшает пищеварение и функции печени.

Сироп расторопши

Покупать в аптеках. Пить 3 раза в течение суток по 1 ст. ложке. Он полезен при заболеваниях печени, селезенки, желчевыводящих путей. Его назначают при колите, заболеваниях сердца и дыхательных органов.

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.